VOLUME 36 | NUMÉRO 6
JUILLET 2025

LE SAINT DENISIEN

JOURNAL COMMUNAUTAIRE

Passez un bel été !

Alors que nous tournons la page de cette dernière édition avant la pause estivale, nous avons une bonne nouvelle à vous annoncer dans notre éditorial! ***p. 3***

Au plaisir de vous retrouver pour notre édition de septembre.

Crédit photo couverture : Caroline Piché

DANS CETTE ÉDITION...

Gens d'ici

10 chandelles pour notre bibliothécaire

Reconnue pour son sourire, son accueil chaleureux ainsi que pour son dévouement à vous conseiller, Jacynthe Paré fête ses 10 ans à la bibliothèque municipale !

p. 4

Paroisse Christ-Sauveur

Vente de garage de l'église

L'église de St-Denis-de-Brompton procédera à une vente de divers biens.

p. 5

Comportement animal

La rage : protéger nos animaux et nous-mêmes

Les récents cas de rage du raton laveur signalés en 2025 (27 jusqu'à maintenant), rappellent l'importance de la vigilance.

p. 27

Soyons en contact

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

T.A. RÉNOVATION
819-943-6964
PORTES ET FENÊTRES
RAMPES ALUMINIUM
BALCON
REVÊTEMENT
AGRANDISSEMENT
ET PLUS !
Plus de 20 ans d'expérience!
RBQ:5845-5528-01
tarenovationinc@hotmail.com

C'EST LE TEMPS DE NOTRE PAUSE ESTIVALE

Caroline Piché • **Directrice générale du Saint-Denisien**

Alors que nous tournons la page de cette dernière édition avant la pause estivale, revenons sur quelques moments des dernières semaines.

Début juin, le Club de chasse et pêche a organisé la première édition de *Pêche en herbe,* un événement qui a réuni passionnés et jeunes pêcheurs autour d'une activité enrichissante. Le Saint-Denisien était présent pour couvrir cette belle initiative. L'esprit de cette initiative résume parfaitement ce qui fait la force de notre communauté : le partage et la convivialité.

À la mi-juin, l'équipe du Journal s'est réunie pour son souper estival à la Brasserie Lac-Brompton, une tradition qui marque le début de notre pause estivale. Entre discussions sur les projets en cours et futurs, cette soirée a permis à chacun de profiter d'un temps convivial en dehors des habituelles rencontres plus officielles. Faire partie de notre conseil d'administration, c'est aussi pouvoir participer à ces soupers traditionnels qui renforcent l'esprit d'équipe et la dynamique du journal. C'est aussi une belle occasion pour Le Saint-Denisien de souligner et remercier l'implication de chacun des membres de son C.A. Parce que sans chacun de vous, le Journal n'existerait pas.

Finalement, c'est avec une immense fierté que je vous annonce la mise en ligne de notre tout nouveau site web ! Après des mois de travail et de réflexions, nous avons enfin créé un espace numérique qui vous permettra de profiter d'une information locale, fiable et accessible où que vous soyez.

Ce que vous trouverez sur notre nouveau site web

- Des articles et reportages ***exclusifs*** ainsi que de l'information sur les enjeux locaux.
- Tous les contenus et les archives de notre version papier.
- Un calendrier des événements pour ne rien manquer des activités de notre communauté.
- Un endroit pour vous afficher en tant qu'annonceur à prix compétitif !

Nous sommes convaincus que ce site deviendra une ressource incontournable pour tous les saint-denisien.ne.s qui souhaitent rester connectés à la vie locale mais qui sont moins tentés par notre édition papier. Notre journal poursuit son engagement à informer et à valoriser les initiatives qui font la richesse de notre communauté.

Nous vous invitons à explorer ce nouvel espace toujours en évolution et à découvrir les nombreuses chroniques qui vous attendent. N'hésitez pas à nous faire part de vos impressions !

Nous vous souhaitons un été rempli de découvertes et de beaux moments, et nous avons hâte de vous retrouver pour notre édition de septembre avec encore plus de nouvelles et de projets inspirants.

À très bientôt en ligne et dans votre boîte aux lettres !

PROCHAINE DATE DE TOMBÉE :
11 AOÛT 2025

SOMMAIRE

MOT DU SAINT-DENISIEN 3
GENS D'ICI 4
PAROISSE CHRIST-SAUVEUR 5
COMITÉ CULTUREL 6
BIEN-ÊTRE 11
ENSEMBLE POUR LA TERRE 12
BIBLIOTHÈQUE SDDB 14
CHRONIQUE MUNICIPALE 16
ÉCOLE DU JARDIN-DES-LACS 20
COUTURE 22
FADOQ ST-DENIS 23
CLUB DE CHASSE ET PÊCHE 24
SOLIDARITÉ HAÏTI 26
COMPORTEMENT ANIMAL 27
NATURE S'IL VOUS PLAIT 28
AFEAS ST-DENIS 29
COMMUNIQUÉS DE PRESSE 30
SANTÉ PSYCHOLOGIQUE 32
PETITES ANNONCES 34

ÉLECTIONS MUNICIPALES

Les élections municipales sont à nos portes, et vous vous présentez ?

Faites-vous connaître en nous envoyant votre présentation !

info@lesaintdenisien.ca

DIX CHANDELLES POUR NOTRE BIBLIOTHÉCAIRE JACYNTHE PARÉ

Par Marie-Claude Boutin • Journaliste pigiste

Amateur, amatrice de littérature, vous la connaissez pour son sourire, son accueil chaleureux ainsi que pour son dévouement à vous conseiller ! Et oui, Jacynthe Paré est la bibliothécaire de notre bibliothèque municipale depuis maintenant 10 ans !

Il s'en est passé des choses en une décennie ! Que l'on parle d'agrandissement de la superficie, d'aménagement du mobilier, du prolongement des horaires d'ouverture, ou encore du développement des services et activités offerts à la bibliothèque, Jacynthe est fière du travail accompli afin de dynamiser notre milieu de vie.

En proposant ce service de proximité aux saint-denisiens et saint-denisiennes, Jacynthe souhaite démocratiser l'accès à la culture et la lecture. Elle invite d'ailleurs les familles à bénéficier du **Club de lecture** qui prendra son envol cet été, de même que le **Sentier des contes**, lequel sera accessible au parc Desjardins !

Adepte de la zoothérapie, Jacynthe trimbale son petit chien qui agit à titre de mascotte de la bibliothèque de même que comme médiateur pour entamer les discussions, particulièrement auprès des jeunes. En se remémorant les années passées, elle s'émerveille devant tous ses souvenirs, notamment la tendresse des usagers et enfants qui ont témoigné leur compassion quand Pikachu, son chihuahua à poil long, a rendu l'âme. Aujourd'hui, c'est Ti-Pit que l'on côtoie lorsque sa maîtresse est de service, et ce, au plaisir des petits et grands !

Notre bibliothécaire est grandement reconnaissante envers le travail de ses acolytes, dont Rébecca Lazure qui est très proactive auprès des jeunes ainsi que Sylvie Rouillard qui se charge du volet d'animation. À elles s'ajoute une dizaine de bénévoles qui donnent de leur temps pour concrétiser les initiatives tout en soutenant le bon fonctionnement de notre bijou municipal, qu'est notre bibliothèque !

En Estrie, on dénombre une cinquantaine de bibliothèques qui, comme pour Saint-Denis-de-Brompton, sont membres du Réseau Biblio où la mission est que « tous les Estrien·nes [aient] accès à la culture, à l'éducation, au loisir culturel et à l'information »[1]. Jacynthe est fière d'affirmer que la communauté de Saint-Denis est l'une de celle qui profite le plus du service de prêts entre bibliothèques. En effet, il est possible d'emprunter gratuitement un livre d'une autre succursale lorsque le volume n'est pas disponible sur ses rayons.

De plus, les abonné·e·s des bibliothèques membres du réseau bénéficient de divers logiciels en ligne, dont *Alec* pour l'apprentissage de la lecture et de l'écriture pour les tout-petits ainsi que *Toutapprendre.com* qui propose une vaste gamme de formations en virtuel pour développer ses compétences. La consultation des bases de données *Protégez-vous* est également offerte pour devenir des consommateurs·trices averti·e·s. Diverses revues en ligne ainsi que des livres audios sont aussi accessibles.

Pour profiter de l'un de ces services, lesquels sont parfois méconnus, rien de plus simple : obtenez votre carte d'abonné·e·s, si cela n'est déjà fait, et demandez votre numéro d'identification personnel (NIP) qui vous permettra d'accéder à l'ensemble des ressources en ligne et applications, lorsque disponibles.

Peu importe vos envies de lecture, Jacynthe Paré saura vous recommander un ouvrage qui répondra à vos besoins. À celle qui éprouve du plaisir à chaque quart de travail, souhaitons-lui et souhaitons-nous encore une autre dizaine d'années à titre de bibliothécaire municipale. Merci Jacynthe Paré !

1. Mission | Réseau BIBLIO de l'Estrie, https://www.reseaubiblioestrie.qc.ca/fr/qui-sommes-nous/mission , (16 juin 2025)

VENTE DE GARAGE
ÉGLISE SAINT-DENIS-DE-BROMPTON

Par Colette Lemieux • Comité de gestion

Avec regret, notre église a fermé officiellement le 29 juin. Elle restera dans notre paysage puisque la municipalité l'a achetée.

Nous avons beaucoup d'articles qui pourraient faire votre bonheur.

L'église désacralisée sera ouverte le vendredi et samedi 1er et 2 août ainsi que le samedi et dimanche 9 et 10 août. Nous vous attendons de 9 h à 17 h. Argent comptant et nous serons contents !

Exemples de quelques articles : bancs d'église de 1, 3 ou 6 places, 4 paravents en chêne, grands personnages de la crèche, nappes de différentes grandeurs, lutrins en bois, arrangements floraux, objets de bureau, imprimante, télévision, climatiseur portatif, classeurs 4 tiroirs, étagères, chaises, grandes et petites tables, aspirateur vertical, polisseuse commerciale, aspirateur ''shop vac'' escabeaux, etc...

