VOLUME 36 | NUMÉRO 3
AVRIL 2025

LE SAINT DENISIEN

JOURNAL COMMUNAUTAIRE

Le mois d'avril : le mois de l'AGA ***pour certains organismes d'ici***

Le printemps, c'est la saison du fameux sirop d'érable, mais c'est aussi le temps des assemblées générales annuelles pour plusieurs associations et OBNL d'ici. ***p. 3***

Crédit photo page couverture : iStock Photos

DANS CETTE ÉDITION...

Gens d'ici

La Ligue des Sports Récréatifs

La Ligue des Sports Récréatifs est présente à Saint-Denis-de-Brompton depuis de nombreuses années. Connaissez-vous cet organisme de professionnels passionnés de sport ?

p. 4

Ensemble pour la Terre

Pesticide : qu'est-ce que tu fais dans mon assiette ?

Une question me chicotte : quels sont les impacts des pesticides sur la santé humaine ?

p. 12

Jardinage

C'est le printemps, c'est le temps des semis!

Comme notre été québécois est plutôt court, il vaut mieux prendre de l'avance et faire des semis à l'intérieur si nous souhaitons optimiser nos récoltes.

p. 29

Soyons en contact

Notre case postale a changé !

lesaintdenisien.ca | info@lesaintdenisien.ca | facebook.com/saint.denisien | C.P. 53, Saint-Denis-de-Brompton J0B2P0

ANNONCEURS

LETTRAGE PM

1
Département de sérigraphie

2
Département de broderie

3
Département de lettrage

Pour plus d'info visitez notre site
www.lettragepm.com

SYLVAIN
PINEAULT
COURTIER IMMOBILIER AGRÉÉ
B 819 820-0777
C 819 570-1988
spineault@sutton.com
Sutton
www.suttonquebec.cor

SF 1 866 630-9783 / Agence immobilière
groupe sutton - immobilier estrie
franchisé indépendant de groupe sutton - québec
2624 rue King O., Sherbrooke, Qc J1J 2H1

SSD
SSD
STRUCTURES
Les spécialistes de l'acier
819 846-3224
FABRICATION
ET MONTAGE
DE STRUCTURES
D'ACIER
2022 route 222, Saint-Denis-de-Brompton
www.ssdm.ca

LE MOIS D'AVRIL, LE MOIS DE L'AGA **POUR CERTAINS ORGANISMES D'ICI**

Rébecca Lazure • Trésorière-membre du C.A. du Saint-Denisien

J'écris cet éditorial un vendredi matin, 7 mars, en rêvant très fort au mois d'avril. Dehors, il y a encore au moins deux pieds de neige. On doit toujours porter un manteau et des bottes. Devant la porte, mon chat secoue une papatte, comme pour protester à l'avance de la froideur du sol gelé sur lequel il dépose ses coussinets.

Mais, oh, le mois d'avril ! La neige qui fond, la sève qui monte, les corneilles qui croassent, les oiseaux qui reviennent du Sud… alors que ce mois de printemps se déroule enfin devant vous, ayez une petite pensée pour moi qui écrit ces mots devant une fenêtre encore givrée.

Au printemps, on s'active autour de la maison : nettoyage, lavage des fenêtres, aération. On planifie le changement de pneus, car le garagiste apprécie quand c'est fait à l'avance. On cherche des places dans les cabanes à sucre de la région. S'y prendre à l'avance, parfois dès l'automne, est la meilleure façon de réussir à nous sucrer le bec avec tout notre monde autour de la même table.

Et en avril, les semis se poursuivent ! Il n'est pas trop tard pour commencer quelques plants de votre légume préféré. Vous trouverez un calendrier des semis sur le site web de Jardin Pro, spécifique à notre zone : jardinpro.ca/calendrier-des-semis

Le printemps, c'est aussi le temps des assemblées générales annuelles. Plusieurs associations et OBNL d'ici ont annoncé leur date d'AGA ou le feront incessamment, dont **Le Saint-Denisien**. L'AGA du Saint-Denisien se tiendra le 14 avril à 19 h à la bibliothèque municipale.

À Saint-Denis-de-Brompton, plusieurs associations et organismes sans but lucratif réunissent les citoyens et citoyennes autour d'une cause commune. En vous impliquant, que ce soit à titre de bénévole ou de membre d'un conseil d'administration, non seulement vous rencontrerez des gens intéressants, mais vous aiderez les organismes saint-denisiens à poursuivre leur mission, celle d'améliorer la qualité de vie sur notre territoire.

Les AGA sont l'occasion idéale pour montrer votre intérêt à un organisme. Trouvez votre place en consultant ce répertoire sur le site web de la municipalité : sddb.ca/fr/repertoire

PROCHAINE DATE DE TOMBÉE :
11 AVRIL 2025

SOMMAIRE

MOT DU SAINT-DENISIEN 3
GENS D'ICI 4
SOLIDARITÉ HAÏTI 5
COMITÉ CULTUREL 6
CARNET COMMUNAUTAIRE 9
BIEN-ÊTRE 9
ÉCOLE DU JARDIN-DES-LACS 10
ENSEMBLE POUR LA TERRE 12
BIBLIOTHÈQUE SDDB 14
LA PETITE ENFANCE 15
CHRONIQUE MUNICIPALE 16
SÉCURITÉ FINANCIÈRE 20
COMPORTEMENT ANIMAL 21
NATURE S'IL VOUS PLAIT 22
SANTÉ CANADA 23
AU FIL DES MOIS 24
PAROISSE CHRIST-SAUVEUR 26
FADOQ ST-DENIS 27
AFEAS ST-DENIS 28
JARDINAGE 29
COMMUNIQUÉ DE PRESSE 30
LETTRE OUVERTE 31
COMMUNIQUÉS DE PRESSE 32
JEUX ET COLORIAGE 33
PETITES ANNONCES 34

MINI-EXCAVATION & DÉNEIGEMENT
TAILLON
MINI-EXCAVATION GÉNÉRAL
DÉNEIGEMENT RÉSIDENTIEL ET COMMERCIAL
ÉPANDAGE D'ABRASIF
STÉPHANE TAILLON
STAILLON.COM
819-571-8116

LA LIGUE DES SPORTS RÉCRÉATIFS – DU SPORT POUR TOUS; PETITS•ES ET GRANDS•ES SAINT-DENISIENS•NES !

Par Marie-Claude Boutin • Journaliste pigiste

La Ligue des Sports Récréatifs (LSR) est présente à Saint-Denis-de-Brompton depuis de nombreuses années. Saviez-vous que plusieurs municipalités en Estrie, dont Coaticook, East-Angus, Windsor et même Sherbrooke, ont bénéficié des services de ces professionnels passionnés de sport ?

C'est en 2019 que tout a commencé entre 3 acolytes et enseignants en éducation physique. Au fil des ans, Nelligan Tétrault, résident actuel de Saint-Denis-de-Brompton, a repris le flambeau afin de coordonner les activités et répondre aux besoins de la clientèle en sollicitant l'appui de d'autres enseignants.

La LSR a pour objectif de permettre l'accessibilité ainsi que la découverte de sport tout en alliant le développement de la technique. Le volet récréatif amène une approche distinctive des organisations ou regroupement qui se spécialisent en un seul sport et où l'aspect compétitif prend beaucoup de place dans les horaires familiaux. Il est également intéressant de savoir que certaines activités sont aussi disponibles en formule parascolaire sur l'heure du midi ou après les classes pour les élèves fréquentant l'école du Jardin-des-Lacs.

En règle générale, de trois à quatre sports sont offerts par session : tennis, soccer, hockey-balle, spikeball, ultimate frisbee, pickelball, s'alternent afin de faire bouger petits et grands. Pour cet été, les trois activités suivantes seront notamment offertes :

Soccer : en moyenne 150 jeunes répartis en équipe de 10 à 15 joueurs selon leur groupe d'âge profitent des services de la LSR. Plusieurs parents bénévoles agissant comme coachs viennent appuyer les activités de soccer durant l'été. Ces derniers sont d'ailleurs très bien encadrés via un programme détaillé des séances hebdomadaires facilitant ainsi leur contribution tout en valorisant la découverte de ce sport d'équipe ! Nelligan, qui a développé une expertise en enseignement auprès de diverses clientèles, se fait un plaisir de partager ses connaissances.

Tennis : en privé ou en petit groupe de 5 à 10 est possible, la LSR offre ce sport en format à la carte ou sous forme de bloc de 7 cours.

Ultimate frisbee : la LSR offre une approche familiale en simultanée, soit les adultes d'un côté de terrain et les enfants de l'autre, chacun avec leur propre coach. Cette offre répond à un besoin émis par les parents qui souhaitent s'adonner à une activité sportive pendant que leurs progénitures s'amusent, quelle bonne idée !

Malheureusement, le contexte actuel de l'accès aux infrastructures sportives de notre municipalité impacte grandement l'offre de service qui doit également être conforme aux politiques municipales en vigueur, affectant du même coup les tarifs. Néanmoins, la Ligue des Sports Récréatifs est heureuse d'avoir été approchée par l'équipe du camp de jour de Saint-Denis-de-Brompton afin d'offrir des cliniques sportives et faire bouger les jeunes à l'été 2025 !

Que ce soit pour les cours de groupes, les cours parascolaires ou encore des cours privés pour perfectionner vos techniques, surveillez les réseaux sociaux ainsi que la programmation pour tout connaître ! Les inscriptions ouvriront sous peu puisque le début des activités estivales est prévu pour la mi-mai.

Coordonnées :
Nelligan Tétrault | lsportsr@gmail.com | 819 238-6355
Facebook : https://www.facebook.com/lsportsr
Site web : Ligue des sports récréatifs

« SMALL IS BEAUTIFUL »

Par Jean Charron • Solidarité-Haïti en Estrie

Voilà le titre d'un formidable livre de Friedrich Schumacher. Il doit y avoir plus de 40 ans que je l'ai lu. Il essaie d'imaginer l'économie au service de l'humanité, un **petit** projet à la fois.

Fin janvier, Émilie Nicolas écrivait une lettre d'opinion dans Le Devoir, où elle tentait de démontrer que le fait d'être une **petite** nation francophone en Amérique pourrait être une bénédiction pour le Québec.

Début février, à *Deux hommes en or et Rosalie*, Charles Émond, patron de notre Caisse de dépôt et placement, se faisait demander si la Caisse a une préoccupation « morale » au moment d'investir. Il a parlé de nos investissements dans le développement durable, mais il signala au passage que nos investissements dans l'économie américaine ont été très payants au cours des dernières années. 450 milliards d'économie et on en veut toujours plus.

Alors que tout le monde est conscient que la croissance infinie dans un monde fini... est impossible. Où est le changement de cap ? Le capitalisme crée de plus en plus de milliardaires. Des millionnaires, il y en a à tous les coins de rue, et à tous les coins de rue, il y a aussi des personnes en situation d'itinérance, car dans les grandes villes, il y a de plus en plus de très pauvres. Les grandes richesses ne sont pas au service des petits.

Tout homme d'affaires a pourtant besoin de petits clients capables d'acheter ce qu'il produit pour pouvoir prospérer. Lorsque tout l'argent sera entre les mains de 5 % d'excessivement riches, le système ne va-t-il pas imploser ?

Et si on investissait dans les petits pays, dans une économie au service des humains ? Et si, dans ces pays, nous nous faisions ainsi des millions d'amis reconnaissants ? Des amis qui, ayant désormais les moyens de réaliser leurs rêves, achèteraient nos produits et nous les leurs.

Solidarité-Haïti en Estrie crée de la richesse à partir de très petits projets qui génèrent grande joie et reconnaissance chez les bénéficiaires, et beaucoup de satisfaction pour celles et ceux d'entre vous qui initiez ces changements.

Joignez nos rangs. Faites un chèque **à l'ordre du CSI** que vous expédiez à Solidarité-Haïti en Estrie, 147, rue Allard, Sherbrooke, QC. J1G 3X9
OU via : https://bit.ly/Solidarite_Estrie.
Reçu pour l'impôt, 20 $ et plus.

Facebook : fb.me/solidaritehaitiestrie
Tél : 819 791-4745

CULTURE D'ICI

Par Colombe Landry et Rébecca Lazure pour le Comité culturel de Saint-Denis-de-Brompton

Une maison de la culture rassembleuse

Cela fait des années qu'au Comité culturel, nous rêvons d'un lieu saint-denisien attrayant où l'on pourrait fièrement présenter des spectacles, offrir des ateliers artistiques, déployer une ruche d'art, entreposer de façon sécuritaire notre matériel et y implanter un café. Nous rêvons d'un lieu qui permettrait de rassembler les citoyens et citoyennes, peu importe le secteur habité de Saint-Denis.

La politique culturelle municipale qui a été adoptée en 2021 et qui doit être révisée cette année identifie dans ses orientations l'importance de créer un endroit pour accueillir les activités culturelles d'ici. Non seulement pour soutenir les artistes, les artisanes et artisans œuvrant sur le territoire saint-denisien, mais aussi pour que « l'accès aux arts et à la culture ne [soit] plus être un privilège pour les citoyens et citoyennes de Saint-Denis-de-Brompton[1] ».