Tous les items sont trop longs à énumérer.

Venez voir, ça vaut le détour parce qu'il y a quelque chose pour vous.

Au plaisir de vous y voir !

CULTURE D'ICI

Par Colombe Landry et Rébecca Lazure • Comité culturel de SDDB

L'église : un lieu pour se rassembler encore et encore !

Le Comité culturel est conscient que la vente de l'église est un coup dur pour toutes les personnes pratiquantes qui seront en deuil de ce lieu de culte. Cependant, son achat par la municipalité nous garantit que ce bâtiment patrimonial conservera les magnifiques vitraux. Véritable projet rassembleur, les 46 vitraux ont été fabriqués par la communauté saint-denisienne à partir d'une maquette de l'artiste Claude Lafortune et sous la direction de Michel Martin, maître-verrier. Il aura fallu 6 ans, 26 personnes et 6 000 heures pour compléter l'ensemble des vitraux[1].

Nous sommes heureuses que ce bâtiment emblématique de Saint-Denis demeure un lieu de rassemblement accueillant. Depuis trop longtemps, nous manquons grandement d'espaces de rencontre. Nous espérons que cette acquisition par une institution publique rendra cet endroit plus accessible que jamais pour la communauté saint-denisienne.

RETOUR SUR NOS ACTIVITÉS

Les Ateliers de théâtre SDDB – DOSSIERS CHAUDS – 24 et 25 mai

Les comédiens et les comédiennes de *Les Ateliers de théâtre SDDB* ont superbement rendu la pièce *DOSSIERS CHAUDS*, adaptée et mise en scène par Martin Guy Bélanger. Les représentations des 24 et 25 mai ont été un franc succès que le public, très nombreux, a accueilli chaleureusement. Le Comité culturel tient à souligner le travail des membres de la troupe ainsi que les décors originaux d'Yvan Côté et de Lucie Pelletier. Merci également à Danny Leblanc Anctil pour l'éclairage et à Rita Gagnon pour le prêt des costumes. Chapeau à Bernard Racine, Émilie Leblanc Anctil, France Godbout, Israël Langlois, Louise Lefebvre, Lucie Pelletier, Nicole B. L'Heureux et Yvan Côté. Au fil des ans, les représentations de *Les Ateliers de théâtre SDDB* sont devenues un incontournable à Saint-Denis.

Les comédiens et les comédiennes de *Les Ateliers de théâtre SDDB* en compagnie du maire Daniel Veilleux.

Les Rencontres de Tristan – Michel Jean – 7 juin

Un public de 54 personnes s'est réuni au sous-sol de l'église pour participer à la Rencontre de Tristan du 7 juin dernier. Lors de cette rencontre, l'auteur Michel Jean a répondu avec empathie et authenticité aux questions de Tristan Malavoy, ambassadeur culturel de Saint-Denis et hôte de la rencontre. Les gens présents ont pu contribuer à la discussion, en posant des questions, mais surtout en saluant la richesse et la profondeur des romans de l'auteur innu.

Le Cœur de St-Denis – Concerts 10e anniversaire – 13 et 14 juin 2025

Les concerts soulignant le 10e anniversaire du Cœur de St-Denis se sont déroulés à l'église, devant un public rassemblant autant d'admirateurs de longue date que de nouveaux. Mises en valeur par le sonorisateur Serge Durocher (Intégrale Acoustique) et supportées par les instruments de Véronique Maheux (violon), Marie Sauvé (violoncelliste), Martine Chamberland (guitare) et Viviane Pépin (piano), les voix de la trentaine de choristes ont empli la nef d'échos tantôt joyeux, tantôt touchants, mais toujours enthousiastes.

Isabelle L'Heureux, cheffe de chœur, a guidé le public de main de maître tout au long des deux concerts (vendredi soir et samedi après-midi) avec ses interventions humoristiques entre les pièces. Ses interprétations de *L'amour existe encore* (Luc Plamondon) et de *Tango To Evora* (Loreena McKennitt) ont particulièrement impressionné les gens dans la salle.

À la fin des deux concerts, la chorale saint-denisienne a invité ses anciens choristes à rejoindre temporairement ses rangs pour la chanson *Le cœur est un oiseau*. Le samedi,

1. Source : https://www.letincelle.qc.ca/actualites/culturel/316700/les-vitraux-de-st-denis-une-uvre-originale

l'interprétation de cette chanson a été particulièrement marquée par la présence du choriste Réjean Rosa, absent des activités régulières pour des raisons de santé.

Cérémonie 10e anniversaire

Lors du concert du vendredi soir, le Comité culturel a remercié Nicole L'Heureux et Marguerite Plante pour leur engagement de longue date au sein du Cœur de St-Denis en leur remettant des dahlias rouges, cultivés par Jardin Pro. Les dix ans de service d'Isabelle L'Heureux ont également été soulignés par la remise d'un cadeau personnalisé.

La courte cérémonie s'est poursuivie avec la remise d'un troisième dahlia rouge (Jardin Pro) et d'un billet d'or à madame Monique Chaput afin de souligner son engagement auprès de la communauté saint-denisienne. En tant qu'initiatrice et cofondatrice du Comité culturel, du Cœur de St-Denis et des Ateliers de théâtre SDDB, madame Chaput a défriché un espace culturel dans le territoire saint-denisien. Monsieur Marc Brazeau, membre fondateur du Comité culturel, a également reçu un billet d'or pour le remercier de son implication culturelle à Saint-Denis-de-Brompton.

Concours

Vous n'avez pas pu assister à l'un des concerts ayant eu lieu à l'église ? Vous pouvez quand même participer au concours pour gagner un des deux mini-albums soulignant le 10e anniversaire du Cœur de St-Denis. Rendez-vous sur notre site web pour remplir le formulaire de participation : www.culturesddb.ca

À VENIR // EN COURS

Expo-Biblio

À partir du mois de juillet, les illustrations d'une jeune artiste saint-denisienne, Myuna Haristal (Anaïs Vachon), apporteront leurs couleurs aux murs de la bibliothèque municipale :

Bienvenue dans mon univers ! Je suis Myuna, une jeune artiste passionnée par le style manga. À travers mes dessins, je donne vie à des émotions, des histoires et des personnages inspirés de mes rêves et de mon quotidien. Chaque trait, chaque regard, est une invitation à entrer dans un monde à la fois doux, intense et plein d'imagination. Merci de prendre le temps de découvrir mon travail – j'espère qu'il saura toucher votre cœur autant qu'il m'a inspirée à le créer.

Le vernissage aura lieu le 11 juillet, de 17 h à 19 h, à la bibliothèque municipale. On pourra admirer cette nouvelle exposition jusqu'à la fin du mois de septembre.

Vous souhaitez exposer vos œuvres vous aussi ? Vous devez habiter sur le territoire de Saint-Denis ou en être originaire. Nous sommes déjà à prévoir les périodes d'expositions de l'année 2026, écrivez-nous : info@culturesddb.ca.

CULTURE D'ICI

Par Colombe Landry et Rébecca Lazure

Concours créatif et parcours culturel éphémère

Si ce n'est déjà fait, découvrez notre parcours éphémère, installé près de l'aréna Le Stardien, autour du parc pour enfants. Ce parcours présente les événements culturels ayant eu lieu à Saint-Denis-de-Brompton depuis la création du Comité culturel. **À l'affiche durant tout l'été.**

Vous avez jusqu'au 19 juillet (23h59) pour vous inscrire au concours de création artistique, qui se décline en trois volets

- Création d'un poème ou d'un slam
- Écriture de paroles d'une chanson
- Création d'une œuvre d'art visuel (dessin, caricature, peinture, photo)

À gagner (trois prix par catégorie) :

- Premiers prix : 150 $ + une paire de billets pour le festival d'un jour Mi-Rural 2025
- Deuxièmes prix : 100 $
- Troisièmes prix : 50 $

Pour les règlements détaillés ainsi que les modalités du dépôt des œuvres, consultez notre site web : culturesddb.ca

Orford sur la route – 16 juillet - GRATUIT

Comme chaque année, l'Académie Orford Musique offrira de fabuleux récitals donnés par les talents de cette école de musique renommée. Les concerts sont animés et commentés par un expert.

Mercredi 16 juillet 2025 | 19 h 30
À l'église de Saint-Denis-de-Brompton

Ciné-dehors – Mlle Bottine – 9 août - GRATUIT

Cette année, c'est le film québécois Mlle Bottine qui prend l'affiche au parc derrière le centre communautaire. La soirée commencera vers 18 h avec la présence de nulle autre que Mlle Bottine, la moufette qui donne son nom au film.

La projection en plein air aura lieu à la tombée du jour, mais n'hésitez pas à apporter votre pique-nique pour profiter du beau temps avant le film. Les jeunes entrepreneurs de Côté Sucré seront sur place pour vendre pop-corn, sacs de bonbons et autres friandises à déguster durant la projection de ce film mettant en vedette Antoine Bertrand et Marguerite Laurence.

Samedi 9 août 2025 | à partir de 18 h
Au parc derrière le centre communautaire | 1485, route 222
En cas de pluie : au sous-sol de l'église | 1510, route 222

N'oubliez pas de visiter notre site web, notre page Facebook et de vous abonner à notre infolettre pour ne rien manquer :
culturesddb.ca | facebook.com/culturesddb
bit.ly/InfolettreComiteCulturelSDDB

Ciné-dehors

Projection extérieure **gratuite**

MLLE BOTTINE

9 août

GRATUIT

Comité culturel
SAINT-DENIS-DE-BROMPTON

côté sucré

Ciné-Zoo

Au parc derrière le centre communautaire

Popcorn et bonbons (prévoyez des sous)

Animation avec Mlle Bottine à partir de 18 h

Début de la projection à la tombée du jour

Hydro Québec présente

En collaboration avec Desjardins

FESTIVAL ORFORD MUSIQUE

Québec

ORFORD SUR LA ROUTE

CONCERT CLASSIQUE **GRATUIT** POUR TOUS

Saint-Denis-de-Brompton

MERCREDI 16 JUILLET À 19 H 30

Église Saint-Denis-de-Brompton

FIÈREMENT PRÉSENTÉ PAR

SAINT-DENIS DE-BROMPTON

Comité culturel SAINT-DENIS-DE-BROMPTON

Magog · Ville de Dunham · Eastman · Ville de Cookshire-Eaton · Cœur villageois · Espace culturel Cookshire Eaton · IGA · Saint-Denis de-Brompton · Comité culturel · André Sachand · Desjardins · Windsor

ORFORD MUSIQUE 3165, ch. du Parc, Orford (Québec) J1X 7A2 **orford.mu**

Bhujangasana

LE COBRA

Par Laurie Lemay • Professeure de Yoga

Crédit photo : Elina Fairytale sur Pexels

Pour entrer dans la posture du cobra, allonge-toi à plat ventre comme pour la posture du sphinx. Commence par positionner les jambes en rotation interne pour stabiliser le bas du corps : lève doucement une jambe, tourne-la vers l'intérieur, puis repose-la au sol, les pieds bien parallèles. Répète le mouvement avec l'autre jambe. Engage bien tes jambes pour sentir leur force, et laisse les genoux se décoller légèrement, tandis que le pubis reste fermement ancré au sol.

Place ensuite les mains sous les épaules, les coudes serrés contre la cage thoracique. En inspirant, appuie délicatement sur tes mains pour soulever progressivement le haut du corps. Relève le sternum et le regard en gardant de l'espace entre les oreilles et les épaules. Garde les omoplates basses et glissées vers le bas du dos, procurant une belle ouverture dans le haut du corps.

Pour une activation subtile mais profonde des omoplates, travaille la bascule arrière : le haut des omoplates s'éloigne doucement, tandis que le bas se rapproche et rentre légèrement vers l'intérieur. Ce petit mouvement, que tu affines avec la pratique, renforce l'ouverture et la stabilité de la posture, permettant une extension contrôlée et alignée de la colonne vertébrale.

La posture du cobra, en plus de ses effets d'ouverture et d'étirement, apporte de nombreux bienfaits au corps. Elle favorise l'extension de la colonne vertébrale, ce qui aide à renforcer les muscles du dos, surtout dans la région lombaire, tout en allongeant la partie avant du corps, y compris la poitrine et les abdominaux. En stimulant la colonne, elle améliore aussi la souplesse du dos et contribue à relâcher les tensions accumulées dans la région thoracique et les épaules.

En maintenant les jambes engagées et le pubis au sol, cette posture renforce également les muscles des jambes. De plus, elle ouvre la poitrine et améliore la capacité respiratoire, encourageant une respiration profonde et calme. Par son effet tonifiant, le cobra stimule la circulation sanguine, particulièrement autour de la colonne, et peut aussi aider à réduire le stress et à revigorer l'énergie du corps.

Sur le plan émotionnel, la posture du cobra procure une sensation d'ouverture et de confiance. En travaillant la bascule subtile des omoplates, on affine la conscience corporelle et le contrôle de la posture, ce qui peut renforcer l'ancrage et la stabilité, invitant à un état de calme et de centration dans le présent.

Namaste

L'ÉMERVEILLEMENT DEVANT UN CIEL ÉTOILÉ

Par Marquis Poissant • Le Collectif Environnement SDDB

Photo prise au-dessus du Mont Shefford. Crédit : Michel Lenoble- 2025

Hiver comme été, la première et dernière chose que je fais en me levant et en me couchant est de regarder le firmament. C'est peut-être à cause ou grâce à mon père qui m'a toujours impressionné par sa capacité à prédire le temps qu'il ferait. Étant de la première génération à ne pas avoir été élevé sur une ferme, il n'a pas cru bon, ni important de me léguer cette richesse et ce savoir millénaire. Je pourrais aussi vous parler de sa connaissance des essences d'arbres, des insectes et de sa compréhension du comportement animalier à travers leurs postures et leurs mugissements, mais là, je m'égare…

Jusqu'à l'adolescence, je n'en ai pas fait de cas. J'avais bien d'autres intérêts. Jusqu'à cette nuit, en plein milieu de nulle part, où je fus ébloui par la beauté d'un ciel particulièrement étoilé. Les astronomes appellent cela un ciel noir. La voûte céleste est d'une couleur bleue très foncée pour notre œil. Depuis cette fameuse fois, et de plus en plus, j'ai commencé par admirer. Ensuite, mon intérêt a grandi. Je suis nouvellement membre du club d'astronomie de Sherbrooke, où plusieurs activités et rencontres ont lieu. Mais cessons de parler de mon parcours pour aborder la raison de ce long préambule.

Comme je le mentionne dans mon premier paragraphe, je regarde le ciel depuis pas mal de temps et je me demande, bien égoïstement, qu'est-ce que je peux faire pour continuer à jouir de cette activité.

Voici donc quelques pistes :

- Mes lumières extérieures sont munies de détecteurs de mouvements. Elles s'allument seulement si besoin est. De plus, elles sont dirigées vers le bas.
- Le soir venu, je ferme mes rideaux. Je garde mon intimité et ma lumière dans la maison.
- Lors de fêtes comme celle de Noël, j'utilise une minuterie. Par le fait même, j'économise de l'énergie.

Il y a mille et une autres façons d'admirer ce qui nous entoure. Mon voisin photographie les oiseaux. Il ne doit pas aimer mes chats… Un autre fait des jardins fabuleux. J'admire tous ceux qui participent à leur manière au bien-être de la collectivité. Et je m'efforce surtout d'accepter et d'accueillir ceux et celles qui font des choses différemment des miennes sans jugement de ma part.

Je vous invite aussi à consulter ces quelques sites. Il s'y trouve une mine d'informations. Le quatrième étant le plus révélateur (lightpollutioninfo.map). Pour voir et comparer le ciel devant et autour de nous, Stellarium est fabuleux.

1. https://www.caas.sherbrooke.qc.ca/
2. https://www.cieletoilemontmegantic.org/
3. https://meteo.gc.ca/astro/index_f.html
4. https://www.lightpollutionmap.info/
5. https://stellarium-web.org/

Sur ce, je vous souhaite une belle soirée.

Suivez le Collectif sur Facebook en suivant ce code QC

ST-DENIS DE BROMPTON

L'intermarché

TOUT CE DONT VOUS AVEZ BESOIN
POUR LA SAISON DU BBQ

Viandes marinées et non marinées, épices, marinades,
accompagnements, section SAQ, microbrasseries et bien plus !

Simplifiez vos festivités!

AVEC NOTRE SERVICE DE BUFFET FROID

819 846-4500 poste 4

HEURES D'OUVERTURE : Lundi au samedi, de 8 h à 21 h
2009, route 222, Saint-Denis-de-Brompton | intermarchestdenis@gmail.com

Merci à toute notre fidèle clientèle pour votre soutien !

SUGGESTIONS **DE LECTURE**

Par les bénévoles de la bibliothèque

La bibliothèque est ouverte selon l'horaire régulier tout l'été. Passez nous voir pour inscrire vos jeunes au Club de lecture d'été!

Voici les suggestions de lectures d'été d'une de nos lectrices assidues.

Et que ne durent que les moments doux

Par : Virginie Grimaldi

Disponible sur nos rayons

Résumé : Le livre décrit la rencontre entre 2 mères. L'une nouvellement maman d'un enfant né prématurément et l'autre qui voit ses enfants quitter le nid et qui décide de faire partie d'un programme de bénévolat pour occuper son temps. J'aime parce que c'est écrit avec beaucoup de douceur et de bienveillance. On passe à travers leurs états d'âmes: angoisse, joie, espoir et ce avec une touche d'humour.

La maitresse du peintre

Par : Simone van der Vlugt

Disponible sur nos rayons

Résumé : Le livre est basé sur des faits vécus, par exemple, des documents juridiques. Le livre raconte l'histoire entre le peintre Rembrandt et sa maitresse. Comment elle est devenue sa maitresse, leur cohabitation hors mariage ainsi que de la trahison du peintre. J'aime parce que c'est toujours intéressant d'en apprendre sur les us et coutumes de l'époque. On découvre aussi une partie de la vie du peintre.

La femme de ménage

Par : Freida McFadden

Disponible sur nos rayons

Résumé : Après un séjour en prison, Millie se retrouve femme de ménage pour la riche famille Winchester. Madame Winchester est d'humeur instable et en fait voir de toute les couleurs à Millie, qui malheureusement, ne peut se permettre de perdre son emploi. Au fil du temps, Millie découvrira les secrets de cette famille. J'aime parce que c'est tout un thriller psychologique. Histoire pleine de rebondissements qui m'a tenue en haleine.

La bataille de Forillon

Par : Lionel Bernier

Disponible sur nos rayons

Résumé : En 1970, le gouvernement annonce aux villageois de la pointe de Forillon en Gaspésie qu'il sont expropriés de leur terre pour en faire un parc national. Le livre est basé sur des faits vécus. Il a été écrit par l'avocat qui a défendu les expropriés. J'ai adoré ce livre qui se lit comme un roman. Toute une bataille judiciaire. Triste histoire, beaucoup de souffrance. C'est intéressant de voir comment l'avocat arrive à se battre contre la grosse machine du gouvernement.

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

Armoires St-Élie

Cuisine et salle de bain

819-346-1621

armoiresstelie.ca
info@armoiresstelie.ca
4045 rue Brodeur, Sherbrooke

- ☑ ARMOIRES SUR MESURE
- ☑ SERVICE INCOMPARABLE
- ☑ VASTE CHOIX DE PRODUITS
- ☑ PRIX COMPÉTITIFS
- ☑ SALLE DE MONTRE
- ☑ QUARTZ ET GRANITE

Me Érika M. Gosselin

NOTAIRE À SAINT-DENIS-DE-BROMPTON

819 563-1151 | erika.mgosselin@notarius.net

Rencontres à votre domicile possibles sur rendez-vous !