Tout comme l'écrit Guylaine Rajotte, conseillère municipale District 3 Lac Montjoie et porteuse du dossier culture, nous sommes convaincues que, « la culture constitue une extraordinaire force pour l'épanouissement et le développement de la société québécoise ».

Un tel lieu permettrait tout d'abord de créer des liens entre nous et de découvrir davantage les artistes, les artisanes et artisans de Saint-Denis pour, dans un second temps, favoriser une meilleure planification des activités dans une perspective d'améliorer la qualité de vie des personnes de la communauté. En bout de piste, ne serait-ce pas une façon d'augmenter la participation, l'engagement et l'implication citoyenne ainsi que notre cohésion ?

Assemblée générale annuelle – 30 avril 2025

Venez nous rencontrer lors de notre assemblée générale annuelle, le 30 avril prochain, à 19 h, à la bibliothèque municipale. Nous dévoilerons la programmation 2025 ainsi que notre nouveau site web. Ce sera aussi l'occasion de discuter de la nouvelle entente avec la municipalité.

Il n'est pas obligatoire de s'inscrire, mais vous nous aiderez à prévoir la disposition de la salle en vous inscrivant: bit.ly/AGA2025_CcultureSDDB

1. *Politique culturelle Saint-Denis-de-Brompton 2022-2024*, « Mot de la conseillère responsable de la culture et de la vie communautaire », page 3, consultée le 7 mars 2025, https://www.sddb.ca/fr/services-aux-citoyens/centre-documentaire/c2495/politique-culturelle/page-1

EXPO-BIBLIO

Yvon M. Daigle –Printemps 2025

L'exposition Les pierres habitées de l'artiste saint-denisienne multidisciplinaire Marjolaine McInnis a quitté les murs de la bibliothèque il y a quelques jours. C'est monsieur Patrice Amyot, photographe lui-même, qui a remporté le tirage. Il a pu choisir une des trois œuvres de Marjolaine McInnis, offerte gracieusement par la photographe.

Nous sommes très fières de vous annoncer que la bibliothèque accueillera le peintre et fondateur du Musée international d'art naïf à Magog : Yvon M. Daigle. Monsieur Daigle habite à Saint-Denis-de-Brompton depuis de nombreuses années.

« Je suis Yvon Daigle, né à Bathurst, le 24 août 1939. Je possède un B.A., une L.Th et une Ma.Ph. J'ai enseigné la philosophie au Cégep de Sherbrooke de 1969 à 1997. En 1974, je me découvre un talent de peintre naïf. J'ai des toiles dans 12 musées : au Québec, en France, en Italie et en Espagne.

Je suis cofondateur du Musée des beaux-arts de Sherbrooke avec ma défunte amie, Jeannine Blais, et fondateur du Musée d'art naïf international de Magog. Il s'agit du seul musée en son genre au Canada. En 2024, [le musée] avait une collection de 1 400 œuvres de 224 artistes de 42 pays. Je vous invite à visiter artnaifmagog.com *si vous désirez en connaître davantage à son sujet.*

En faisant la promotion de l'art naïf au Québec et à l'étranger, j'ai eu le plaisir de rencontrer des artistes de réputation, des ministres, des consules et des ambassadeurs. Je suis aussi l'auteur de plusieurs livres, tels que : La Fête au Québec et l'art naïf et Sophie l'ermite. Je m'arrête là, ne voulant pas vous fatiguer avec mon histoire. Je reste cependant à votre disposition si vous désirez en connaître davantage concernant mon amour de l'art naïf québécois et international. »

L'ami de l'ESPRIT de l'art naïf
Yvon M. Daigle

ATELIERS D'ART DRAMATIQUE – Appel aux accessoires

Les ateliers d'art dramatique pour les jeunes de 9 à 12 ans ont démarré sous le signe de la rigolade et de la camaraderie. Animés par la comédienne et enseignante d'art dramatique Marie-Hélène Bibeau, ces ateliers se déroulent à la bibliothèque municipale. À noter que les inscriptions sont fermées pour le printemps, mais que d'autres ateliers seront

CULTURE D'ICI – SUITE

offerts à l'automne. On prévoit même offrir une version pour les adultes (16 ans et plus). Détails à venir !

Ateliers d'exploration des arts – GRATUIT

Ateliers d'exploration des arts, offerts gratuitement à la population de Saint-Denis-de-Brompton, en collaboration avec Stessy Chenail.

Dernière date du printemps :

JEUNES
12 avril | 11 h 30 à 12 h 30 | Exploration de l'aquarelle

ADULTES
12 avril | 10 h à 11 h 15 |
Exploration de l'aquarelle

Matériel fourni, tous les détails sur la page d'inscription :

PROGRAMMATION 2025

En attendant le lancement officiel de notre programmation lors de notre AGA du 30 avril, nous vous invitons à déjà noter les dates suivantes à votre calendrier:

11 avril | Vernissage ExpoBiblio du printemps | Yvon M. Daigle

30 avril | Assemblée générale annuelle | Comité culturel SDDB

24 mai | Représentation en soirée | Les Ateliers de théâtre SDDB

25 mai | Représentation en après-midi | Les Ateliers de théâtre SDDB

13 juin | Concert en soirée | Le Cœur de St-Denis

14 juin | Concert en après-midi | Le Cœur de St-Denis

16 juillet | Concert en soirée | Orford sur la route

9 août | Projection extérieure d'un film familial en soirée | CinéDehors

INFOLETTRE

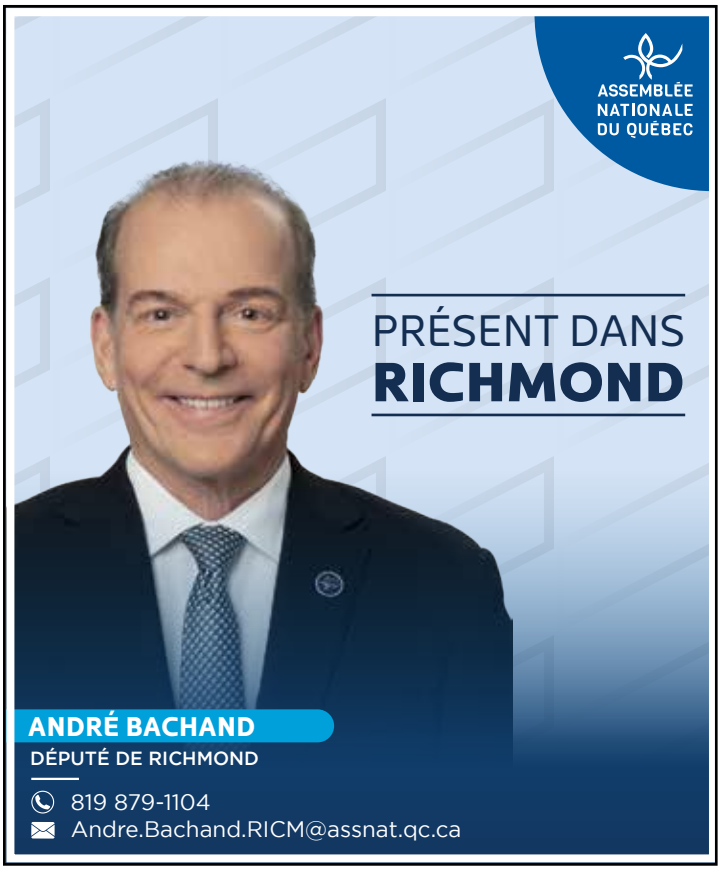
Vous n'utilisez pas Facebook, mais vous aimeriez connaître les dates de nos prochains événements et des activités à venir ? Abonnez-vous à notre infolettre :

Rendez-vous ici :
bit.ly/InfolettreComiteCulturelSDDB

Ou balayez le code QR ci-contre :

DEVENEZ BÉNÉVOLE À L'ÉCOUTE!

Devenez bénévole écoutant.e chez Secours-Amitié Estrie ! Vous aurez l'opportunité de vous joindre à une équipe dynamique et de développer vos compétences en écoute active. Pour en savoir plus, inscrivez-vous à une rencontre d'information le mardi 1er avril de 13 h 30 à 14 h 45. Pour plus de détails, contactez Sandy Brouillard au **819 823-5400, poste 204** ou visitez secoursamitieestrie.org.



Sirsasana

LA POSTURE DE LA TÊTE

Par Laurie Lemay • Professeure de Yoga

Sirsasana, la posture sur la tête, qu'on aperçoit régulièrement dans les différents médias, est souvent perçue comme impressionnante, et qui fascine par son audace. Pourtant, elle est accessible avec une pratique régulière et une approche technique bien structurée. C'est une posture qui favorise la circulation sanguine, calme le système nerveux, et renforce les épaules, le cou et la sangle abdominale.

Pour entrer dans la posture, commencez avec « le petit bonhomme ». Placez-vous à genoux, les avant-bras au sol, les coudes à la largeur des épaules, et entrelacez vos doigts pour former une base solide. Important : posez bien le dessus de la tête au sol, pas l'arrière. Ensuite, marchez les pieds vers la tête, en soulevant vos hanches au-dessus des épaules. Levez doucement un genou, puis l'autre, en vous concentrant sur la stabilité.

Quand vous êtes dans « le petit bonhomme », gardez les genoux près du corps sans lever les jambes. C'est là que se trouve la version de la posture préparatoire, idéale pour travailler l'équilibre. Une fois que vous êtes stable et que la sangle abdominale est assez solide, vous pouvez commencer à lever une jambe après l'autre, en les plaçant bien au-dessus du bassin. Gardez vos jambes actives, avec de l'action pour maintenir une bonne alignement et une posture forte.

Dans *Sirsasana*, il est essentiel de se rappeler que 90 % du poids repose sur les avant-bras, et seulement 10 % sur la tête. Cela réduit la pression sur le cou et permet de tenir la posture en toute sécurité. La clé est la patience et l'équilibre progressif, et « le petit bonhomme » est un excellent point de départ pour développer la stabilité nécessaire à cette posture impressionnante.

LES ACTIVITÉS PRÉVUES POUR FIN MARS–DÉBUT AVRIL À JDL

Par Ashley Bernier-Grenier, Fannie Sansregret et Élodie Théberge • Élèves de 4e année

Bonjour habitants et habitantes de Saint–Denis-de-Brompton. Nous allons vous parler de certaines activités prévues pour la fin mars et pour le mois d'avril à notre école. Pour commencer, nous allons parler de l'acrogym dans le cadre de notre cours d'éducation physique. L'acrogym, ce sont des équipes de 5 ou 6 qui doivent faire des figures comme des pyramides. Pour la sécurité, nous devons mettre nos pieds sur le bassin et les omoplates de nos coéquipiers. Ensuite, il y a la base et la voltige. Pourquoi faut-il être plus nombreux que nécessaire ? Parce que nous pouvons nous blesser car c'est dangereux. Comme autre activité, des élèves de 3e année iront à D'Vert Escalade. Nous avons posé des questions par rapport à cette sortie à Madame Nancy, une enseignante de 3e année. Elle croit que ses élèves vont bien écouter, participer et ils aimeront se donner des défis.

Ils vont passer toute la journée là-bas et tout se déroulera le 10 avril. Quand nous étions en 3e année, nous y sommes allées avec notre groupe. Nous pensons que le D'Vert Escalade est un endroit pour s'amuser et dépenser de l'énergie. Souvent, nous avons une séance de yoga où on fait des positions qui nous aide à bien respirer. Il y avait un module d'escalade pour se préparer à escalader. Par la suite, nous avons grimpé sur les longs murs. Il y avait une corde qui nous tenait avec un harnais. Bref, c'est très amusant et épuisant. Je vous conseille d'y aller. Pour la semaine du « Défi je croque ! » à la fin mars (nous avons écrit ce texte avant la semaine du défi), chaque groupe de l'école devrait recevoir des ingrédients pour cuisiner une collations santé. L'an dernier il y avait un vélo qui faisait des smoothies à base de fruits. Il y a deux ans, nous avions fait une magnifique salade de petits fruits délicieux. C'était une chouette activité. Maintenant, on va vous parler de la sortie à la ferme pour les élèves de la maternelle qui verront les beaux animaux. Ce sera à la ferme Guyon à Chambly le 24 avril prochain. Selon Chantal, une enseignante de maternelle, elle croit que ses élèves vont être contents et très curieux. Ils vont faire des activités amusantes comme : visiter la papillonnerie et le monde magique des insectes. Chantal va leur dire les règles de la ferme, comme par exemple, ils doivent écouter les consignes données par les moniteurs de découverte sur les animaux. Merci de nous avoir lue.

LES ÉLÈVES DE MATERNELLE **FRÉQUENTENT L'UNIVERSITÉ**

Par Victoria Gravel et Émy Poulin • Élèves de 4e année

Bonjour, nos petits de maternelle iront nager à l'Université de Sherbrooke, c'est une piscine intérieure. Il y a des niveaux de 1 à 4 selon les habiletés des enfants. Pour éviter tous les risques d'accident, il y aura au moins un maître sauveteur. Les élèves de maternelle y vont à trois reprises et 2 groupes à la fois. Les classes de Véronique et de Marie- Ève, c'est le 26 mars, le 2 et le 16 avril. Audrée et Chantal y vont le 2, le 9 et le 16 avril. Il est possible pour vous d'y aller pour le plaisir. Il y a des glissades, des plongeons de différentes hauteurs et des jouets pour nager. Merci !