- ✓ Mariages
- ✓ Successions | Donations
- ✓ Demande en adoption
- ✓ Servitudes
- ✓ Vérification de testaments
- ✓ Testaments et mandats de protection
- ✓ Homologation de mandats de protection
- ✓ Ouverture d'un régime de protection
- ✓ Convention de vie commune
- ✓ Demande en prescription acquisitive

Suivez-moi sur Facebook, où je partage des articles juridiques !
Me Érika M. Gosselin, notaire

SAINT-DENIS
DE-BROMPTON

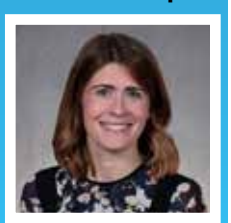
VOTRE CONSEIL MUNICIPAL

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 lecteurs et chères lectrices du Saint-Denisien,

Je suis très heureux de vous retrouver en ce début de saison estivale. Avec la fin de l'année scolaire et l'arrivée des chaudes températures, c'est une période privilégiée de l'année où on en profite pour créer de beaux moments en famille à travers des activités de loisirs. De notre côté, l'été est un moment crucial pour la réalisation des travaux, en gestion de l'environnement et en gestion des activités de loisirs. Voici mon court rapport de nos progrès lors du dernier mois.

Inauguration de la pumptrack et du nouveau terrain de basketball

En présence du député André Bachand, nous avons procédé à l'inauguration de la nouvelle pumptrack et du terrain de basketball au parc Desjardins. Nous avons énormément de jeunes qui profitent déjà de ces magnifiques installations depuis quelques semaines. Cet afflux de jeunes donne une nouvelle vie à notre parc en leur permettant de profiter de l'extérieur, réduisant ainsi la sédentarité chez ceux-ci. Ce projet rassembleur est vraiment un bel ajout à notre offre de loisirs en plus d'avoir été complété dans les temps prévus. Il est aussi important de souligner qu'une partie des coûts (125 000 $) des travaux a été financée par le Programme de soutien aux infrastructures sportives et récréatives de petite envergure (PSISRPE).

Rencontre citoyenne avec Trans-Appel

Lors d'une rencontre citoyenne en collaboration avec Trans-Appel, l'organisme a fait part de sa vision du futur du transport collectif et adapté à Saint-Denis-de-Brompton. En ce moment, à Saint-Denis, nous remplissons les autobus de Trans-Appel à pleine capacité. L'organisme a fait, lors de cette rencontre, une proposition intéressante. Si on investit dans notre transport collectif, on va pouvoir augmenter le service. Nous cherchons à avoir votre opinion sur vos besoins en transport collectif. Sur notre page web sur le transport collectif, (https://www.sddb.ca/fr/loisirs-et-culture/vie-communautaire/transport-collectif-et-adapte) la présentation de Trans-Appel sera publié et vous pourrez donner vos commentaires en bas de cette vidéo. On espère recevoir vos commentaires et opinions en grand nombre.

Opération de vidange des fosses septiques

C'est le début des vidanges des fosses septiques à Saint-Denis-de-Brompton. La vidange des fosses septiques est débutée depuis le 16 juin et elle se terminera le 15 octobre. Les citoyens concernés recevront une lettre de la Municipalité à cet effet.

La Municipalité procède à la vidange de la moitié des fosses septiques sur son territoire à chaque année et une carte des secteurs touchés par cette opération a été ajoutée sur notre page des installations septiques sous la section *Service aux citoyens* au sddb.ca. Comme cela, vous pouvez savoir si votre propriété sera touchée cette année par cette opération.

Succès des festivités de la Saint-Jean-Baptiste

À la suite de l'annonce de la dissolution du Comité des Loisirs, la Municipalité a repris l'organisation de notre belle fête nationale au parc Desjardins. Notre département des loisirs a travaillé fort pour organiser une superbe fête nationale. La bonne ambiance était au rendez-vous avec la musique de IPA, le marché de la Saint-Jean et les magnifiques feux d'artifice qui ont illuminé notre ciel de toutes leurs couleurs en cette journée de fierté importante. Bravo aux organisateurs !

Le saviez-vous ?

Activités libres à l'Aréna Le Stardien

De nouvelles installations sportives à l'aréna Le Stardien ont fait leur apparition. On y trouve notamment une surface de Dek Hockey, un terrain de basketball et des terrains de pickleball. La Municipalité offre des périodes d'activités libres pour ses citoyens. Pour trouver l'horaire de ces activités libres, rendez-vous sur la page *Plateaux sportifs* dans la section *Loisirs et Culture* : https://www.sddb.ca/fr/loisirs-et-culture/loisirs/plateaux-sportifs.

Prochaines assemblées du conseil municipal

Les **lundis 7 juillet et 18 août** 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.

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)

JUILLET

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

AOÛT

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

Chronique municipale

Informations importantes sur les élections municipales de 2025

Vous souhaitez faire la différence dans votre communauté et vous impliquer dans la politique municipale ? Les élections arrivent à grand pas et il est important de prendre connaissance de ces informations afin que le processus de votre candidature se déroule sans souci :

Condition d'éligibilités pour se présenter aux élections :

- Avoir le droit d'être inscrite ou inscrit sur la liste électorale de la municipalité en satisfaisant tous les critères suivants le jour du scrutin :
  - Avoir 18 ans ou plus ;
  - Avoir la citoyenneté canadienne ;
  - Ne pas avoir perdu votre droit de vote à cause d'une tutelle ;
  - Ne pas avoir été reconnu coupable d'une manœuvre électorale frauduleuse au cours des cinq dernières années ;
  - Être dans l'une ou l'autre des situations suivantes :
    - Être domicilié sur le territoire de la municipalité et, depuis au moins six mois, au Québec ;
    - Être propriétaire d'un immeuble ou l'occupant d'un établissement d'entreprise situé sur le territoire de la municipalité depuis au moins 45 jours à la date du scrutin.
- Résider sur le territoire de la municipalité lors du dépôt de votre déclaration de candidature
- Ne pas être dans une situation d'inéligibilité.

Pour poser votre candidature, vous devez :

- Remplir et déposer un formulaire de déclaration de candidature entre le 19 septembre et le 3 octobre 2025 en respectant l'horaire établi par la présidente d'élection.
- Récolter un minimum de 10 signatures d'appui d'électrices ou d'électeurs de la Municipalité.

Les formulaires et la « Trousse du candidat » se trouvent sur la page web des élections municipales sous la section « Ma municipalité ».

Si le candidat indépendant souhaite effectuer des dépenses durant la campagne électorale, il doit obtenir une autorisation à cet effet en remplissant le formulaire « Demande d'autorisation d'un candidat indépendant ou d'un électeur qui s'engage à se présenter comme candidat indépendant » qui est dans la trousse du candidat.

Le vote pour les non domiciliés :

Si vous êtes propriétaire ou copropriétaire d'un immeuble dans la Municipalité ou vous êtes locataire d'un local commercial, vous pourriez avoir le droit d'être inscrit sur la liste électorale si :

- Vous êtes propriétaire depuis le 18 septembre 2025 ou avant
- Vous avez 18 ans au 2 novembre 2025
- Vous n'avez pas perdu votre droit de vote

Pour être inscrit, vous devez en faire la demande en remplissant le formulaire (disponible sur la page des élections municipales) :

- « Demande d'inscription », **si vous êtes le seul propriétaire ou occupant de l'immeuble situé sur le territoire de la Municipalité;**
- « Procuration pour l'inscription », **si vous êtes copropriétaire ou cooccupant de l'immeuble situé sur le territoire de la Municipalité.**

Et transmettre le formulaire à la présidente d'élection dès maintenant et au plus tard le dernier jour fixé pour présenter une demande de modification devant la commission de révision.

Le Bureau de vote itinérant :

Vous êtes hébergé dans un établissement de santé reconnu ou vous êtes domicilié sur le territoire de la municipalité et vous ne pouvez pas vous déplacer pour des raisons de santé ? **Vous pouvez faire une demande pour voter à votre chambre ou à votre domicile.**

Condition d'admission : Être inscrit sur la liste électorale

Vous devez en faire la demande en remplissant le formulaire disponible sur la page web des élections municipales ou en communiquant directement avec la présidente d'élection par téléphone au 819 846-2744 poste 104, ou par courriel à vmanseau@sddb.ca.

La Trousse du candidat se trouve à l'adresse suivante : https://www.sddb.ca/fr/municipalite/conseil-municipal/election-municipale

Besoin de plus d'information ?

Pour plus d'information, il est possible de contacter la présidente d'élection par téléphone au 819 846-2744 poste 104 ou par courriel à vmanseau@sddb.ca.

Entreprise fièrement saint-denisienne !

Felteau inc.
LICENCE RBQ: 1247-0696-31
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.**

L'ENGAGEMENT PARENTAL À L'ÉCOLE JARDIN-DES-LACS

Par Véronique Rainville-Lajoie • Membre du conseil d'établissement

Depuis maintenant 4 ans, la Fédération des comités de parents du Québec a mis en place une initiative pour valoriser l'implication parentale dans la vie scolaire par la création de la Semaine nationale de l'engagement parental. Dans le cadre de cette semaine, chaque conseil d'établissement est invité à mettre en lumière un parent qui a fait la différence dans la vie des élèves et du personnel scolaire.

Cette année, le conseil d'établissement de l'école du Jardin-des-Lacs a voulu mettre en lumière le travail exceptionnel réalisé par une personne très engagée, Mme Isabelle Tardif. En effet, Isabelle est impliquée de diverses façons dans l'école. Pendant deux ans, elle a été impliquée au sein du conseil d'établissement de l'école. Depuis l'année dernière, elle s'implique dans la Fondation de l'école du Jardin-des-Lacs et plus récemment, elle a décidé de mettre sur pied l'Organisme participatif de parents (OPP) à l'école. Ayant vu sa mère s'impliquer dans l'école lorsqu'elle était enfant, elle trouvait important de poursuivre dans cet esprit collaboratif et ainsi prendre part au bien-être des enfants qui fréquentent l'école. Malgré les défis, elle persévère dans la mise en place de ce projet. Elle a su mobiliser plusieurs parents et les retombées positives se font sentir autant chez les jeunes que chez le personnel de l'école.

Merci beaucoup pour tout le travail fait dans les dernières années et pour la mise en place de ces traditions qui perdureront dans le temps.

À droite Madame Mélanie Chénier, présidente du conseil d'établissement et à gauche, Madame Isabelle Tardif, récipiendaire

LE VERNISSAGE À JDL

Écrit par Zoé Faucher, Mia-Lys Agoua et Florence Lussier • Finissantes de 6e année

Le vernissage qui a eu lieu fin mai à notre école est un évènement important pour St-Denis. C'est un moment où les parents peuvent observer les œuvres de l'école et ceux de leur enfant. Cette année, un slameur du nom de MC JUNE est venu donner des cours de slam à nos élèves de 6e année. Madame Marie-Ève et Madame Audrey ont eu la merveilleuse idée de nous faire faire des représentations de slam en l'honneur de MC JUNE durant la soirée du vernissage. Le thème de ces slams était le lien entre humain ou animaux. Les slams ont tous fini par avoir un thème triste tel que l'orgueil, la haine ou l'intimidation. Il y avait un rap et slam joyeux nommé « Les rêves », mais il était un peu triste. Tous les élèves de la maternelle à la 6e année ont créé une œuvre inspirée d'un artiste. Par exemple, nos finissants ont dessiné une œuvre inspirée de Kirby Rosanes. Elles ont toutes fini avec des animaux à moitié pris dans la pierre. Leurs œuvres étaient toutes magnifiques. Cette année, le thème subtil était la nature et les animaux car c'est important de protéger la faune et la flore. Nos professeurs d'éducation physique diraient sûrement qu'il faut protéger notre environnement extérieur pour bouger et respirer de l'air frais. Nous espérons que vous en avez appris plus sur le vernissage de cette année car l'année prochaine, nous ne pourrons peut-être pas vous donner autant de détails.

Slam avec Laurie Bachand

L'ATHLÉTISME À JDL

Par Raphaëlle Lehoux et Livia Gravel • Finissantes de 6e année

Le 30 mai 2025 a eu lieu une compétition d'athlétisme à l'Université de Sherbrooke. Il y avait 32 élèves de notre école qui participaient à cette activité. En 5e année, il y avait 16 élèves (8 garçons et 8 filles) et même chose en 6e année. En 5e année, il y avait: Aurélie, Naomie, Lilou, Sandrine, Laurence, Florence, Lya-Jade, Alicia, Rémi, George, Noah, Élliot, Zack, Thomas, Arnaud et Éli. En 6e année, il y avait : Juliette, Adèle, Justine, Ariane, Rosalie, Raphaëlle, Laurie, Florence, Tom, Nathan, Cédric, Mathys, Alexandre, Samuel, Laurent et Liam. Pour poursuivre, on va vous parler des disciplines qu'il y avait lors de cette compétition d'athlétisme. Il y avait le 800 mètres de course, la course à relais, 80 mètres de sprint, saut en hauteur, saut en longueur et lancer du poids.

Du coté des médailles, une des équipes des garçons a fini en 2e position à la course à relais. Il y a aussi plusieurs autres personnes qui ont gagné des médailles.

Finalement, tous ces grands sportifs ont passé une super belle journée et ils se sont beaucoup amusés à faire du sport.

Merci de nous avoir lu =^.^= FIN!!!!!!!!!!!!

Thomas Lajeunesse en avant à droite en bleu.
Crédit photo : Annie Roberge, photographe.

Juliette Guérin à droite t-shirt bleu.
Crédit photo : Annie Roberge, photographe.

LA COURSE JDL

Écrit par Laurie Bachand et Émilie Poitras • Finissantes de 6e année

Durant ce merveilleux avant-midi, les élèves de l'école Jardin-des-Lacs ont participé à une course qu'ils font chaque année. Dans ce texte, nous allons vous informer un peu plus sur ce sujet. Dans un premier temps, vous allez découvrir chaque distance que chaque groupe d'âge a parcouru. Pour commencer, les élèves du préscolaire et de première année ont fait un kilomètre. Les élèves de 2e année ont fait 2 km, les élèves de 3e en ont fait 3, les élèves de 4e en ont fait 4, les élèves de 5e en ont fait 5 et pour finir, on y retrouve les élèves de 6e qui eux, les héros, en ont fait six. À la fin, tous les élèves reçoivent une récompense bien méritée. Par exemple, une pomme, une banane. Les élèves de 6e ont été plus récompensés que les autres niveaux, ils ont reçu une banane et une bouteille de lait au chocolat pour souligner leur dernière course à vie à l'école du Jardin-des-Lacs. Plus de 80 % des élèves de l'école y ont participé et étaient présents. Les élève blessés, malades ou avec des soucis y étaient aussi dans le but d'encourager leurs amis avec entrain. Plusieurs parents aussi sont venus supporter leurs enfants et les autres élèves pour leur apporter du soutien.

Pour conclure, tous les élèves ont passé une belle journée malgré les difficultés qui se dressaient sur leur chemin. Les enseignants, parents, éducatrices et enseignants d'éducation physique étaient très fiers de leurs élèves ou enfants. Nous espérons vous en avoir appris un peu plus sur le sujet.

POURQUOI FAIRE AFFAIRE **AVEC UNE COUTURIÈRE ?**

Par Vickie Pinette

Réparer, transformer, ralentir : une réponse locale et humaine à la surconsommation textile.

Dans un monde où l'achat rapide est devenu la norme et où les vêtements sont souvent jetés après quelques utilisations, il est temps de repenser notre façon de consommer. Derrière cette réflexion émerge une figure précieuse : celle de la couturière.

Faire appel à une couturière, c'est plus que faire recoudre un bouton. C'est faire un choix conscient, local, éthique et durable. C'est refuser la logique du jetable et redonner de la valeur à ce que l'on porte.

Une alternative à la « fast fashion »

La « *fast fashion* » produit des vêtements à très bas prix, mais à quel coût ? L'industrie textile est l'une des plus polluantes au monde. Elle épuise les ressources naturelles, génère des déchets massifs et alimente un système souvent injuste envers les travailleurs.

La couturière, quant à elle, incarne une autre façon de faire : plus lente, plus humaine, plus respectueuse. Elle offre une alternative locale, en valorisant des savoir-faire artisanaux et en prolongeant la durée de vie des vêtements.

Réparer au lieu de jeter

Combien de vêtements sont abandonnés pour une simple fermeture cassée ou un boutons manquant ? Une couturière voit dans ces petits défauts une occasion de sauver une pièce, de lui donner une seconde vie. Elle répare, renforce, ajuste.

Ces gestes simples nous permettent de conserver nos vêtements plus longtemps, de consommer moins, et de faire un pas vers une garde-robe plus responsable.

Transformer pour mieux aimer

Au-delà de la réparation, la couturière transforme. Une robe trop grande devient une jupe. Un chandail trop large est ajusté. Un vieux jeans peut se métamorphoser en savoir. Elle vous aide à réinventer vos vêtements selon vos goûts et votre morphologie.

Ce service sur mesure vous permet de conserver des vêtements que vous aimez, tout en les adaptant à votre réalité actuelle. C'est aussi une façon de redonner du sens à ce que vous portez.

Redonner vie aux textiles

La couturière travaille souvent avec des tissus récupérés ou des vêtements inutilisés. Elle crée des sacs, des accessoires, des vêtements pour enfants, ou même des objets déco à partir de matériaux qui auraient été jetés.

C'est une belle façon de réduire les déchets, de réutiliser ce qui existe déjà, et de favoriser une économie circulaire, plus douce pour l'environnement.

Un service humain et personnalisé

Faire affaire avec une couturière, c'est aussi entrer dans une relation de confiance. Elle prend le temps de vous écouter, de comprendre vos besoins, et de créer avec vous. Ce n'est pas un service impersonnel, c'est un travail de cœur à cœur.

Chaque projet devient une collaboration. C'est une expérience humaine qui va bien au-delà de la simple couture.

Une démarche écoresponsable… et économique

Si faire ajuster un vêtement peut sembler coûteux à première vue, c'est souvent un investissement judicieux. Réparer coûte moins cher que racheter. Adapter un vêtement qu'on possède déjà évite un nouvel achat. Et créer sur mesure assuré qu'on portera vraiment ce qu'on fait faire.

C'est un choix à la fois écologique, économique et émotionnel. Moins d'achats impulsifs, plus de vêtements qui nous vont bien et qu'on aime vraiment.

Redonner du sens à sa garde-robe

Faire appel à une couturière, c'est finalement choisir une consommation plus consciente. C'est valoriser ce qu'on a, prendre soin de ses vêtements, et sortir du cycle rapide du jetable. C'est aussi encourager un métier d'art, un savoir-faire précieux, et une personne passionnée qui travaille avec soin.

C'est un petit geste aux grands effets. Pour soi, pour les autres, pour la planète.

Conclusion : un choix de cœur et de conscience

La couturière n'est pas seulement une technicienne de l'aiguille. Elle est une artisane du quotidien, une créatrice de solutions, une alliée de la durabilité. Elle nous invite à ralentir, à réfléchir et à consommer autrement.

Alors, avant d'acheter un nouveau vêtement, posez-vous la question : et si je faisais appel à une couturière ?

RELÂCHE POUR **LA PÉRIODE ESTIVALE**

Par Aline Beaudette • 1ère vice-présidente du C.A de la Fadoq St-Denis

Prenez note que nous faisons relâche pour la période estivale et nous serons de retour le 2 août.

Épluchette de maïs/hot dogs

(qui lancera le début de nos activités d'automne)

Date : le samedi 2 août 2025 à 14 h 30 dans la cour de l'église (en cas de pluie : au sous-sol de l'église)

Au menu : Maïs / hot dogs et ses condiments / Dessert / Café

Coût : 10 $ par personne (payable au moment de la réservation soit en argent auprès d'un membre du c.a. ou par virement interac)

Date limite pour réserver : le 25 juillet. Contactez Aline au 819 562-5059

Apportez vos chaises de parterre et votre boisson, permis d'alcool sur place. Vous êtes tous les bienvenus !

Premier souper de la saison

C'est le samedi, 30 août 2025 au sous-sol de l'église, qu'aura lieu notre premier souper (les détails ne sont pas encore disponibles au moment de mettre sous presse) vous pourrez consulter la page web du club Fadoq St-Denis ou communiquez avec Aline au 819-562-5059 à partir du mois d'août.