UN MAGNIFIQUE SPECTACLE À NOTRE ÉCOLE !

Par Maélie Bédard, Jade Faucher et Maeva Lemay • Élèves de 4e année

Bonjour ! Juste avant la relâche scolaire, nous avons eu la visite de Yannick Bergeron à notre école. Il est venu nous présenter son spectacle « **La magie de la chimie** ». Nous allons vous présenter sa façon incroyable de faire des sciences, comme quand on mange des ours en gélatine, ce n'est pas le sucre, mais le colorant qui excite les enfants. La deuxième expérience, c'est avec de la glace sèche. Quand on mélange de l'eau chaude avec de la glace

sèche, ça se transforme en fumée. Troisième expérience incroyable, si on prend des pots de médicaments, qu'on prend un carré de papier de toilette et qu'après, on met le bouchon sur les pots, ça fait de la pression et ça explose. On dit un gros merci à Yannick Bergeron pour son spectacle ! À bientôt !!!

LA VIE À L'ÉCOLE

Par Élodie Robichaud et Lélyanna Lavoie • Élèves de 4e année

L`école est très importante pour apprendre et il y a différentes matières, comme l`art dramatique, les arts plastiques, les mathématiques, du français, l'écriture, lecture, l'univers social, les sciences, le cours de Culture et citoyenneté Québécois, l'éducation physique, etc. L`école sert à apprendre beaucoup de choses. À l'école Jardin-des-Lacs, le sport est très important. Nous faisons pleins d'activités comme du ballon-chasseur, des ateliers de cirque et plein d'autres. Dehors, nous faisons de la cachette-scout, du patin à glace, de la corde à sauter... Pour ce qui est des outils de travail dont nous avons besoin à l`école pour bien travailler, il nous faut des crayons de plomb ou à mine, des crayons de couleurs autant de feutre que de bois, des stylos bleus et rouges, des gommes à effacer, une règle, des cahiers, des cartables...
Merci d'avoir lu notre article !

À JDL, ON PREND SOIN DE NOUS !

Par Clémence Champagne • Élève de 4e année

Dans le but que les élèves soient sensibilisés à adopter une saine alimentation et qu'ils soient en meilleure santé pour bien travailler, notre école a décidé de faire une liste des collations permises et non permises. Voici les collations qui sont permises à l'école : fruits, fruits en conserve, légumes, galette de riz, fromage, lait, smoothies, muffins et pains fait maison, compote, céréales, yogourt, etc... Voici les collations qui ne sont pas permise à l'école : maïs soufflé sucré, caféine, guimauves, caramel, pâtisseries sucrées, chocolat, biscuits, boissons gazeuses, gommes, bonbons, etc
Merci de m'avoir lue.

MIDIS SPORTIFS AU FÉMININ

Par Émilie Poitras, Raphaëlle Lehoux et Laurie Bachand • Élèves de 6e année

Du 11 mars au 16 avril, les jeunes filles de 5e et 6e année auront la chance de participer à des midis actifs le mardi et le mercredi. Durant ces journées, elles pourront essayer de nouveaux sports sans se préoccuper du jugement des garçons. Les professeures d'éducation physique organiseront des activités différentes qui conviendront aux jeunes filles de 5e et 6e. Pour l'instant, nous avons seulement fait du tchouk-ball puisque nous en sommes qu'à notre premier cours.

Pour le reste de l'année scolaire, les garçons ne sont pas oubliés, ils pourront faire d'autres midis sportifs à leur tour. Ils pourront aussi participer aux mêmes activités que les filles. Nous espérons que notre article vous a plu !

Merci de nous avoir lu. = ^.^=

PESTICIDE : **QU'EST-CE QUE TU FAIS DANS MON ASSIETTE ?**

Par Colombe Landry • Le Collectif Environnement SDDB

Lorsque j'étais enfant, j'habitais sur une ferme et je me rappelle le semoir derrière la maison rempli de semences de maïs toutes enrobées d'une substance rose. Joli pour l'œil mais… était-ce un fongicide ? Une question me chicotte : quels sont les impacts des pesticides sur la santé humaine ?

Les pesticides sont des substances, le plus souvent chimiques, destinées à deux usages : protéger ou contrôler les végétaux, et détruire ou rendre inoffensifs les nuisibles. Les pesticides les plus répandus sont les herbicides, les insecticides et les fongicides.[1]

L'émission *La semaine verte* s'est penchée sur le sujet le 20 mars 2023. Son reportage *L'Héritage des pesticides* concluait en ces termes : La science indépendante est de plus en plus claire sur les maladies liées à l'exposition aux pesticides. La France reconnaît le lien entre l'utilisation des pesticides et plusieurs pathologies tandis qu'au Québec, seule la maladie de Parkinson est reconnue en lien avec l'usage de certains pesticides.[2]

Les agriculteurs et agricultrices qui nourrissent la planète sont à risque d'y laisser leur santé même lorsque toutes les mesures de sécurité pour l'épandage suggérées par l'industrie sont suivies.

Serge Giard, un ancien agriculteur, a reçu un diagnostic de la maladie de Parkinson, liée à l'utilisation des pesticides.[2] Il a cofondé l'organisme Victimes des pesticides du Québec qui a pour mission de défendre les droits des personnes victimes des pesticides et de faire connaître leurs revendications et recommandations pour un Québec en santé et un système agricole qui protège ses travailleurs et travailleuses.[3]

Maryse Bouchard, professeure chercheuse spécialisée en santé environnementale à l'Institut national de la recherche scientifique (INRS) déplore encore aujourd'hui un manque criant de recherche et de financement dans ce domaine. Selon elle, il n'existe pas assez d'études pour évaluer les risques réels de ces produits sur la santé humaine au Québec et dans le reste du Canada. Sur le site de l'INRS, en novembre 2024, son constat est clair : « les traces de pesticides sont partout : dans nos champs, nos assiettes, notre eau, nos parcs et nos espaces publics ».[4]

Pour Madame Bouchard, les personnes les plus exposées sont les travailleuses et travailleurs agricoles, qui encourent plusieurs risques, dont une diminution de la fertilité, la maladie de Parkinson, les problèmes respiratoires, le cancer du poumon, de la prostate et du colon et des myélomes multiples.[4]

La chercheuse avait d'ailleurs participé à la Commission québécoise sur les pesticides en 2019 dont 32 recommandations avaient été émises pour mieux encadrer l'utilisation des pesticides.[5]

Réduire l'utilisation des pesticides est une évidence mais une agriculture est-elle possible avec moins de pesticides ?

Pour le lanceur d'alerte, Louis Robert, agronome au MAPAQ à la retraite, qui continue de dénoncer l'influence et l'ingérence des lobbys de l'industrie des pesticides, il est tout à fait possible de réduire de 50% à très court terme l'usage des pesticides en milieu agricole. Il est convaincu que les techniques alternatives de contrôle des ennemis de la culture existent mais elles ne sont pas assez valorisées.[2]

Équiterre, Louis Robert et le gouvernement du Québec sont d'accord sur ce point : « Les pesticides doivent être utilisés comme solution de dernier recours car leur utilisation comporte des risques, notamment pour la santé et pour l'environnement ».[6]

Saint-Denis n'est pas un territoire très agricole mais nous mangeons les aliments produits ici ou d'ailleurs. Individuellement, nous avons le pouvoir de réduire au maximum les pesticides en les éliminant de nos potagers, nos jardins et nos pelouses. La municipalité peut également réglementer leur utilisation sur tout notre territoire ; elle l'a fait en bordure des lacs et des cours d'eau.[7]

Cultiver et acheter des aliments sans pesticides, idéalement biologiques, reste le meilleur moyen de se protéger des pesticides. Toutefois, les gouvernements doivent encadrer davantage leur utilisation afin de protéger la santé des sols, de l'eau, de l'air. Autrement dit, ils doivent protéger la VIE.

Suivez le Collectif sur Facebook en suivant ce code QC

1. Les pesticides, qu'est-ce que c'est ? https://www.equiterre.org/fr/ressources/solution-les-pesticides-quest-ce-que-cest

2. L'Héritage des pesticides. https://www.youtube.com/watch?v=LTKqM1827xo

3. L'organisme Victimes des pesticides du Québec. https://www.victimespesticidesquebec.org/

4. Maryse Bouchard : les risques des pesticides sur la santé. https://inrs.ca/actualites/maryse-bouchard-les-risques-des-pesticides-sur-la-sante/

5. Commission de l'agriculture, des pêcheries, de l'énergie et des ressources naturelles. https://www.assnat.qc.ca/fr/travaux-parlementaires/commissions/capern/mandats/Mandat-40773/index.html

6. Québec : Utilisation domestique de pesticides
Utilisation domestique de pesticides | Gouvernement du Québec

7. Carte zones d'épandage interdits-Municipalité de Saint-Denis. https://www.sddb.ca/file-1927

ST-DENIS DE BROMPTON

L'intermarché

JAMBON FUMÉ SUR CHARBON DE BOIS

Disponible les 17 et 18 avril

7,99 $/LB

17,58 $/KG

FRAÎCHEMENT CUIT ET SAVOUREUX!

POUR RÉSERVATION : 819 846-4500 poste 4.

Jusqu'à épuisement des stocks. Plus taxes sur le prix affiché.

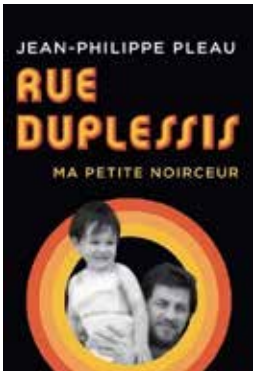
SUGGESTIONS **DE LECTURE**

Par les bénévoles de la bibliothèque

Chaque semaine, Jacynthe, Rébecca et l'équipe de bénévoles de la bibliothèque s'affairent à ajouter de nouveaux livres sur les rayons. Passez à la bibliothèque pour les découvrir !

Prochaine heure du conte : 19 avril 2025 - 10 h 30

Nous avons demandé à une de nos lectrices les plus assidues de nous suggérer des romans adultes. Voici quelques-uns des livres qui l'ont le plus marquée en 2024.



Rue Duplessis

Par : Jean-Philippe Pleau

Disponible en prêt entre bibliothèques ou prêt numérique

Résumé : « Né d'un père analphabète et d'une mère peu scolarisée, Jean-Philippe Pleau a grandi à Drummondville, rue Duplessis, dans une famille ouvrière. Les circonstances de sa vie lui ont cependant permis de poursuivre des études universitaires en sociologie et de devenir animateur de radio. Il est aujourd'hui étranger au monde d'où il vient, sans vraiment appartenir à celui dans lequel il a abouti. Rue Duplessis est l'histoire de cette déchirure sociale. Un récit émouvant où Jean-Philippe Pleau raconte sa migration intérieure, parfois violente, souvent étonnante, jamais banale. Le roman d'une vie qui se lit comme une lettre d'amour adressée à ses parents : un amour séparé par une distance de classe. »

Granby au passé simple

Par : Akim Gagnon

Disponible en prêt entre bibliothèques ou prêt numérique

Résumé : « Dans *Granby au passé simple*, on retrouve Akim, son frère et son Pop dans leur modeste maison mobile de Granby où il a grandi. Dans ce roman d'une grande tendresse et derrière les fanfaronnades trash d'Akim, on découvre une misère de région ordinaire : le chômage, la solitude du père et la dépression, la promiscuité et l'hygiène qui fout le camp, l'adolescence dans le tapis, les tensions qui en résultent… La maison craque de partout. Devant ce spectacle douloureux, le jeune Akim trouve refuge dans le cinéma, dans les cours de théâtre et surtout dans l'œil de sa caméra, à travers laquelle il tente de remixer le réel pour mieux nous le raconter, à défaut de pouvoir s'en extraire. »

Ce que je sais de toi

Par : Éric Chacour

Disponible sur nos rayons

Résumé : « Dans Le Caire des années 1980, un jeune médecin suit un destin tracé pour lui. Entre son dispensaire et le prestigieux cabinet hérité de son père, Tarek n'a que peu de place pour se poser des questions. Mais la rencontre d'un être que tout semble éloigner de lui ébranlera son mariage, sa carrière et ses certitudes, ne lui laissant plus d'autre choix que l'exil. »

Tout le bleu du ciel

Par : Mélissa Da Costa

Disponible sur nos rayons

Résumé : « Emile, 26 ans, touché par un Alzheimer précoce, décide de quitter l'hôpital et sa famille afin de partir à l'aventure. Une jeune femme, Joanne, répond à son annonce. Ils commencent ensemble un périple où la rencontre des autres conduit à la découverte de soi-même. Premier roman. »

Consultez le catalogue de la bibliothèque en ligne : reseaubiblioestrie.qc.ca

Suivez la page Facebook de la bibliothèque : facebook.com/biblioSDDB

ATTENTION, notre poste téléphonique a changé : 819-846-2744, poste 501

Écrivez-vous : biblio035@reseaubiblioestrie.qc.ca

Passez nous voir : 1485, route 222 (centre communautaire)

Heures d'ouverture

Mardi et jeudi de 10 h à midi et 17 h à 20 h
Samedi de 10 h à 15 h

Chute à livres extérieure accessible en tout temps
(à droite de la nouvelle porte d'entrée)

Tous les résumés des livres sont tirés du site leslibraires.ca

ÊTRE UN MODÈLE DE BIENVEILLANCE POUR LES ENFANTS

Par Nancy Richard • Agente de soutien pédagogique, CPE magimo

Selon la définition de Wikipédia, la bienveillance est la disposition affective d'une volonté qui vise le bien et le bonheur d'autrui. On ne peut être contre un tel objectif. Voici des actions à mettre en pratique avec les enfants :

1. Donner le bon exemple. Il faut être bienveillant envers soi-même, pour être en mesure de communiquer cette attitude à l'enfant. L'adulte a donc besoin d'accueillir en lui ce qui se passe et communiquer, lui aussi, ses besoins et ses désirs. La bienveillance ne représente pas un oubli de soi au profit de l'enfant. Même si l'enfant est en apprentissage, le bon exemple de l'adulte le guidera certainement vers la bienveillance.

2. Développer un regard humain positif, descriptif et non accusateur. Manifester de la douceur dans le toucher et dans le ton, communiquer de la confiance dans le contact physique et psychique. Respecter les besoins et désirs des uns et des autres, respecter les habiletés de chacun, respecter le rythme de chacun, respecter les intérêts et les choix de chacun. Les interventions posées sont sensibles et chaleureuses. L'écoute, l'attention, le soutien émotionnel sont présents et observables concrètement.

3. Mettre des mots sur le vécu. Communiquer verbalement ce qui se passe et ce qui va se passer dans la vie de l'enfant. Mettre des mots, expliquer, commenter. Expliquer le pourquoi des limites et des consignes et s'assurer qu'elles soient claires, constantes et conséquentes.

4. Penser notre manière de voir les conflits, les défis et les difficultés. Prendre conscience que ce sont là des expériences qui donnent des occasions d'apprentissage et de développement, en particulier sur les plans social et affectif.

5. Aider l'enfant à gérer ses frustrations, lui donner des moyens de reprendre son calme. Lui enseigner le contrôle de ses émotions en gardant soi-même une distance émotionnelle quand les choses ne tournent pas rond. Cette attitude de l'adulte est déterminante pour demeurer dans la bienveillance et inviter l'enfant à se calmer. Le ton doit être calme, posé, doux, respectueux et démontrer que l'adulte est dégagé émotivement de l'émotion de l'enfant. La vision de l'enfant demeure positive et communique l'espoir de trouver des solutions satisfaisantes aux problèmes qui se présentent à ce moment.

C'est lorsque l'énergie négative s'infiltre que ça devient difficile de demeurer dans la bienveillance. Le piège est là ! Demeurer ferme, constant, stable et solide. L'adulte bienveillant donne du soutien émotionnel à l'enfant en recevant ses émotions qu'elles soient positives ou négatives. L'enfant est accompagné à partir de là où il est et non pas à partir d'un modèle idéal auquel on le compare. Le développement est un processus à long terme qui dure toute la vie.

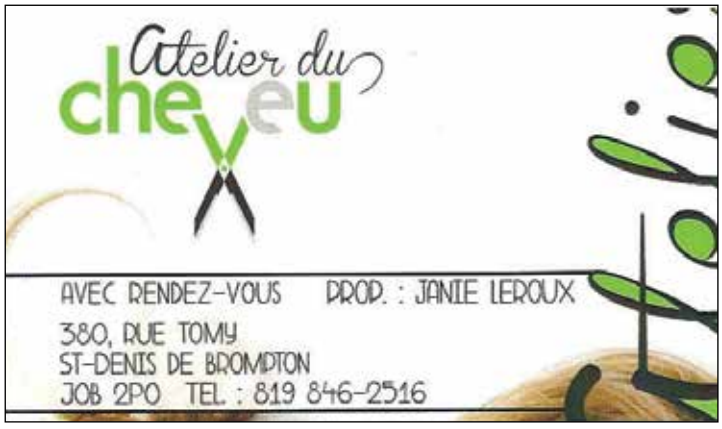
6. Verbaliser les bons coups et les progrès. La bienveillance de l'adulte valorise, préserve et rehausse l'estime de soi de chacun. La capacité de raisonnement de l'enfant est sollicitée pour l'aider à réfléchir sur ses actions et leurs conséquences : « Que va-t-il arriver si tu agis ainsi… ? » L'enfant peut exprimer sa vision des choses. L'adulte en tient compte en aidant l'enfant à élargir sa perspective et ses habiletés de communication.

7. Vivre une discipline positive. La bienveillance nécessite une discipline positive où l'adulte évite les menaces et les commentaires négatifs du genre : « Si tu ne fais pas ceci, tu n'auras pas cela ! » ou encore « Si tu n'écoutes pas la consigne, je te l'enlève ! ». L'adulte bienveillant se place du côté de l'enfant, du côté de son besoin ou de son désir. L'intervention de l'adulte n'est pas autoritaire mais démocratique et implique l'enfant dans la recherche de solutions pour résoudre des problèmes. Elle aide l'enfant à réfléchir.

8. Conserver une vision globale de l'enfant et de son développement. La bienveillance démontre la générosité de l'adulte dans une vision globale de l'enfant et de son développement en manifestant de la compréhension qui amènera, graduellement, un raisonnement enrichit de ses expériences.

Ne l'oublions pas, l'adulte est un modèle pour l'enfant.

Source : Vie de parents
Jocelyne Petit - Docteure en Sciences de l'éducation



SAINT-DENIS
DE-BROMPTON

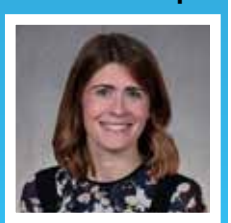
VOTRE CONSEIL MUNICIPAL

DANIEL VEILLEUX
Maire

GUY CORRIVEAU
District #1
Lac Brompton

CHARLES PLOURDE
District #2
Lac Desmarais et
Petit Lac Brompton

GUYLAINE RAJOTTE
District #3
Lac Montjoie



GÉRALDINE
VEILLEUX-PERRON
District #4
Coeur Villageois

JEAN-SÉBASTIEN
BÉLIVEAU
District #5
Rural Nord

POSTE VACANT
District #6
Rural Sud

Chronique municipale

Mot du maire

Chers citoyens de Saint-Denis-de-Brompton,

Le printemps est enfin arrivé, et avec lui, une bouffée d'air frais et de nouvelles opportunités pour notre belle communauté.

Tout d'abord, je tiens à remercier chacun d'entre vous pour votre engagement et votre collaboration durant la période hivernale. Vous avez été plusieurs à suivre nos recommandations pour la disposition des bacs lors du déneigement des rues. Votre collaboration est essentielle pour que nos employés puissent effectuer un travail efficace.

Lors de la séance du 3 mars dernier, nous avons procédé à l'acquisition de matériel sportif provenant du centre CBA de Val-des-Sources. Il s'agissait d'une excellente opportunité pour Saint-Denis-de-Brompton de se doter d'équipements sportifs et récréatifs à un prix avantageux. Cette action nous a permis de faire l'acquisition d'une surface de deck hockey (tuiles, bandes, filets, tableau d'affichage électronique, etc.), de paniers de basketball, de filets de pickleball et d'un enclos de frappeur avec distributeur de balles automatique, ainsi que d'autres accessoires.

Je dois également vous informer de la démission de notre conseiller, Francis Cassidy, de son poste d'élu municipal du district #6. Étant donné que nous sommes dans une année électorale, les dispositions légales nous permettent de ne pas organiser d'élection pour le remplacer. Cela nous évite ainsi les coûts et les efforts liés à l'organisation d'une élection partielle, étant donné que l'élection générale est imminente.

Par ailleurs, je tiens à remercier chaleureusement Francis pour son implication et son dévouement au cours des six dernières années.

Sur un plan plus stratégique, la Municipalité est en discussion avec la Fabrique dans le but de faire l'acquisition de l'Église de Saint-Denis-de-Brompton. Située au cœur

du village, cette église pourrait devenir un pôle communautaire et culturel de choix pour notre communauté. Nous croyons que nous avons les atouts nécessaires pour développer ce lieu, qui a toujours été animés par et pour nos citoyens.

Enfin, je souhaite revenir sur la rencontre citoyenne concernant la réforme de la collecte des matières recyclables entreprise par Eco Entreprise Québec en début d'année, qui s'est tenue le 25 mars dernier au sous-sol de l'Église. Nous espérons que cette rencontre a pu vous éclairer sur les prochaines étapes de la planification de la collecte des matières recyclable.

Je vous souhaite à tous un mois d'avril rempli de joie, de rires et de moments partagés. N'oubliez pas de profiter des premiers rayons de soleil et de la beauté de notre nature environnante.

Merci pour votre confiance et à très bientôt !
Daniel Veilleux, maire

Prochaine assemblée du conseil municipal

Les **lundis 7 avril et 5 mai** à 19 h 30 se tiendront les prochaines assemblées ordinaires du conseil municipal devant public, au sous-sol de l'église située au 1510, route 222, à Saint-Denis-de-Brompton.

Bureaux fermés pour Pâques

Veuillez prendre note que les bureaux municipaux seront fermés pour la fête de Pâques le vendredi 18 avril et le lundi 21 avril. Pour signaler une urgence nécessitant l'intervention immédiate des services techniques (voirie, égouts, aqueduc), composez le 819 846-2744 poste 7.

RÈGLEMENTATION DES PISCINES

Votre piscine est-elle sécuritaire ?

La règlementation provinciale exige que toute piscine de 60 cm de profondeur ou plus doit être clôturée. Cette obligation touche également les piscines gonflables ou démontables.

Les propriétaires d'une piscine installée avant le 1er novembre 2010, et qui bénéficiaient auparavant d'une exemption, ont jusqu'au 30 septembre 2025 pour s'y conformer.

Sécuriser sa piscine a pour objectif de prévenir les noyades, dont malheureusement les victimes sont trop souvent des enfants.

Vous avez des ajustements à faire sur votre installation ou vous avez une nouvelle piscine à aménager ? Un permis est nécessaire. Évitez les erreurs du aux mauvaises informations et contactez-nous au 819 846-2744, poste 202.

Écocentre ouvert le 5 avril

L'écocentre régional du Val-Saint-François sera ouvert le samedi 5 avril, entre 9 h et 15 h. Après la pause hivernale, l'horaire régulier reprendra dès le 30 avril.

Abonnez-vous à notre infolettre

Depuis janvier 2024, la Municipalité produit mensuellement une infolettre municipale. Il s'agit d'un excellent moyen pour rester informé des dernières actualités, événements et nouveautés directement dans votre boîte courriel.

Vous voulez recevoir les détails concernant les périodes d'inscription et autres activités municipales? Abonnez-vous à notre infolettre en un clic sur l'onglet **Infolettres** de notre site web. Cette source d'information regroupe l'essentiel de notre actualité.

Déjà plus de 200 résidents l'ont fait.

Chronique municipale

Besoin d'un permis ?

Prenez rendez-vous !

En raison de l'achalandage printanier, veuillez prendre rendez-vous pour obtenir un permis ou un certificat d'autorisation. Contactez-nous au 819 846-2744 et nous pourrons vous indiquer les documents requis en appui à votre demande. Un délai d'émission d'un maximum de 30 jours devra être compté à partir de la date du dépôt de la demande, si celle-ci satisfait aux conditions prescrites et est substantiellement complète.

Paiement de taxes

Deuxième versement **le 2 mai 2025**

Nous vous rappelons que tout compte de taxes dont le total est supérieur à 300 $ est payable en quatre versements égaux et le 2e versement doit être payé le ou avant le 2 mai 2025. À noter que chaque versement échoit à la date où il est exigible et porte intérêt au taux de 15 %.

Période de dégel : jusqu'au 16 mai

Le ministère des Transports rappelle que les limites de charge autorisées sont réduites en période de dégel sur les chemins publics chaque printemps. Saint-Denis-de-Brompton fait partie de la zone 1 et la période de dégel pour cette zone est du 17 mars au 16 mai. Cette période peut être modifiée selon la météo. Il est plus sage et moins coûteux d'attendre la fin de cette phase pour entreprendre des travaux nécessitant le transport de véhicules lourds.

Nouvel employé

Nous sommes heureux d'accueillir notre nouveau Conseiller aux communications internes et externes : **M. Mathieu Besmargian**. Possédant une expérience pertinente en communication et en relation publique, il coordonnera les activités de communications et de relations publiques de la Municipalité.

Nous lui souhaitons la bienvenue !

Les lingettes dans les toilettes, c'est non !

Ah, les lingettes humides ! Elles sont si pratiques pour nettoyer les bébés, se démaquiller ou faire briller nos surfaces. Mais attention, elles ne sont pas les meilleures amies de nos toilettes !

Imaginez : vous jetez une lingette dans les toilettes, pensant qu'elle va disparaître comme par magie. Eh bien non ! Ces petites rebelles forment des bouchons dans les canalisations. Si vous avez une fosse septique, c'est la galère assurée. Les lingettes s'accumulent, augmentent le volume de boues et rendent la vidange plus fréquente et compliquée. Elles peuvent même bloquer le préfiltre et empêcher l'eau de s'écouler. Et si elles atteignent l'élément épurateur, elles bouchent les tuyaux et causent des dégâts considérables.