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.

SUCCÈS SUR TOUTE LA LIGNE POUR LA PREMIÈRE ÉDITION DE PÊCHE EN HERBE

Par Lorraine Beaudoin et Sylvain Guay

Le 7 juin dernier, se tenait chez nous la première édition de PÊCHE EN HERBE pour les jeunes de 6 à 17 ans. Cette activité a été organisée par le Club de chasse et pêche du Grand Lac Brompton avec la collaboration de la Fondation de la Faune du Québec, du Ministère de l'environnement et en partenariat avec Canadian Tire.

Pour cette activité, nous avions un volet éducatif, théorique et pratique d'une durée de trois heures. Ceci a permis à 29 jeunes de prendre connaissance des espèces de poissons de notre lac et de pouvoir les identifier. Ils ont pu aussi découvrir leur habitat, les limites du nombre de prises et de longueur permises selon la réglementation de la zone 6 de notre région, en Estrie. Nous avons pu vivre cette formation à l'intérieur de la salle du Club de chasse et pêche du Grand Lac Brompton, aménagée pour cette occasion.

Par la suite, à l'extérieur, trois ateliers utiles étaient proposés aux participants :

1. La technique du lancer
2. La formation des noeuds
3. La pêche avec supervision et l'éviscération du poisson

Ces ateliers étaient animés et supervisés par des gens d'expérience pour la pratique de la pêche, en éducation et en médecine. Nous avons même reçu des agents de la Faune pour stimuler nos jeunes aux règles encadrant ce sport.

Nous avons pu accueillir des jeunes en matinée ainsi qu'en après-midi. Grâce au bénévolat des membres du Conseil d'administration du Club de Chasse et Pêche du Grand Lac Brompton et de leurs précieux contacts dans différents domaines, nous avons pu terminer la demi-journée de chacun des groupes avec l'attribution du permis de pêche valable jusqu'à 18 ans, un prix de présence, le livret *Moi, je pêche avec... Gulliver* et une canne à pêche, sans compter les deux belles prises de truite arc-en-ciel pêchées par chaque jeune. Et tout cela **GRATUITEMENT**.

Nous avons eu la confirmation par la Fondation de La Faune du Québec que ce projet sera présenté pour une période de trois ans. Si vous connaissez des jeunes qui aimeraient suivre cette formation gratuite, soyez aux aguets de la publicité de notre journal *Le Saint-Denisien* au printemps prochain !

Les membres du conseil d'administration du Club de chasse et pêche du Grand Lac Brompton tiennent à remercier leurs amis et les parents accompagnateurs pour leur généreuse contribution essentielle à la réussite d'un projet innovant dans notre communauté.

Nous tenons aussi à remercier Le Saint-Denisien pour sa présence lors de l'événement et de nous avoir permis de publier cet article dans notre journal local.

Le comité du Club de chasse et pêche du Grand Lac Brompton : Pierre Chartier, Denis Therrien, Normand Daoust, Marc Cloutier, Sylvain Guay, Léonard Maheux, Josh Mastine, Alain Roy, Sylvain Ratté et Roger Rousseau.

Pour plus d'information sur les activités du Club de chasse et pêche du Grand Lac Brompton : 819 846-2112.

Quelques commentaires des jeunes et moins jeunes

Henri : *très heureux de ma première expérience de pêche et pour ma première canne à pêche et avoir dégusté avec mes parents les deux truites capturées.*

Théo : *J'ai bien aimé l'idée et l'expérience, c'était vraiment plaisant.*

Annabelle : *J'ai vraiment aimé cet avant-midi que j'ai appris les noms de poissons, comment faire des nœuds et j'ai pêché de nouveaux poissons, j'en ai pris deux.*

Tristan : *Très belle organisation, belle explication et démonstration.*

Elliot : J'ai aimé pêcher 2 truites.

Christian et Coralie : *J'ai adoré pêcher et je trouve que vous êtes amusants. Très belle activité, belle ambiance. Les 3 ateliers étaient très intéressants.*

Gabrielle : *très bien organisée, truites de belle dimensions, aime pêcher.*

Louise, maman : *Belle organisation, beaucoup d'informations, bel emplacement. Les enfants avaient des étoiles dans les yeux.*

Caroline, maman : *La bonne humeur, la passion, la formation et le rythme, les gars ont adoré.*

Crédits photos : Caroline Piché, directrice générale du Saint-Denisien

TOUTE LA BEAUTÉ DU MONDE

Par Jean Charron • Solidarité-Haïti en Estrie

Alors que nous craignons, à juste titre, l'arrivée de l'intelligence artificielle et la multiplication de tous ces outils informatiques qu'on appelle le progrès, pour ensuite constater que de rusés malfaiteurs s'en serviront pour nous voler, je dois admettre qu'il y a un envers à cette médaille. D'un côté la face d'un prédateur et de l'autre, toute la beauté du monde.

Le continent africain est la mère de tout le peuple haïtien et il est, entre autres, une source inépuisable de judicieux conseils pour la paysannerie haïtienne et vice versa. Un ami français que j'ai connu en Haïti, et qui a passé les dernières 40 années à parcourir l'Afrique et Haïti me partage régulièrement de petites vidéos réalisées par des paysans qui expliquent leur succès, l'un en matière de culture d'avocatiers, l'autre de papayers, de bambous, etc.

Internet se révèle être pour eux, un formidable outil de communication. En juin 2024, je vous parlais de la possibilité de suivre des cours en ligne. De nombreuses universités canadiennes en offrent parfois gratuitement et toutes ces petites vidéos, même sans offrir un diplôme, font circuler la vaste expertise paysanne. Tout ce savoir devient graduellement accessible. C'est comme si on était le voisin du spécialiste dont on a justement besoin.

Voici un exemple : ajouter de la cendre et de la cannelle sous un citronnier doublerait sa production.

Solidarité-Haïti en Estrie explore la possibilité d'offrir à notre paysannerie l'accès à un lien Internet où elle pourrait en profiter... si la sécurité s'améliore !

Côté insécurité, les gangs de criminels demeurent menaçants. Les rumeurs veulent que le Conseil présidentiel haïtien, devant l'inaction de la mission onusienne, ferait appel à des mercenaires américains du groupe Blackwater. Utiliser le feu pour combattre le feu est une arme à deux tranchants. Nos partenaires estiment que la solution devra être haïtienne.

À Hinche, au moment d'écrire ce texte, (le 10 juin) le stress de l'incertitude plane. Heureusement, ici, nous vivons en paix et avons l'été pour profiter de toute la beauté du monde.

Bon été !

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

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

LAFLEUR & ANCTIL
Ferme agroforestière
KIOSQUE libre-service
Fruits, légumes, oeufs, tisanes et plus...
Jeudi au dimanche, de 10h à 19h
Produits de la ferme et des producteurs du Val-St-François.
3075, route 222
Saint-Denis-de-Brompton
www.lafleuranctil.com

LA RAGE : PROTÉGER NOS ANIMAUX ET NOUS-MÊMES

Par Annik Boisclair • Technicienne en santé animale

Un danger invisible pour nos compagnons

Les récents cas de rage du raton laveur signalés en 2025 (27 jusqu'à maintenant), rappellent l'importance de la vigilance. L'été invite nos chiens et chats à explorer la nature, mais elle les expose par le fait même à faire des rencontres avec certains animaux sauvages. La rage, cette maladie virale, transmissible aux animaux et aux humains, est portée par des animaux comme les ratons laveurs, moufettes, renards ou chauves-souris. Voici comment la reconnaître et la prévenir afin de protéger vos animaux et votre famille.

La rage : progression et signes cliniques

La rage se transmet par la morsure ou la salive d'un animal infecté. Après une morsure, les signes cliniques peuvent apparaître entre 2 semaines et PLUSIEURS MOIS, selon la localisation de la blessure et la quantité de virus. Les premiers symptômes sont souvent discrets : léthargie, fièvre ou changement de comportement. Puis, deux formes se manifestent. Dans la forme « furieuse », l'animal devient agité, salive excessivement et peut être agressif. Dans la forme « paralytique », plus sournoise, il titube, semble désorienté ou paralysé, comme un raton laveur approchant en chancelant. Ce comportement peut donner envie d'aider un animal sauvage en détresse, mais c'est extrêmement dangereux : tout contact doit être évité !

Risques graves pour animaux et humains

La rage est presque toujours mortelle une fois les symptômes déclarés. Pour les chiens et chats, elle entraîne une souffrance rapide et irréversible. Pour les humains, le risque est tout aussi grave : sans traitement immédiat après une exposition (avant les symptômes), la rage est fatale. Les cas de morsures par des animaux sauvages ou non vaccinés peuvent exposer toute la famille, rendant la prévention cruciale.

Prévenir la rage : la vaccination en première ligne

La vaccination antirabique est la meilleure défense pour vos chiens et chats et ce vaccin est très efficace. Assurez-vous tout simplement que leurs vaccins sont à jour, avec des rappels réguliers (pour les animaux déjà vaccinés, aux 3 ans). Dans les environnements ruraux, où les contacts avec la faune (ratons laveurs, renards) sont difficiles à contrôler, cette protection est essentielle. Même les animaux d'intérieur ne sont pas à l'abri : une chauve-souris infectée peut entrer dans une maison, et un chat curieux pourrait l'attraper. Surveillez vos animaux lors des sorties, sécurisez les poubelles pour éviter d'attirer la faune, et ne touchez jamais un animal sauvage, même s'il semble inoffensif ou blessé.

Que faire en cas de contact ?

Si votre animal est mordu ou en contact avec la salive d'un animal sauvage, contactez immédiatement votre vétérinaire. Pour les humains, lavez toute plaie à l'eau et au savon pendant 10 à 15 minutes, puis appelez une ligne médicale d'urgence pour un suivi. Signalez tout animal sauvage titubant, agressif ou paralysé aux autorités compétentes. Une intervention rapide peut sauver des vies.