Pour les réseaux d'égouts municipaux, ce n'est pas mieux. Les pompes se retrouvent obstruées et endommagées par ces vilaines lingettes, entraînant des coûts élevés en entretien et en réparation pour les municipalités.

Mais pas de panique, il y a une solution simple pour éviter tout ce bazar : jetez vos lingettes humides à la poubelle ! Oui, c'est aussi simple que ça. Alors, faisons équipe pour sauver nos toilettes, économiser des frais d'entretien et préserver nos réseaux d'égouts. Ensemble, nous pouvons dire adieu aux bouchons de lingettes !

Installations septiques :
Programme d'aide financière

Afin d'alléger le fardeau financier engendré par la régularisation d'installations septiques déficientes et favoriser une meilleure protection de l'environnement, la Municipalité prolonge jusqu'au 31 décembre 2026 son Programme d'aide financière visant à financer les travaux de réparation ou de remplacement d'installations septiques existantes. Cette date est valide à moins que les fonds alloués au programme soient épuisés auparavant.

L'aide financière accordée sera limitée au coût réel des travaux et le financement prendra la forme d'une compensation prélevée sur le compte de taxe annuel de chaque propriétaire d'un immeuble imposable qui aura bénéficié d'une avance de fonds sur une période de 15 ans, au taux d'intérêt obtenu par la Municipalité lors de l'emprunt pour le financement du programme.

Les coûts admissibles doivent être d'un montant minimum de 5 000 $, pour pouvoir bénéficier du programme d'aide. Ils comprennent les services professionnels, le coût de la main-d'œuvre, des matériaux et équipements nécessaires pour l'exécution des travaux admissibles.

Pour plus d'information, consultez le règlement n° 705 du Programme d'aide financière pour la mise aux normes des installations septiques ou contactez le service de l'environnement au 819 846-2744, poste 203 ou au environnement@sddb.ca.

Horaire de la bibliothèque

Mardi et jeudi
- 10 h à 12 h
- 17 h à 20 h

Samedi
- 10 h à 15 h

Le saviez-vous ?

Saint-Denis-de-Brompton doit son nom à l'abbé Joseph-Denis Bellemare, une figure marquante de l'histoire locale. Né en 1857, l'abbé Bellemare a servi comme curé de Notre-Dame-des-Bois de 1887 à 1898, avant de devenir curé de Saint-François-Xavier-de-Brompton.

Calendrier des collectes

Les collectes ont lieu les mercredis.

- D DÉCHETS
- R RECYCLAGE
- C COMPOSTAGE
- G GROS REBUTS
- F FEUILLES D'AUTOMNE
- E ECOCENTRE D'UN JOUR (à l'arrière de l'aréna : 1000, rue Alfred-Lessard)

JUIN

		L	M	M	J	V	S D
							1
R	C	2	3	4	5	6	7 8
D	C	9	10	11	12	13	14 15
R	C	16	17	18	19	20	21 22
D	C	23	24	25	26	27	28 29
		30					

MAI

			L	M	M	J	V	S D
						1	2	3 4
R	C	E	5	6	7	8	9	10 11
D	C		12	13	14	15	16	17 18
R	C		19	20	21	22	23	24 25
D	C		26	27	28	29	30	31

CELIAPP ET RAP : DEUX OUTILS STRATÉGIQUES POUR L'ACHAT D'UNE PROPRIÉTÉ

Par Valérie L. Pouliot • Courtière hypothécaire stagiaire

L'accès à la propriété est un objectif majeur pour de nombreux Canadiens. Afin de faciliter l'achat d'une première maison, deux mécanismes d'épargne offrent des avantages fiscaux intéressants : le Compte d'épargne libre d'impôt pour l'achat d'une première propriété (CELIAPP) et le Régime d'accession à la propriété (RAP). Voici un tour d'horizon de ces options.

Le CELIAPP : Une solution flexible et avantageuse

Déductions fiscales et cotisations

Le CELIAPP permet de cotiser jusqu'à 8 000 $ par année, avec un plafond cumulatif de 40 000 $. Les cotisations inutilisées peuvent être reportées aux années suivantes. Tout comme les cotisations REER, ces contributions sont déductibles d'impôt, réduisant ainsi le revenu imposable de l'année en cours. Toutefois, contrairement au REER, les cotisations doivent être effectuées au plus tard le 31 décembre de l'année fiscale en cours pour être admissibles à une déduction.

Retraits non imposables

Les fonds accumulés dans un CELIAPP peuvent être retirés sans incidence fiscale, à condition qu'ils soient utilisés pour l'achat d'une première propriété que l'épargnant prévoit habiter. Ce fonctionnement s'apparente à celui du CELI, offrant ainsi un double avantage : une déduction fiscale à l'entrée et une exonération d'impôt à la sortie.

Conditions d'admissibilité

Pour ouvrir un CELIAPP, l'épargnant ne doit pas être propriétaire d'une résidence au moment de l'ouverture du compte ni l'avoir été dans les quatre années précédentes. Dans le cadre d'un couple, si l'un des deux partenaires est inadmissible, cela empêche également l'autre d'ouvrir un CELIAPP. Toutefois, si le compte a été ouvert avant d'être en couple avec une personne déjà propriétaire, cette règle ne s'applique pas, et les fonds pourront être utilisés pour un achat, peu importe l'admissibilité du conjoint au moment de l'acquisition.

Fermeture du compte

Un CELIAPP doit être fermé après 15 ans. Si le titulaire n'a pas utilisé les fonds pour acheter une propriété, il peut les transférer dans un REER sans que cela n'affecte ses droits de cotisation. Cependant, une fois transférés, les retraits ultérieurs seront imposables, ce qui entraîne la perte de l'avantage fiscal du retrait non imposable.

Le RAP : Une alternative complémentaire

Le REER, principalement conçu pour l'épargne-retraite, peut aussi être un levier d'achat immobilier grâce au RAP. Celui-ci permet de retirer jusqu'à 60 000 $ de son REER sans impact fiscal immédiat, à condition de respecter les règles de remboursement.

Conditions d'admissibilité au RAP

- Le participant ne doit pas être propriétaire ni l'avoir été dans les quatre années précédentes.
- Il est possible d'utiliser le RAP plus d'une fois, à condition que le solde de remboursement soit à zéro au début de l'année où un nouveau retrait est effectué.

Modalités de retrait et de remboursement

Les fonds doivent être investis dans le REER depuis au moins 90 jours avant d'être retirés sous le RAP. Après une période de grâce de deux ans, le remboursement du montant retiré s'échelonne sur 15 ans. Un allégement temporaire prolonge cette période de trois années supplémentaires pour les premiers retraits effectués entre 2022 et 2025.

Optimiser son RAP avec un prêt REER

Lorsque les cotisations REER ne sont pas maximisées, une stratégie consiste à contracter un prêt REER afin d'augmenter l'épargne admissible au RAP.

Fonctionnement du prêt REER

1. Un prêt est contracté et les fonds sont investis dans un REER.
2. Après un minimum de 90 jours, le montant est retiré via le RAP.
3. Une partie des fonds retirés est utilisée pour rembourser le prêt, tandis que le reste sert à la mise de fonds de l'achat immobilier.

Le principal intérêt de cette approche réside dans le remboursement d'impôt généré par la cotisation REER. Ce retour fiscal peut ensuite être utilisé pour couvrir certaines dépenses liées à l'achat d'une propriété ou pour investir davantage dans un autre compte de placement.

Choisir la meilleure stratégie

L'avantage, c'est que vous n'avez pas à choisir entre ces stratégies : vous pouvez utiliser les deux simultanément. Chaque acheteur peut retirer jusqu'à 60 000 $ via le RAP et le montant total du CELIAPP, soit 40 000 $ plus les gains accumulés avant le retrait. Ainsi, un acheteur pourrait réunir plus de 100 000 $ pour la mise de fonds. En combinant ces stratégies et en explorant des options comme le prêt REER, il est possible de maximiser ses ressources et d'accéder plus facilement à la propriété.

Avant d'entamer ces démarches, il est recommandé de consulter un conseiller financier afin de vérifier qu'aucun changement réglementaire n'affecte l'utilisation de ces comptes.

LE RONRONNEMENT **CHEZ LE CHAT**

Par Annik Boisclair • Technicienne en santé animale

Ce son nous fait craquer à coup sûr. Parfois discret, parfois intense, mais toujours accompagné d'une sensation de détente incroyable. Je ne crois pas avoir rencontré un chat qui n'en émette aucun. D'ailleurs, ils parviennent à ronronner dès leur plus jeune âge, avant même d'ouvrir les yeux et de marcher.

Saviez-vous que ce mode de communication chez nos félins n'est pas toujours synonyme de bien-être et de bonheur ? Il peut aussi leur servir à apaiser d'autres individus lors de conflits ou encore à se détendre en situation de stress ou d'inconfort. Un chat qui ronronne n'est donc pas forcément au meilleur de sa forme ! Il est important de rester vigilant et d'observer ses habitudes, ses changements de comportement ainsi que son état de santé général.

Bien sûr, ils utilisent également le ronronnement pour nous témoigner leur satisfaction et leur confort, ou encore en guise de remerciement !

Quel beau cadeau pour nous, car ce doux son est reconnu pour ses effets apaisants. Ses vibrations auraient plusieurs bienfaits sur notre organisme, notamment en abaissant la tension artérielle, en favorisant la libération de sérotonine (l'hormone du bien-être), en encourageant la production d'ocytocine (l'hormone du réconfort) et en améliorant la qualité du sommeil.

Alors, si vous trouvez Minou couché confortablement sur vous, serein, l'air totalement détendu, pétrissant doucement vos cuisses et produisant ce merveilleux son, profitez de chaque instant. Dans ce cas, aucune inquiétude à avoir ! Juste un beau moment de thérapie en échange de vos bons soins et de votre amour pour cette petite bête poilue.

REQUIEM POUR **L'AUTO ÉLECTRIQUE**

Par Monsieur Mots

Cette photo par Auteur inconnu est soumise à la licence CC BY-NC-ND

J'ai connu celle-ci en 1968. Entre l'invention de la *Matchbox* et la *Hotwheels*. Rapide, mais fragile, entretien régulier nécessaire, piste de course fixe et fastidieuse à assembler ; on se blasait vite de faire des 8 ou de la remettre sur le sillon. Pourtant, elle avait occasionné bien des sacrifices à mes parents. Mais la *Hotwheels* ! L'innovation du siècle : grâce à ces essieux à peu de friction, elle allait où nous voulions d'une simple poussée du doigt. Elle envoyait l'indestructible *Matchbox* aux oubliettes. Pas de pile ou de transformateur requis, son trajet n'avait d'égal que les limites de notre imagination. Elle se glissait aisément dans notre poche et à l'école, la nouvelle était l'héroïne des récréations. Nos proches pouvaient nous en procurer sans se ruiner.

Les années sont passées, j'ai laissé celles-ci pour le vélo. Et comme quiconque, un jour, j'ai acheté ma première voiture à combustion. Une série de véhicules suivirent, toujours plus dispendieux. Dans notre monde de consommation, rares sont les produits dont le prix s'accroit année après année. Je ne songe pas à notre panier d'épicerie. Vous vous souvenez de votre première calculatrice ou première ampoule LED ? Le coût de l'automobile n'a cessé de se majorer en raison de l'addition sans fin de gadgets électroniques, souvent inutiles. Bien sûr, l'augmentation des salaires des ouvriers joue un rôle, mais que penser de ceux des chefs d'entreprise.

Le tarif moyen d'un véhicule à combustion est de 50 000 $. Pouvait-on faire mieux ? Oh que si ! Commerçons l'environnement, ajoutons le signe vert sur notre carrosserie. Profitons de la largesse des gouvernements et de ses subventions. Stimulons le consommateur encore étourdi par la COVID. Sans description claire de son impact écologique (énergie nécessaire pour sa construction et sa recharge [on parle de créer des centrales au gaz naturel, nucléaire, au charbon, éolien ou solaire]), de son comportement au froid, de son recyclage, de l'impératif de trouver de nouvelles sources de métaux rares (mines souvent polluantes), sans information sur son prix de revente ni sur celui de ces réparations ; ils ont réussi à nous offrir ces voitures à plus de 70 000 $. Alors que la masse populaire devait y avoir accès pour diminuer les changements climatiques, c'est la classe supérieure qui eut la possibilité de s'en procurer.

Le bon sens demandait de petits véhicules, légers et moins énergivores. La mode a eu raison de la logique. Le poids moyen de ce récent mode de transport dépasse largement celui des anciens prototypes à essence.

Et que dire de sa technologie ? Vous vous souvenez du VHS et du Beta, de la cassette 8 pistes, du 33 tours et du disque compact ? L'ingénierie de sa batterie ne cesse d'évoluer et rapidement : lithium liquide, puis solide, au sodium ou peut-être à l'hydrogène. Qui gagnera ? Qui finira à la casse ?

Nos amis chinois réussissent à construire des véhicules tout aussi perfectionnés pour moins de $ 25 000 US. Certains modèles sont offerts à $ 10 000 US. Pourquoi ne pas les introduire sur notre marché comme l'ont fait tout l'Amérique du Sud et le Mexique ? Perte d'emplois, fermeture d'usine, risque d'espionnage et surtout : ne froissons pas nos vétustes alliés. Trumper fait mal. La solution : imposons des tarifs de 100 % aux bagnoles électriques chinoises. Épargnons notre mode de vie, le vert attendra. Les changements climatiques n'existent pas. Après nous : le déluge.

Le bout du boute : les grands constructeurs abandonnent les petites voitures à combustions (Honda Fit, Nissan Micra, Toyota Yaris). L'état de nos routes justifie de se promener en tank. Pourquoi faire quelques sous lorsqu'on peut faire plus ? La marge de profit est beaucoup plus importante pour les VUS.

Demeurant près de la 222, je suis sidéré de voir le nombre d'autos avec un seul occupant faire l'aller-retour d'une usine de produits récréatifs chaque jour. Pensez aux tonnes de carbone dégagées. Où sont notre rationalité, notre responsabilité et notre conscience civiles ? Soutenons plus vigoureusement les efforts de covoiturage. La guerre commerciale que l'on subira aura peut-être raison, malheureusement, de ce va-et-vient continu. J'aurais aimé apercevoir plus d'autobus Léon sur ce trajet, même si la compagnie n'est plus : au moins, aurions-nous eu le courage de nos aspirations. Pensées pour les petits investisseurs floués de la mine avortée de Nemaska Lithium et du fabricant de motoneiges électriques Taïga.

Était-elle le fruit d'une folie collective, d'une mode, favorisant la consommation ? Rouler pour se faire rouler ; une odeur de musk, me direz-vous. Ses ventes ont reculé de 50 à 59 % en Europe. Disparaitra-t-elle ?

Sans prix raisonnable pour me la procurer, je déménagerai près de mon emploi pour aller travailler à pied ou à bicyclette, utiliserai le transport en commun ou emprunterai une Mitsubishi Mirage (on met aussi fin à sa construction) lors de nécessité. En dernier essor, un hybride ou une Fiat 500^{e} me permettra de produire moins de carbone. Après tout, c'était bien ça l'idée au départ : polluer moins et non dépenser plus. La crème du gâteau mangée, les subventions terminées, on nous indique que des modèles moins coûteux arriveront sous peu. À défaut d'un requiem, je prierai pour leur absolution. Ainsi sont-ils.

OSEZ PARLER DE **SANTÉ SEXUELLE**

Êtes-vous mal à l'aise de parler de santé sexuelle ?

Il est temps que ça change...

La santé sexuelle fait partie du bien-être global, mais elle est souvent exclue des discussions. Il est pourtant essentiel de s'informer sur le sujet et d'en parler ouvertement pour faire des choix éclairés en matière de prévention, de dépistage et de traitement des infections transmissibles sexuellement (ITS).

Par exemple, malgré qu'elle soit à la fois évitable et traitable, les taux d'infection à la syphilis ont augmenté[1] ces dernières années, ce qui préoccupe les représentants de la santé publique au Canada. Entre 2018 et 2023, le nombre de cas de syphilis infectieuse a presque doublé, passant de 6 371 cas à 12 135 cas. Les cas de syphilis congénitale (lorsque l'infection est transmise au bébé pendant la grossesse) ont pour leur part plus que triplé, passant de 17 cas en 2018 à 53 cas en 2023. D'autres ITS comme la chlamydia ou la gonorrhée sont aussi en hausse au pays, particulièrement chez les personnes de 25 ans et moins.

Des discussions gênantes au début, mais qui n'ont pas à l'être

Pour prendre votre santé sexuelle en main, avoir des conversations honnêtes et établir un lien de confiance avec votre ou vos partenaires est une étape importante. Vous pouvez :

- Aborder le sujet dans un moment de détente et d'intimité, et poser des questions : « Comment te sens-tu à l'idée d'utiliser des condoms ou d'aller passer un test de dépistage ensemble? ».
- Commencer la discussion par message texte ou écrire d'abord ce que vous voulez dire, si vous avez de la difficulté à en parler en personne.
- Mettre l'accent sur la bienveillance pour créer un espace sécuritaire pour définir vos limites et explorer ce qui fonctionne entre partenaires.

La seule façon de savoir avec certitude si vous avez une infection est de passer un test de dépistage car la plupart des ITS ne présentent pas de symptômes.

Pour réduire le risque de contracter une ITS et de la transmettre, vous pouvez aussi considérer la vaccination contre le VPH, l'hépatite B et la mpox, l'utilisation de méthodes barrières (condoms et digues dentaires) et vous renseigner sur les pratiques sexuelles sécuritaires.

La santé sexuelle va bien au-delà des ITS et des conversations. Il s'agit également de se sentir en sécurité, en confiance et bien informé en ce qui concerne son corps, ses relations et ses choix. Pour plus de ressources et conseils, consultez Votre santé sexuelle est importante[2].

1. https://www.canada.ca/fr/sante-publique/nouvelles/2025/02/declaration-du-conseil-des-medecins-hygienistes-en-chef-sur-la-reponse-a-la-preoccupation-croissante-concernant-la-syphilis-au-canada.html?utm_campaign=hc-sc-sexual-health-24-25&utm_medium=email&utm_source=s-takeholders&utm_content=syphilis-news-fr

2. https://www.canada.ca/fr/services/sante/campagnes/infections-transmissibles-sexuellement.html?utm_campaign=hc-sc-sexual-health-24-25&utm_medium=email&utm_source=stakeholders&utm_content=sti-fr

LES ENTREPRISES
Daniel Fontaine INC.
RBQ : 8343-5891-41

EXCAVATION | AMÉNAGEMENT
TRANSPORT | INSTALLATIONS SEPTIQUES
PROJETS CLÉ EN MAIN

GÉNÉRAL | INDUSTRIEL | MUNICIPAL
RÉSIDENTIEL | COMMERCIAL

Martin Rousseau | Cell.: 819 679.9844
entreprisesdanielfontaine@cooptel.qc.ca

364 Alphonse-Bombardier, Racine J0E 1Y0
Tél.: 450 532.4356 | www.entreprisesdanielfontaine.com

AVRIL

Par Sylvie Rouillard

Le travail invisible n'est pas une blague

Le mois d'avril commence bien sûr avec le poisson d'avril ou si vous aimez mieux, avec la Journée internationale de la blague. Mais, rappelons-nous que dans le numéro de mars, L'Afeas soulignait l'importance du travail invisible et nous invitait à marcher **le mardi 1er avril 2025** pour rappeler à nos gouvernements de décréter le premier mardi du mois d'avril *la journée internationale du travail invisible*. Le départ se fait à partir du site du **Marché Lacavore de Racine**[1]. Bravons les intempéries pour cette cause, car le travail invisible compte et il est majoritairement porté par les femmes. Selon Oxfam Québec, soigner, élever, cuisiner, nettoyer, organiser... Ces activités prennent du temps et de l'énergie ! Les femmes et les filles y consacrent des milliards d'heures chaque jour dans le monde, sans compter la **charge mentale** qui s'y ajoute.

Alors que ce **travail invisible** est essentiel pour nos sociétés, il n'est pas valorisé dans l'économie[2]. Le travail invisible comprend les proches aidants, les bénévoles d'organismes divers, la garde des petits-enfants, l'aide portée à un voisin ou à un membre de la famille, l'aide aux devoirs, stages non-rémunérés... Le travail invisible en mène large, mais reste peu reconnu et même connu ! On le prend malheureusement souvent pour acquis et tout à fait normal faisant partie de nos vies. Pourtant, il apporte son lot de stress, de préoccupations et de charges émotives pour celles et ceux qui le pratiquent sur une base quotidienne.

Journée internationale de la Conscience

Le 5 avril nous célébrons la Journée de la Conscience. La conscience de quoi, me direz-vous ? C'est plutôt vague comme appellation. Cette journée décrétée par l'ONU veut promouvoir une culture de paix et d'amour dans le monde. Nous en avons

Avril 2025

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
	1	2	3	4	5	6
Marche nationale journée nationale du travail invisible	Poisson d'avril	Journée internationale du livre pour enfants		Journée des droits des réfugiés au Canada	Journée internationale de la conscience	Journée mondiale du sport pour le développement et la paix
7	8	9	10	11	12	13
Journée mondiale de la santé	Journée nationale des ambulanciers	Journée mondiale de la licorne	Journée internationale des frères et des soeurs	Journée mondiale sur la maladie Parkinson	Journée des enfants des rues	
14	15	16	17	18	19	20
Journée mondiale de l'art	Journée mondiale du service social	Journée mondiale de la voix	Journée de l'égalité au Canada	Vendredi Saint		Pâques
21	22	23	24	25	26	27
Lundi Pâques	Journée de la Terre	Journée mondiale du livre et du droit d'auteur	Journée mondiale des animaux dans les laboratoires	Journée Mondiale pour la sauvegarde du lien parental	Journée mondiale de la propriété intellectuelle	
28	29	30				
Journée mondiale pour la sécurité et la santé au travail	Journée mondiale de la danse	Journée internationale du jazz				

- **Mi avril**: Semaine nationale de l'action bénévole
- **4 au 10 avril** : Semaine des hygiénistes dentaires
- **2e semaine** : Semaine Québécoise des éducatrices et éducateurs spécialisés, Semaine Québécoise de la garde scolaire
- **3e semaine d'avril** : Semaine canadienne de sensibilisation à l'infertilité,

bien besoin par les temps qui courent ! Nous sommes tous conscients présentement que la démocratie vit des moments difficiles. Elle est secouée par des guerres qui sévissent depuis trop longtemps et par des pays qui tendent de plus en plus vers la droite parfois extrême. Mais comment construire une culture de la paix ? Par *une action éducative, culturelle, sociale et civique globale, dans laquelle chaque personne a quelque chose à apprendre et quelque chose à donner et à partager*[3]. En éduquant nos enfants à plus de tolérance, d'acceptation et d'ouverture à l'autre, nous ferons en sorte qu'ils cultiveront des valeurs pacifistes et positives améliorant le monde dans lequel nous vivons. C'est à espérer !

Dans le même ordre d'idée, **le 6 avril** est la *Journée internationale du sport au service du développement et de la paix*. Le sport a un pouvoir rassembleur. Il encourage des personnes issues de milieux sociaux, culturels et économiques différents à se rencontrer et à partager une passion, des valeurs promouvant un monde plus pacifique et inclusif. Souvent, ça commence dans la cour de récréation ou dans les activités parascolaires. Enfin, **le 17 avril**, nous célébrons la Charte canadienne des droits et libertés qui a été signée en 1982. Elle permet à tous d'avoir les mêmes droits et empêche la discrimination par rapport à la religion, le sexe, la langue, le statut social, la race... Cette charte contient certes des limitations et n'est pas parfaite, mais elle met en place des valeurs et des principes fondamentaux qu'il faut continuer à défendre.

Par ces temps incertains soyons plus attentifs et à l'écoute des gens qui nous entourent.

1. Marché Locavore, 154 rte 222, Racine, J0E 1Y0
2. https://oxfam.qc.ca/campagne/travail-de-soin/
3. https://www.un.org/fr/observances/conscience-day

Depuis 1972
ENTREPRISE Familiale
ENT. MICHAEL GOSSELIN
St-Denis de Brompton
819 679-3394
rachelecamire@gmail.com
arbrestrie.com
- Abattage
- Émondage
- Essouchement
- Excavation et drainage

LICENCE RBQ: 1247-0696-31
Felteau inc.
RÉFRIGÉRATION
CLIMATISATION
*Nous sommes une entreprise familiale qui œuvre **depuis 65 ans!***
3091, rue King Est, Sherbrooke \ **819 569-3695**
- Thermopompe murales et centrales
- Ventilation
- Échangeur d'air
- Géothermie

www.felteau.qc.ca
Felteau inc.

SEMAINE SAINTE

Par le Comité de liturgie de Saint-Denis-de-Brompton

13 avril : Dimanche des Rameaux

- 9 h à l'église de Saint-Denis-de-Brompton
- 11 h à l'église de Sainte-Praxède

17 avril : Jeudi saint

- 15 h à l'église de Sainte-Praxède

18 avril : Vendredi saint

- 15 h à l'église de Saint-Denis-de-Brompton

19 avril : Veillée pascale

- 19 h 30 à l'église de Sainte-Praxède

Campagne de Pain partagé

- Pain partagé offert le 17 avril à Saint-Denis-de-Brompton (à votre pharmacie, épicerie, voisin...)
- Pain partagé offert le 18 avril à l'église Saint-Denis- de-Brompton lors de l'office de 15 h.
- Pain partagé offert par les Chevaliers de Colomb à Sainte-Praxède

20 avril : Pâques

- Messe à 9 h à l'église de Saint-Denis-de-Brompton
- Messe à 11 h à l'église de Sainte-Praxède

C'EST CARÊME, **TU VEUX JEÛNER...**

Par le Comité de liturgie de Saint-Denis-de-Brompton

Jeûne de paroles blessantes,
Et transmets des paroles douces et agréables.

Jeûne de mécontentements,
Et emplis-toi de gratitude.

Jeûne de ressentiments,
Et emplis-toi de douceur et de patience.

Jeûne de pessimisme,
Et emplis-toi d'espérance et d'optimisme.

Jeûne de préoccupations,
Et emplis-toi de confiance en Dieu.

Jeûne de possessions,
Et emplis-toi des choses simples de la vie.