Une vigilance essentielle

La rage n'est pas qu'un animal qui salive et attaque. Un raton laveur titubant ou une chauve-souris errante peut être tout aussi dangereux. Avec une vaccination rigoureuse et une prudence face à la faune, nous pouvons protéger nos animaux et nous-mêmes pour un printemps sans danger !

FLIC, FLAC, FLOC : IL PLEUT, IL MOUILLE, C'EST LA FÊTE À LA GRENOUILLE…

Par Monsieur Mots

Alors que nos voisins du Sud s'amusaient à faire la pluie et le beau temps, la tête dans les nuages, trempé, les pieds dans une flaque d'eau, je me demandais pourquoi le ciel nous tombait sur la caboche et si c'était la fête à la grenouille. Bruine puis premier grain, brume, crachin, averse, giboulée, ondée, pluie, orage, éclair, tonnerre, grêle : que de précipitations ! Pas d'ouragan ni de déluge, mais : bouette, débordement, chemins pleins de nids de poule ou emportés par la crue des flots, cataractes et cascades là où il n'existait qu'une rigole, champs et maisons inondés. Quelques glissements de terrain, ces traitres pouvant vous dérober le sol sous vos pieds ; même la terre avait son trop-plein d'eau. Pauvres cultivateurs : labours compliqués sinon impossibles à réaliser ; les semences trop arrosées, perdues, entraînées par le ruissellement ou pourries avant leur germination.

Comme si la mousson voulait changer d'hémisphère.

Les limaces et les vers de terre s'en donnaient à corps joie. Les merles, peu contrariés, ne se plaignaient pas trop : quel festin dans toute cette flotte ! Après tout, ils n'étaient pas nés de la dernière pluie. Et quoi qu'il mouille, rien ne vaut un estomac bien rempli. Seuls les bourdons, les abeilles et les guêpes semblaient étourdis pour toutes ses gouttelettes qui leur tombaient dessus. Les goujons meuniers, eux, ont vécu une montaison abondante : le niveau de mon ruisseau jamais aussi élevé en mai. Même mon auto paraissait plus propre, bien rincée par ces fortes douches.

Combien de milliards de litres d'eau (et de trillions de gouttes) ont été déversés sur le Québec ? Assez pour bien remplir la Saint-François et le Saint-Laurent. La voie navigable de ce dernier n'est plus menacée.

Comme toute épreuve comporte ses bons côtés, efforçons-nous de les trouver :

1. Nous n'avons pas connu, ici du moins, de sécheresse ou de feu de forêt contrairement à nos amis de l'Ouest canadien.

2. Si la météo de la Baie James ressemblait à la nôtre, Hydro-Québec pourra nous payer de meilleures redevances.

3. Certains pays reçoivent moins de 1 cm d'eau par année, d'autres voient leurs lacs, rivières et fleuves asséchés.

4. Vivaces, annuelles et arbres n'ont rien loupé : température parfaite pour les planter.

5. Parler de la pluie et du mauvais temps entre amis occupe, c'est mieux que de s'échanger une pluie d'injures et de critiques.

6. Changements climatiques obligent : revoyons nos habitudes de vie. Comment réduire ma production de carbone atmosphérique ?

Mais, bien que l'humidité soit préférable à l'aridité, vient avec elle une carence de luminosité, une pénurie profonde de bleu : cette alternance du blanc ouaté des nuages, du gris des orages au bleu de l'espérance. Je m'ennuie de la vapeur qui remonte dans l'atmosphère et de la chaleur des rayons de soleil dès l'éclaircie arrivée. La morosité des « snowbirds », qui se sont mutés en « springbirds », se comprend : l'intensité de leur mélancolie certainement en relation avec leur taux sanguin de vitamine D. Notre planète se nomme : « la planète bleue ». On devrait coller à cette image un morceau d'ouate, juste assez gros pour recouvrir le Québec, question d'exactitude. J'ai les bleus comme on dit. Nostalgie du clapotis sur le toit qui endormait si agréablement : un grésillement presque continu accompagne désormais mes nuits d'insomnie.

Mais finissons sur quelques notes d'optimisme, car après vérification, nous n'avons pas battu de record pluviométrique. Rappelons-nous qu'après la pluie vient le beau temps et que la comptine « il pleut, il pleut, bergère » se termine bien : précisément par un mariage. Tout baigne finalement et vivement juin.

MERCI À TOUTES

Par Annie Mercier • Présidente de l'Afeas St-Denis de Brompton

Le 20 mai l'Afeas tenait sa 55e Assemblée Générale Annuelle. Nous étions 37 membres présentes. Par la suite, nous avons partagé un repas préparé par le Resto St-Denis et avons terminé la soirée par un monologue écrit et présenté par Suzelle Robert, membre de l'Afeas de Dudswell, sur la vieillesse. Nous avons bien ri.

Je veux remercier toutes les bénévoles qui font que l'Afeas St-Denis est très active : soit les animatrices de ViActive, les responsables de la salle de tissage, les tricoteuses et les membres du CA. Merci à Carmen Gagnon et France Dubreuil qui ont siégé sur le Conseil pendant 2 ans. Vous avez fait un travail de maître.

Voici le nouveau CA pour l'année 2025-2026

- Annie Mercier, présidente
- Guylaine Bérard, vice-présidente
- Lucille Beaulieu, secrétaire
- Nicole Castonguay, trésorière
- Marjolaine Bourgeault, administratrice

On se revoit en septembre. Bon été à tous et toutes!

QUAND TU NE LE SAIS PAS, **TU NE LE SAIS PAS !**

Thomas, 17 ans, commence un emploi d'été à titre de représentant dans un commerce près de chez lui. Il se présente au travail, plein de bonnes intentions. Il est accueilli par son gestionnaire qui lui fait faire le tour du magasin et le présente à ses collègues.

Dès son deuxième jour, on lui demande d'aller chercher des boîtes de vêtements dans les étagères situées dans l'arrière-boutique afin de regarnir les rayons du commerce.

Malheureusement, son superviseur ne lui donne pas plus d'informations sur la façon de procéder, puisqu'il doit répondre aux besoins d'un client. Il laisse Thomas à lui-même sans s'assurer qu'il sait comment bien utiliser l'échelle et sans répondre à ses interrogations.

Ne voulant pas déranger, Thomas ne pose pas de questions et s'en va accomplir sa tâche. Il n'ose pas dire à son gestionnaire qu'il ne se sent pas prêt à grimper dans l'échelle sans savoir comment le faire de façon sécuritaire. Il hésite alors et perd du temps et, en se dépêchant pour rattraper son retard, il chute et se blesse au dos. Il se retrouve dans la salle des employés, amoché et désemparé. Il songe même à quitter les lieux.

Rôles des employeurs et des jeunes travailleurs et travailleuses

La CNESST demande aux employeurs d'encourager leur jeune personnel à poser des questions, de leur offrir une formation et une supervision adéquates et de les informer des risques, afin d'éviter des accidents du travail.

Du côté des jeunes travailleuses et travailleurs, elle désire les informer de leurs droits et obligations en matière de santé et de sécurité, les sensibiliser à l'importance de déclarer les lésions professionnelles et les inviter à faire part de leurs observations, de leurs doutes et de leurs questionnements ou suggestions au regard de la SST.

Les jeunes travailleuses et travailleurs doivent être supervisés

Les jeunes de 14 à 24 ans constituent une clientèle prioritaire pour la CNESST. En 2024, près d'une lésion sur dix (9,9 %) survenue au Québec s'est produite chez cette tranche d'âge.

Ces personnes présentent une forte mobilité en emploi. Or, les personnes qui intègrent un nouvel emploi sont plus souvent exposées à un cumul de contraintes physiques (tâches physiquement exigeantes, mouvements répétitifs, etc.), en plus de contraintes organisationnelles (horaires irréguliers, travail de nuit, etc.). Par conséquent, le risque d'accident du travail est plus élevé. De plus, l'exécution d'une tâche pour la première fois vient généralement avec son lot de questions.

C'est pourquoi il est impératif d'accompagner les jeunes travailleuses et travailleurs avec l'information, la formation et la supervision nécessaires.

Citations

« Les jeunes sont influencés par les comportements et les attitudes de leurs collègues ainsi que toutes personnes en position d'autorité dans leur entourage. Il est essentiel que les jeunes agissent en tant que modèles et soient proactifs en matière de santé et de sécurité du travail. »

- Jean Boulet, ministre du Travail et ministre responsable de la région de la Mauricie, de la région de l'Abitibi-Témiscamingue et de la région du Nord-du-Québec

« Malheureusement, le tiers (35 %) des jeunes qui occupent un emploi estiment faire face à des risques d'accident alors que seul le quart (25 %) des employeurs juge leur milieu de travail comme étant à risque d'accidents ou de blessures. »

- Anouk Gagné, présidente-directrice générale de la CNESST

LE TRAVAIL À LA CHALEUR, **ÇA SE PLANIFIE**

Dans bien des secteurs d'activité, le travail à la chaleur ne peut être évité. À l'extérieur comme à l'intérieur d'un bâtiment, travailler à la chaleur constitue un risque pour la santé et la sécurité des travailleuses et travailleurs qui y effectuent une tâche physique. Pour prévenir des accidents graves ou même mortels, la Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail (CNESST) invite les employeurs à élaborer une planification adéquate pour préparer leur milieu de travail aux épisodes de chaleur.

Depuis 2015, la CNESST a enregistré 3 décès et 358 lésions professionnelles attribuables au travail à la chaleur. Les personnes les plus touchées sont les hommes alors qu'ils cumulent 75 % des lésions.

Restez alerte

Les températures chaudes peuvent provoquer la déshydratation, des malaises et des coups de chaleur. Les signes et symptômes suivants sont à surveiller :

- des étourdissements;
- une perte d'équilibre ou une perte de conscience;
- des propos incohérents;
- une fatigue inhabituelle.

Malgré la présence de premiers symptômes subtils, l'état de santé d'une personne exposée à la chaleur qui fournit des efforts physiques peut dégénérer rapidement et, dans certaines circonstances, mener à son décès. Dès les premiers indices d'un malaise lié à la chaleur, on doit prévenir le ou la secouriste ainsi que la personne responsable afin qu'ils appliquent les mesures appropriées.