Jeûne d'idées superficielles,
Et emplis-toi de prières.

Jeûne de critiques sur les personnes qui t'entourent,
Et découvre Jésus qui vit en elles.

Jeûne d'égoïsme,
Et emplis-toi de compassion pour les autres.

Jeûne de rancunes,
Et emplis-toi d'une attitude de réconciliation.

Jeûne de paroles,
Et emplis-toi de silence et d'écoute des autres.

Si nous tous appliquons ce **jeûne,** le quotidien ira s'inondant de paix, d'amour et de confiance !

Que dis-tu de ces exemples de jeûne pour 2025 en préparation de Pâques ?

PROCHAINE ACTIVITÉ

Par Aline Beaudette • Première vice-présidente du C.A de la Fadoq St-Denis

3 mai 2025 : Souper du mois

Endroit : Sous-sol de l'église à 17 h 30
Au menu : Au moment de mettre sous presse, le menu du mois de mai n'est pas encore disponible. Vous pouvez consulter la page web de la Fadoq St-Denis pour obtenir les détails du menu.
Pour réservation ou information : Contactez Aline Beaudette au 819 562-5059
Date limite pour réservation : 25 avril 2025

Tirage de prix de présence, suivi en soirée de la danse, de la pétanque-atout, des cartes, selon les goûts de chacun.

Apportez votre boisson, permis d'alcool sur place.

Carte de membre

N'oubliez pas de renouveler votre carte de membre Fadoq lorsqu'elle sera échue et encouragez vos ami(e)s à devenir membre eux aussi. Lors du renouvellement, mentionnez que vous voulez être membre de la Fadoq St-Denis de Brompton numéro D032 et demandez aussi à recevoir l'***Info Fadoq St-Denis***, le meilleur moyen de vous tenir au courant rapidement des évènements et activités du club. Il vous sera envoyé à votre adresse courriel. Bien sûr, la page web de votre club est toujours à votre disposition, elle est mise à jour tous les mois, je vous invite à prendre l'habitude de la visiter.

Le coût de la carte depuis le 1er janvier 2025 est de 30 $ pour un an ou 55 $ pour 2 ans.

Un renouvellement de carte ou une nouvelle adhésion peut se faire en ligne sur le site de Fadoq Estrie, par téléphone au numéro 819 566-7748 poste 101 (Madame Johanne Messier) ou directement sur place au 2050 King Ouest Bureau 020 à Sherbrooke.

BIEN MANGER ET **PROTÉGER L'ENVIRONNEMENT !**

Par Lucille Beaulieu • Secrétaire du C.A. de l'Afeas

Lors de notre dernière rencontre de Femmes d'ici du 18 février, Mme Élisabelle Hardy, diététiste-nutritionniste nous a renseignés sur l'alimentation Végé et Végan.

Voici quelques trucs pour végétaliser son assiette :

Végétaliser = LONGÉVITÉ
Une alimentation riche en végétaux diminue les risques de : plusieurs cancers, cholestérol, MCV, diabète de type 2, hypertension artérielle, troubles intestinaux...

Végétaliser...EN DOUCEUR.

- Moitié-moitié avec tofu émietté / PVT (fausse viande hachée) / Soupe aux pois / aux lentilles et légumes
- Diminuer sa portion de viande ; idéalement, on doit prendre 1 à 2 repas de viande par semaine.

En visitant internet, vous pouvez trouver des recettes du Chef Jean-Philippe Cyr et le Tofu magique de Loounie.

En plus Mme Élisabelle Hardy mentionne que ce sont des changements payants qui permettent de réduire les émissions de gaz à effet de serre (protégeons notre environnement).

Gaz à effet de serre (kg) pour produire 50g

Le bœuf : 8,5 à 25
Le porc : 3,8
la volaille : 2,9
Les œufs : 2,1
Tofu : 1,0
Légumineuses : 0,4

Notre prochaine rencontre de **Femmes d'Ici**, sera le 15 avril 2025 à 18 h 30 au sous-sol de l'église. La conférence portera sur une réflexion de son milieu de vie actuelle et à venir ; Mme Nicole Nantais nous renseignera sur le sujet.

Le local des **Mains agiles** est ouvert 4 jours / semaine et les responsables vous accueillent avec le sourire.

ViActive : Toujours au rendez-vous à chaque semaine le mercredi à 10 h.

JOYEUSES PÂQUES !!

CENTRE DE SANTÉ *Saint-Élie*

Services offerts :

- Chiropratique
- Ostéopathie
- Travail social
- Massothérapie / Kinésithérapie
- Réflexologie / Aromathérapie
- Psychologie / Neuropsychologie
- Prélèvement sanguin

(819) 791-1337
info@cdsse.ca
www.cdsse.ca

5978 Chemin de Saint-Élie, Sherbrooke J1R 0L1

CENTRE DE SANTÉ *Windsor*

Services offerts :

- Chiropratique
- Ostéopathie
- Massothérapie
- Sexologie

(819) 845-7885
info@cdswindsor.ca
www.cdswindsor.ca

75 rue de l'église, Windsor J1S 2A5

C'EST LE PRINTEMPS, **C'EST LE TEMPS DES SEMIS !**

Par la jardinière futée

Comme notre été québécois est plutôt court, vaut mieux prendre de l'avance et faire des semis à l'intérieur si nous souhaitons optimiser nos récoltes. L'idéal est de débuter la majorité des semis au mois de mars, pas avant ! Vous avez oublié de les partir? Il vaut mieux faire ses semis un peu plus tard que trop tôt.

Placez vos semis près d'une fenêtre avec beaucoup de luminosité, vous éviterez ainsi d'avoir des semis faibles et étiolés. Pour la majorité des plans, il faudra attendre le dernier gel avant de les mettre au jardin.

Début mars : c'est le début des semis. On plante :

- **L'oignon.** Il est un légume facile à cultiver. Les semences d'oignons peuvent se faire à l'intérieur dès le début mars pour être transplantés au potager début mai. Vous pouvez aussi semer des bulbes d'oignons directement au jardin.

- **Le poireau.** Le poireau est un légume qui demande plus de doigté. Il germe entre 5 et 7 jours et les semis devront être repiqués. Semez-les serrés, environ 1 cm entre les graines, pour pouvoir conserver les plants les plus vigoureux. Vous pourrez les transplanter au potager en mai.

Mi-mars, c'est la folie des semis. On peut presque tout mettre en terre dont :

- **Plusieurs fines herbes, tels le basilic, la ciboulette, l'origan et le persil**. **Le basilic** pourra être transplanté au potager début juin. Comme il n'aime pas trop être repiqué, prévoyez un bon espace entre les graines, de 2 à 3 cm. Idéal pour les jardiniers intermédiaires. **La ciboulette** est la fine herbe idéale pour les débutants, elle est très facile à cultiver. Vous pourrez la mettre au potager à la fin mai. Choisissez bien son emplacement, puisqu'elle est vivace et repoussera seule à chaque année ! **L'origan** est une fine herbe moyennement difficile à faire pousser. Ses semences sont petites et il faut les espacer d'environ 2 cm et ne pas les recouvrir de terreau. Vous pourrez sortir les plants à l'extérieur aussi à la fin mai. **Le persil** repousse tous les deux ans, mais son goût devient amer et peu intéressant ; il vaut mieux faire de nouveaux semis annuellement. On peut le transplanter au potager un peu plus tôt que les autres fines herbes, vers la mi-mai.

- **Le céleri.** Pour jardinier expérimenté seulement, si vous souhaitez les partir en semis ! Plantez-en plus que nécessaire puisque la levée n'est pas régulière. Vous conserverez les plus beaux plans. Le céleri met entre 5 et 21 jours à germer et il est prêt à être transplanté vers la mi-mai.

- **Les choux.** Toutes les variétés de chou poussent plutôt bien. Essayez-en plusieurs ! Ils germent en 4 à 7 jours et seront prêts à aller dehors dès début mai.

- **Les poivrons.** Les poivrons sont un peu capricieux côté température. Ils aiment la chaleur, autant les semis que les plants matures. La germination prend entre 6 et 8 jours et on ne doit pas les sortir avant début juin : ils sont frileux !

Début avril, c'est le temps de semer les derniers semis :

Le brocoli. Le brocoli est un légume facile à cultiver. Il sera prêt à aller au potager vers la mi-mai. Vos brocolis devront être repiqués lorsqu'ils auront 3-4 vraies feuilles.

Les laitues. Les laitues poussent rapidement si bien que vous pouvez les semer directement à l'extérieur. Elles commenceront à pousser en 2 à 10 jours. C'est la même chose pour les bettes-à-cardes.

Les tomates. C'est probablement le semis le plus répandu. Plantez plusieurs types de tomates : des rouges, des roses, des jaunes, des grosses, des petites ! On les sortira au potager seulement au début juin, en même temps que les poivrons. Mon petit truc : je les plante dans des verres en plastique au fond duquel j'ai percé un trou et que je remplis au tier avec de la terre. Plus mes semis poussent, plus je rajoute de la terre dans mon verre. Ça permet ainsi aux plans de se faire un bon réseau racinaire et d'être plus forts. Lorsque je les mets au jardin, j'enlève les branches du bas et je les plante profondément dans le sol, au point où presque juste la tête sort du sol. Vous aurez des plans plus forts, et selon mon expérience, ils produiront aussi plus rapidement !

Les concombres et les courgettes se plantent à l'intérieur de 2 à 4 semaines seulement avant de les transplanter au potager au début juin. Cependant, ces plantes n'aiment pas être manipulées. J'ai toujours eu plus de succès en les plantant directement au jardin à la mi-mai.

Et les autres ? Directement en pleine terre !

Certains légumes n'ont pas besoin d'être semés à l'intérieur. On peut les mettre directement au jardin. C'est le cas des :

- **Épinards :** à semer dès la mi-avril.
- **Radis :** à semer début mai, vous pouvez même partir plusieurs récoltes en les plantant aux 2 semaines, jusqu'à la fin mai.
- **Carottes, betteraves et haricots :** à semer à la mi-mai.

Bon jardinage !

Thermopompes et travaux d'isolation :

VIGILANCE SI ON VOUS FAIT MIROITER DES SUBVENTIONS

L'ACEF Estrie (Association coopérative d'économie familiale de l'Estrie) invite la population à la vigilance face aux entreprises qui font de la sollicitation téléphonique ou de la publicité sur les médias sociaux mettant de l'avant les subventions liés aux travaux d'efficacité énergétique.

« Des subventions existent en effet, mais on voit aussi passer des publicités douteuses ou carrément mensongères » indique Sylvie Bonin, la coordonnatrice. « Par exemple, on voit des publicités mentionnant des subventions fédérales. Pourtant, le programme canadien *Pour des maisons plus vertes* est terminé ! On voit aussi passer des « subventions régionales » ou des noms de subventions qui n'existent même pas ! On a vu de nombreux cas dans le passé d'entreprises qui vendaient les produits tellement chers que cela leur permettait d'inscrire au contrat une subvention-bidon qu'elles autofinançaient à même leur prix de vente ! » s'indigne Mme Bonin.

De nombreuses publicité Facebook invitent à cliquer pour connaitre le montant de subventions auxquelles on est admissible, mais cela abouti à un formulaire pour donner vos coordonnées. « On vous appelle alors pour prendre rendez-vous et une fois chez-vous on fait de la vente sous-pression. On a une dame dont les planchers étaient froids au rez-de-chaussée et qui souhaitait isoler le plafond de sa cave. Elle a complété le formulaire sur Facebook. Rendu chez-elle, le vendeur lui a vendu une thermopompe, installée à l'étage, ce qui ne règle aucunement son problème de planchers froids ! »

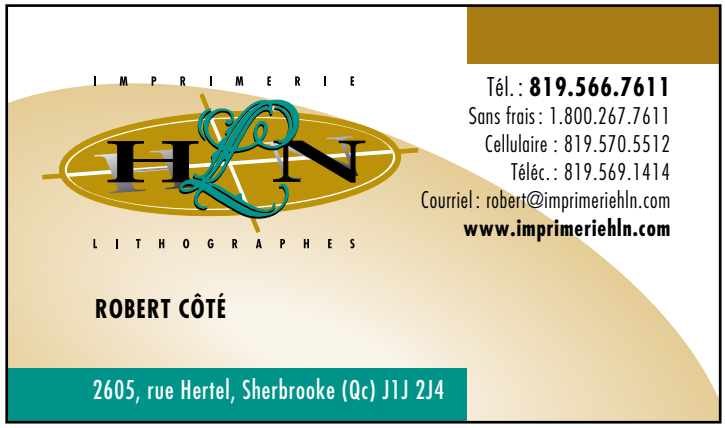
« Concernant les subventions réellement existantes, passer par ces entreprises n'est pas nécessaire, et cela pourrait même vous empêcher d'obtenir la subvention », indique Sylvie Bonin. « Par exemple, les principales subventions pour des travaux d'isolation passent par le programme Réno-climat. Or, pour en bénéficier, il faut d'abord s'inscrire pour faire un test d'infiltrométrie. Si les travaux ont été fait avant, vous n'aurez pas la subvention. Il en va de même pour les prêts sans intérêt du gouvernement canadien ». Concernant les subventions d'Hydro-Québec pour les thermopompes, il faut s'assurer que la thermopompe vendue fait partie de la liste des thermopompes admissibles.