Mesures de prévention

Pour assurer des conditions de travail sécuritaires lors d'épisodes de chaleur, l'employeur doit mettre en place différentes mesures de prévention. Par exemple, établir une procédure avec des mesures logistiques (port de vêtements particuliers et utilisation d'équipements adaptés au travail à la chaleur) et administratives (formation et information, programme d'alternance travail-repos) constitue une bonne pratique, car elle permet de prévenir les risques liés au travail à la chaleur.

Les principales mesures de prévention à appliquer sont les suivantes :

- ajuster le rythme de travail en fonction de la température;
- assigner un travail plus léger pour les périodes les plus chaudes et remettre à plus tard ou à une période plus fraîche de la journée les tâches physiques non essentielles;
- accorder suffisamment de pauses aux travailleuses et travailleurs et voir à ce qu'ils prennent ces pauses dans des endroits frais, climatisés (abri, roulotte) ou à l'ombre;
- leur fournir de l'eau fraîche en quantité suffisante et s'assurer qu'ils y ont accès et qu'ils en boivent (prévoir au moins un verre toutes les 20 minutes ou plus, selon les recommandations de l'utilitaire Température de l'air corrigée[1]);
- assurer une surveillance des symptômes chez les travailleuses et les travailleurs;
- informer tous les acteurs du milieu (permanents, nouveaux, temporaires et étudiants) des risques, des mesures de prévention, des signes et symptômes, des malaises attribuables à la chaleur et des façons de prodiguer les premiers secours;
- redoubler de prudence si l'on prend des médicaments, si l'on a des problèmes de santé ou si l'on a été malade récemment (diarrhée, fièvre, vomissements).

Pour leur part, les travailleuses et travailleurs doivent appliquer les mesures de prévention établies et porter une attention particulière à leur état général et à celui de leurs collègues.

Pour en savoir plus, consultez la page Coup de chaleur[2] du site Web de la CNESST ainsi que le guide La planification des travaux en prévision des vagues de chaleur[3].

1. https://www.irsst.qc.ca/prevenir-coup-chaleur-travail/calcul-tac.aspx

2. https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/prevention-securite/identifier-corriger-risques/liste-informations-prevention/coup-chaleur

3. https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/organisation/documentation/formulaires-publications/planification-travaux-en-prevision-vagues-chaleur

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

QUATRE CHOSES À SAVOIR **SUR LA CYBERINTIMIDATION**

Par News Canada

Aujourd'hui, les jeunes sont exposés à des dangers provenant de plus de sources qu'auparavant. Chaque nouvelle technologie qui leur permet de communiquer ou de créer des liens peut aussi être détournée pour harceler ou intimider. La cyberintimidation est un sujet délicat à aborder, mais le silence ne fait qu'amplifier le problème. Pour rendre les espaces en ligne plus sûrs, il faut d'abord mieux comprendre ce que vivent les jeunes. Voici quatre faits que vous ne connaissez peut-être pas sur la cyberintimidation :

1. **C'est plus courant que vous ne le pensez.** La cyberintimidation peut prendre autant de formes qu'il existe de moyens de communication en ligne. Elle peut être privée — comme des courriels ou des messages texte menaçants ou humiliants — ou publique, par exemple la diffusion de photos embarrassantes ou la création de pages sur les réseaux sociaux visant à ridiculiser une personne. Au Canada, 31 pour cent des jeunes disent avoir déjà été victimes de cyberintimidation, et ce chiffre pourrait être encore plus élevé dans la réalité.

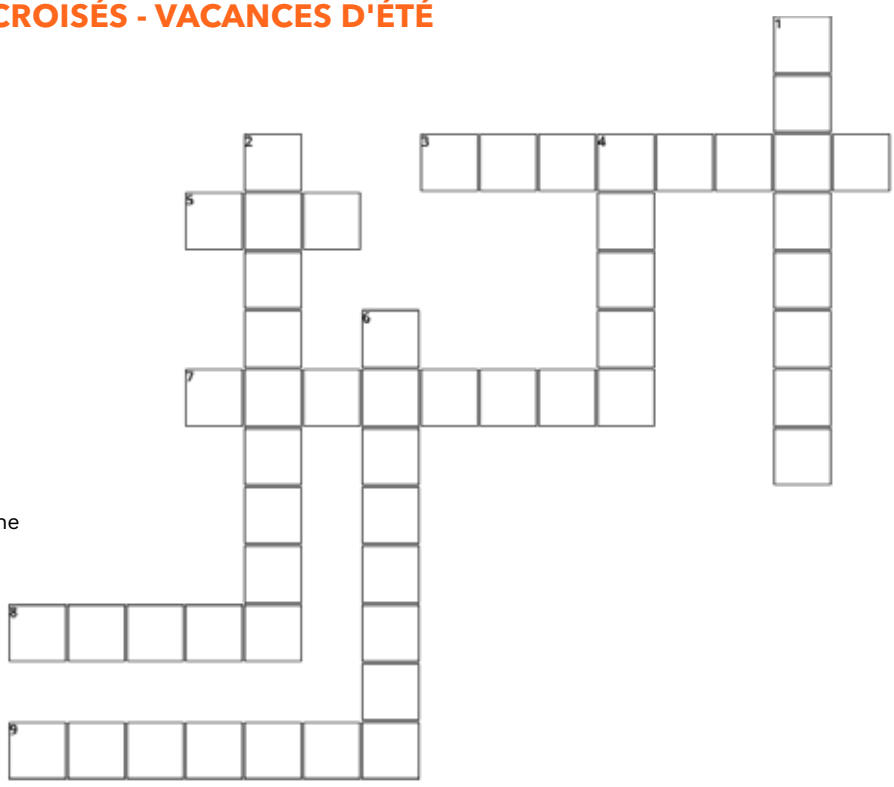
2. **Elle laisse des traces durables.** Contrairement à l'intimidation en personne, la cyberintimidation peut suivre une personne partout, à toute heure du jour ou de la nuit. Ses effets varient selon les individus, mais peuvent inclure de l'anxiété, un sentiment de désespoir, de la honte, une baisse des résultats scolaires — et dans certains cas, mener à l'automutilation.

3. **La cyberintimidation dépasse les frontières.** Même si, dans la plupart des cas, les auteurs de cyberintimidation connaissent leur cible, la nature même d'Internet fait que le harcèlement peut venir de n'importe où. Cela signifie aussi que les actions menées pour lutter contre la cyberintimidation dans une région peuvent avoir une portée mondiale.

4. **La sensibilisation fait toute la différence.** Elle permet aux victimes et à leur entourage de réagir — et a déjà contribué à réduire considérablement la fréquence des actes de harcèlement. Une agence de communication canadienne a récemment mené une campagne de sensibilisation à la cyberintimidation en Tunisie. Intitulée « *Ne nourrissez pas le monstre* », cette initiative visait à outiller les adolescents pour faire face à la cyberintimidation et à la prévenir, tout en sensibilisant les enseignants et les parents aux dangers en ligne.

Vous pouvez en savoir plus sur cet effort de lutte contre la cyberintimidation, et entendre d'autres histoires de personnalités canadiennes qui ont un impact mondial dans une nouvelle baladodiffusion à tap-pat.ca/fr/au-dela-des-frontieres.

MOTS CROISÉS - VACANCES D'ÉTÉ



HORIZONTAL

3. Région de forte altitude où l'on peut skier
5. Étendue naturelle d'eau douce, comme à SDDB
7. Fait de voyager et de visiter des lieux pour le plaisir
8. Flotteur autour du ventre qui évite la noyade
9. Bassin de natation

VERTICAL

1. Période de très fortes chaleurs
2. Longue promenade pédestre en forêt ou en montagne
4. Abri en toile démontable et utilisé en camping
6. Couleur brune de la peau qui a vu le soleil

Solutions à la page suivante.

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

Un joueur des Rangers souffre d'un cancer qui frappe surtout les hommes, la prostate.

Il y a encore trop de joueurs qui *jouzent* avec pas de casques.

Notre parti politique n'avait aucun député, mais maintenant, nous en avons treize fois plus.
- Camil Samson

Dans cette famille, ils étaient stériles de père en fils.

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 et trésorière

Rébecca Lazure, Secrétaire

Olivier Bonneau, Administrateur

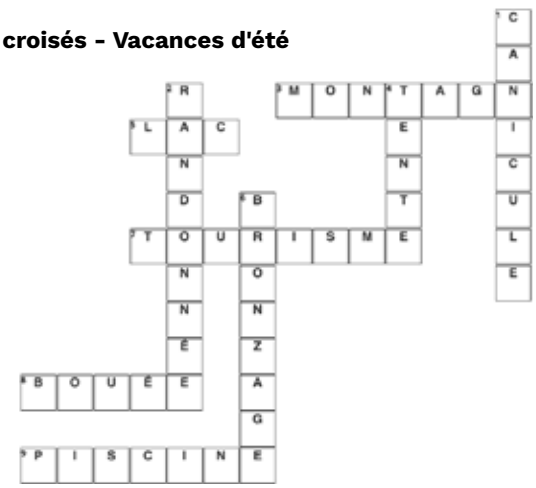
Le Saint-Denisien est un journal communautaire mensuel, imprimé par Imprimerie HLN et distribué par Postes Canada aux résidents de Saint-Denis-de-Brompton gratuitement.

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

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 croisés - Vacances d'été



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

PLUS DE 25 ANS D'EXPÉRIENCE
SERGE GUILLEMETTE
mini-excavation
819-212-8129
sergeguillemette@videotron.ca
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

Depuis 1984
Fissures de l'Estrie
Bureau : 819 564 4053
www.fissuresdelestrie.ca
Membre APCHQ
RBQ 5677-9671-01
Réparation fissure de béton
Drainage de fondation
Intérieur - Extérieur
Réparation piscine de béton
Béton estampé
Débouchage de drain
Dominic Goupil 819 578-8439
340, chemin Duclos, Saint-Denis-de-Brompton, Qc, J0B 2P0

LE SAINT DENISIEN

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

LE SAINT DENISIEN