L'organisme ajoute que la sollicitation en vue de conclure des contrats pour les thermopompes, service d'isolation ou de décontamination est interdite depuis novembre. « Malgré l'interdiction, des gens de la région nous ont signalé avoir reçu récemment de fréquents appels téléphoniques d'entreprises œuvrant dans ces secteurs d'activités » déplore la coordonnatrice.

L'ACEF suggère de vous informer par vous-même des subventions et contacter ensuite des entreprises de la région pour avoir des soumissions. « C'est souvent beaucoup moins cher que les commerçants itinérants. Et le service après-vente est meilleur » précise Sylvie Bonin.

Pour en savoir plus sur les programmes de subventions :

- **Hydro-Québec :**
  Logisvert https://www.hydroquebec.com/residentiel/mieux-consommer/aides-financieres/logisvert/residentiel.html
- **Gouvernement du Québec :**
  Transition énergétique Québec
  https://transitionenergetique.gouv.qc.ca/
- **Gouvernement du Canada :**
  Prêt canadien pour des maisons plus vertes (prêt sans intérêt) https://ressources-naturelles.canada.ca/efficacite-energetique/efficacite-energetique-maison/initiative-canadienne-maisons-plus-vertes/pret-canadien-maisons-plus-vertes



VIOLENCES SEXUELLES ET AUGMENTATION DES LOYERS — **DEUX INJUSTICES SOCIALES À COMBATTRE**

Nous l'observons régulièrement dans l'actualité : l'augmentation du coût de la vie et des loyers exacerbe les inégalités présentes au sein de notre société. Les premières victimes de cette réalité ? Les femmes.

Consciente de cet enjeu, l'équipe du CALACS Agression Estrie tient à dénoncer les violences sexuelles subies par les femmes, alors que des milliers de locataires et de familles s'apprêtent à signer ou à renouveler leur bail pour l'année à venir. Il est essentiel de mettre en lumière cette problématique et de reconnaître le lien étroit entre la crise du logement et les violences sexuelles dont les femmes sont victimes.

Les femmes en situation de précarité, particulièrement celles qui se trouvent à l'intersection de multiples oppressions, sont les plus touchées. L'augmentation du coût des loyers limite drastiquement leur capacité à quitter un environnement violent, faute de pouvoir accéder à un logement sécuritaire et abordable. De plus, les ressources d'hébergement destinées aux victimes de violence sont souvent saturées. Alors, où peuvent aller ces femmes confrontées à des violences sexuelles perpétrées par leur propriétaire ? Où peuvent se réfugier celles qui, en désespoir de cause, doivent échanger des services sexuels contre un toit ? Trop souvent, elles n'ont d'autre choix que de demeurer dans ces situations, ce qui amplifie leur sentiment de peur, d'insécurité, de culpabilité et de honte.

Il est impératif de considérer ce lien entre logement et violences dans l'élaboration de solutions concrètes. La pénurie de logements en Estrie a un impact majeur sur la sécurité physique, émotionnelle et sexuelle des femmes. Il est plus que temps que le gouvernement intervienne afin de garantir un accès accru aux logements sociaux, en particulier pour celles qui doivent fuir un contexte de violence. Ignorer cette problématique reviendrait à fermer les yeux sur la sécurité et la dignité des femmes.

Mission de l'organisme

Depuis plus de 40 ans, le CALACS Agression Estrie vient en aide aux femmes et aux adolescentes (12 ans et plus) ayant été victimes d'agression à caractère sexuel ainsi qu'à leurs proches. L'organisme communautaire autonome offre des services d'aide directe, de prévention et de sensibilisation aussi bien qu'il réalise des luttes et des actions politiques.

ST-DENIS-DE-BROMPTON SOULIGNE **LES 90 ANS DE LA FAMILLE ANCTIL**

L'année 2025 marque les 90 ans d'affaires de la famille Anctil à Saint-Denis-de-Brompton. À l'occasion d'une visite chaleureuse des locaux du BMR Anctil, le maire Daniel Veilleux, accompagné de la conseillère municipale Guylaine Rajotte et du conseiller municipal Guy Corriveau, a remis une plaque commémorative soulignant les 90 ans d'affaires de la famille sur le territoire St-denisien.

Par ce geste, la Municipalité souhaite exprimer toute son admiration au Groupe Anctil pour son succès depuis sa fondation. Du magasin général au BMR Anctil, en passant par le RONA, de nombreux citoyens ont fréquenté ces établissements, que ce soit en tant que clients ou employés.

« Nous sommes fiers d'avoir un groupe de gens d'affaires aussi solide, uni et performant à Saint-Denis-de-Brompton, mentionne le maire. Voir toutes ces générations d'Anctil à l'œuvre dans cette entreprise familiale est admirable. Nous vous souhaitons encore 90 ans de succès commercial », indique-t-il.

L'entreprise située au 3110 route 222 à Saint-Denis-de-Brompton est un fleuron commercial de la Municipalité, et cet anniversaire mérite d'être célébré. Nous soulignons également que la famille Anctil et la Municipalité sont liées par l'année 1935, qui fut l'année de constitution de la Municipalité et le début du succès d'affaires de la famille.

Les représentants municipaux et les membres de la Famille Anctil lors de la remise de la plaque soulignant les 90 ans d'affaires du Groupe Anctil à Saint-Denis-de-Brompton.

ÉLECTION D'UN NOUVEAU MEMBRE AU COMITÉ ADMINISTRATIF DE LA MRC DU VAL-SAINT-FRANÇOIS

Lors de sa séance du 19 mars, le Conseil de la MRC du Val-Saint-François a procédé à l'élection d'un membre afin de pourvoir un poste de représentant(e) des municipalités de moins de 2 000 habitants au sein de son Comité administratif. À l'issue du scrutin, Mario Côté, maire de Racine, a été élu pour siéger au comité jusqu'en novembre 2025.

Mario Côté, maire de Racine

M. Mario Côté succède ainsi à M. Herman Herbers, maire de Cleveland, qui occupait précédemment cette fonction.

Rappelons que le Comité administratif est formé pour un mandat de deux ans à la suite de chaque élection. Étant donné que cette nomination survient en année électorale municipale, de nouvelles élections auront lieu en novembre prochain afin que le Conseil de la MRC procède à l'élection d'un(e) préfet(e), d'un(e) préfet(e) suppléant(e) ainsi que des membres du Comité administratif.

MOTS CACHÉS

E	P	L	M	E	C	O	Y	S	W	B	R	E	H	D
F	F	T	U	B	H	A	H	V	E	V	J	M	I	J
V	N	E	T	T	O	R	A	C	M	V	U	R	M	K
P	U	V	P	N	C	P	R	R	L	K	W	I	W	P
T	A	I	M	E	O	A	O	E	U	F	C	F	I	D
R	R	O	K	F	L	Q	C	I	N	O	E	E	G	V
G	Y	E	F	O	A	U	L	N	S	F	B	S	I	J
S	J	E	S	K	T	E	O	A	M	S	O	L	W	B
T	J	D	T	I	J	S	C	P	P	P	O	F	F	G
S	O	H	H	L	J	K	H	R	L	I	Y	N	W	I
S	E	O	V	N	O	A	E	U	S	B	N	M	T	U
E	U	U	N	V	W	I	K	U	V	C	G	G	F	U
H	L	G	N	C	C	H	K	L	V	L	K	S	C	V
P	M	K	P	P	J	I	I	K	V	S	J	M	L	C
P	M	K	J	A	V	A	T	F	V	F	C	R	W	G

AIME
CAROTTE
CHOCOLAT
CLOCHE
LAPIN
OEUF
PANIER
PAQUES
POISSON
POULE

SUDOKU

		1			7	9		
	6		5	3			8	
7		2	6			5		3
2				1		8	5	
	7		9		8		2	
	4	3		2				6
9		4			3	6		8
	3			7	9		1	
		7	4			2		

Solutions à la page suivante.

JOYEUSES PÂQUES !

Oyé Oyé

ATELIER DE PEINTURE LIBRE

Venez rencontrer la nouvelle professeure de peinture. Ici à Saint-Denis-de-Brompton !

Vous êtes toujours les bienvenues pour la création libre.

Pour plus d'information,
appeler Mme Jacqueline Tremblay
au 819 846-1973

CITATIONS SAVOUREUSES

par René Bergeron

Si le Canadien avait remporté la victoire, ça aurait été le point tournant du match. – Jacques Martin

Faut que tu sois clair et le moins que t'en dis, le mieux c'est. – Jacques Demers

Il ne faut pas que t'essaies de blesser un joueur de façon intentionnelle.

Si j'étais lui, je n'aimerais pas être à sa place.

LE SAINT DENISIEN
JOURNAL COMMUNAUTAIRE

Pour nous joindre

Caroline Piché, Directrice générale
info@lesaintdenisien.ca

www.lesaintdenisien.ca
C.P. 53, Saint-Denis-de-Brompton
(Québec) J0B 2P0

Marie-Claude Boutin, Journaliste pigiste
chronique@lesaintdenisien.ca

Conseil d'administration

Audrey Beauchesne, Présidente
presidence@lesaintdenisien.ca

Valérie Bridger, Vice-présidente

Rébecca Lazure, Trésorière

Karine Vienneau, Secrétaire

Olivier Bonneau, Administrateur

Le Saint-Denisien est un journal communautaire mensuel, imprimé par Imprimerie HLN et distribué par Postes Canada aux résidents de Saint-Denis-de-Brompton gratuitement.

Le Saint-Denisien bénéficie de l'aide financière du ministère de la Culture et des Communications du Québec.

AMECQ Tirage certifié Québec

L'équipe du journal Le Saint-Denisien se dégage entièrement de toute responsabilité concernant un article ou une publicité publié(e) dans le journal.

Solutions de la page de jeux

Mots cachés

Sudoku

3	5	1	8	4	7	9	6	2
4	6	9	5	3	2	7	8	1
7	8	2	6	9	1	5	4	3
2	9	6	3	1	4	8	5	7
1	7	5	9	6	8	3	2	4
8	4	3	7	2	5	1	9	6
9	2	4	1	5	3	6	7	8
6	3	8	2	7	9	4	1	5
5	1	7	4	8	6	2	3	9

ANNONCEURS

GGB
ENTREPRENEUR ÉLECTRICIEN
Industriel / commercial / résidentiel
819 345-1147
Guy Bombardier, M.E.L.
St-Denis-de-Brompton, Qc

FONDATIONS
Rock Simard 2002 INC.
RBQ : 8280-9427-32
Raymond Camiré
propriétaire
- RÉSIDENTIEL et COMMERCIAL
- ESTIMATION GRATUITE
- EXCAVATION
- DÉPLACEMENT de MAISON
- BITUMINAGE
- DALLE FLOTTANTE
- DALLE STRUCTURALE
- FINITION de PLANCHER de BÉTON

Tél.: 819 843-1637
Cell.: 819 560-1920
Fax: 819 868-8053
Courriel: rocksimard2002@hotmail.ca

J.F.C
Joints & Peinture
Jean-François
819 943-6708
Projet résidentiel
RBQ: 5824-5192-01

sergeguillemette@videotron.ca
PLUS DE 25 ANS D'EXPÉRIENCE
SERGE GUILLEMETTE
mini-excavation
819-212-8129
TRAVAUX DE TOUS GENRES | ESTIMATION GRATUITE

LES FRÈRES CAMIRÉ
Foin et paille
Produits de l'érable
Travaux de labourage - débroussaillage, etc.
Gervais Camiré 819-846-0088
Raymond Camiré 819-868-1027
Cell: 819-560-1920
1365 A, route 222, Saint-Denis-de-Brompton, Qc. - J0B 2P0

Jean-Claude Mongeau Enr.
Entrepreneur en fondation
Dalle de garage et galerie en béton
jean-claude.mongeau@videotron.ca
TPS : 11306 3333 RT0001
TVQ: 1007160182 TQ0002
RBQ: 8177-2626-39
819-846-3505

UNI-PRO

GARAGE MARTIAL PRUNEAU INC.

VITRXPERT vitres d'autos remplacement · réparation

1970 route 249, c.p. 89, Saint-Denis-de-Brompton (Québec) J0B 2P0
courriel : garagemartialpruneauinc@videotron.ca

T. 819 846.3277

Vente de pneus
de toutes marques,
Entreposage disponible,
Mécanique générale, Freins,
Silencieux, Suspension,
Injection, Alignement,
Remplace et réparation de vitres

www.garagemartialpruneau.com

ST-DENIS DE BROMPTON

L'intermarché

Ouvert du lundi au samedi de 8 h à 21 h

819 846-4500 | intermarchestdenis.com
2009, route 222, St-Denis-de-Brompton

SAQ AGENCE

Au plaisir de vous servir !
Jacinthe Allaire, Roger Pellerin, Mylène Roy et Nadia Pellerin

PAYSAGISTES
Chantal Lambert

Site internet : www.pclambert.com
Tél.: 819 846.4464
Courriel: info@pclambert.com

maître paysagiste

Les entreprises
Ghislain Laroche

- excavation
- transport en vrac
-

Cell. : (819) 823-2535
Bur. : (819) 846-0880
Fax : (819) 846-0877

LE SAINT DENISIEN