



**Septembre 2020**



**PROJET PILOTE  
MRC BROME-MISSISQUOI**

**COLLECTE DES  
PLASTIQUES  
AGRICOLES**

**UNE INITIATIVE QUI...**

Favorise une agriculture durable

Garde les campagnes propres

Évite que les plastiques  
aboutissent dans les sites  
d'enfouissement

*Voir à la p. 5*



**Comité des Loisirs de  
Notre-Dame Inc.**

**Le samedi 3 octobre 2020**



**Souper  
Take-Out**

**de 17h à 19h**

**Soirée  
ciné-parc**



**Si ta température  
le permet**

*Voir à la p.11*

# Journée régionale de distribution d'arbustes

**Le samedi 3 octobre 2020**

*Pour réaliser et améliorer  
vos bandes riveraines*



De 10h à midi, À l'Hôtel de ville,  
900 rue Principale, Notre-Dame-de-Stanbridge

*Détails à la p. 6*

**Dîner Paroissial  
(Repas pour emporter)**

**«PORC ET DINDE BRAISÉS»**

Salade de choux et desserts

**à compter de 11h**

**Dimanche 25 octobre 2020**



*Détails en p.17*



## Bureau municipal maintenant ouvert au public.

Heures d'ouverture : **LUNDI - MERCREDI - JEUDI** :  
de 8h00 à 12h00 et de 13h15 à 17h00

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

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

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

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

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



**Conseil municipal:** Le lundi 5 octobre à 19h30 à l'Hôtel de ville

**Comité des Loisirs:** Le mardi 6 octobre à 19h30 à l'Hôtel de ville

**Comité du CDS:** Le mercredi 21 octobre à 19h00 à l'Hôtel de ville  
(*toujours vérifier les dates des réunions sur le site web de la municipalité*).

**Fabrique:** Le mardi 13 octobre à 19h à la Sacristie

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

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

# L'AMI

Heure de tombée pour le journal L'AMI : Remettre vos articles pour le dernier vendredi du mois.  
Pour l'AMI du mois d'octobre 2020 ce sera vendredi le 25 septembre 2020,  
par courriel : [notredamedestanbridge@videotron.ca](mailto:notredamedestanbridge@videotron.ca)

*Le journal L'AMI est distribué en 295 exemplaires dans Notre-Dame-de-Stanbridge.*

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

# **MOT du Maire**

---

Avec la covid-19, les projets avancent moins vite que prévu, par contre, à la MRC, nous avons réalisé de gros projets pour le bien de tous. Un site web a été mis sur pied par des intervenants de la MRC, afin de promouvoir l'achat local et l'achat en ligne. Deux plateformes sont présentement en opération pour aider nos commerces locaux à traverser cette crise, [l'achat local.com](http://lachatlocal.com) et [maturin.ca](http://maturin.ca). Je vous invite donc à consulter ces deux sites et ainsi nous pourrions encourager l'achat local.

Un autre grand projet touchant l'environnement a vu le jour. La MRC a réussi par l'entremise de divers partenaires dont l'UPA, à mettre sur pied un programme de récupération des plastiques agricoles. C'est une bonne nouvelle! Nous invitons nos agriculteurs à y participer. Les agriculteurs, qui faisaient partie du projet pilote, s'entendent pour dire que c'est une façon simple et efficace de récupération. Il suffit de vous procurer des sacs à l'un des dépôts de service. Pour Notre-Dame-de-Stanbridge, le point de dépôt est JLD-LAGUË, 7 rang St Joseph à Pike-River. En espérant que vous participerez en grand nombre à ce programme. Vous pouvez consulter le communiqué de presse à ce sujet à la page 5 de notre journal l'AMI.

Depuis le mois de mars 2020, la municipalité se doit de gérer la problématique des chiens dangereux. Nous avons dû prendre une entente avec la SPA des Cantons afin de nous aider dans ce dossier difficile. Nous sommes conscients, que vous aimez vos animaux, mais n'oubliez pas que vous en êtes toujours responsables. Si un problème survient avec votre animal, c'est la municipalité qui a l'obligation d'agir. Nous vous rappelons que chaque chien doit être enregistré par le biais d'une médaille. Vous pouvez vous en procurer une au bureau municipal au coût de 5\$.

Merci pour votre collaboration!

Daniel Tétreault, Maire

---

## **Fermeture du bureau municipal**

**Le bureau municipal et le service d'urbanisme pour les permis  
et certificats seront fermés le lundi 12 octobre 2020  
(Action de grâces)**

# Résumé de la séance ordinaire du Conseil municipal du 8 septembre 2020

- Adoption finale règlement no 434-20 modifiant le règlement de zonage no 315-08, afin d'intégrer les modifications apportées au schéma d'aménagement et de développement révisé relatives aux territoires incompatibles à l'activité minière;
- Adoption finale règlement no 436-20 modifiant le règlement no 314-08 intitulé urbanisme, afin d'intégrer les modifications apportées au schéma d'aménagement et de développement révisé relatives aux territoires incompatibles à l'activité minière;
- Adoption finale du règlement no 437-20 concernant les maisons d'invités;
- Modification du contrat de traitement des matières recyclables / Demande d'autorisation à la Ministre des affaires municipales et de l'Habitation;
- Octroi du contrat de déneigement et entretien d'hiver des chemins municipaux 2020-2021, 2021-2022, 2022-2023 au seul soumissionnaire, Transport Hanigan inc. au montant de 232 912.97 \$ (montant pour les 3 années) plus les taxes applicables;
- Embauche d'un nouveau pompier bénévole volontaire;
- Mandat à la SPA des Cantons pour le contrôle des animaux sur le territoire de la municipalité;

\*\*\*\*\*

**Prenez note que depuis le mois d'août les assemblées sont ouvertes au public dans la salle communautaire au 900, rue principale. Vous devez respecter les consignes de la santé publique, le port du masque est donc exigé.**

\*\*\*\*\*

## Dates des prochaines assemblées de Conseil :

Lundi 5 octobre 2020 à 19h30

Lundi 2 novembre 2020 à 19h30

## RAPPEL IMPORTANT

Lorsque que vous souhaitez faire des rénovations, nouvelles installations, construction, n'oubliez pas de vérifier avec notre inspectrice si vos travaux nécessitent l'obtention d'un permis. Cela permet d'être conforme à la réglementation de la Municipalité.

Notre inspectrice Évelyne Tremblay est présente au bureau municipal les lundis de 8 h30 à 12 h00.

Merci pour votre collaboration !



## Pensée du mois

*Le sourire ajoute de la valeur à ton visage, l'amour ajoute de la valeur à ton cœur.*

*Le respect ajoute de la valeur à ton attitude et les amis ajoutent de la valeur à ta vie.*

*Les chemins d'Éléonore*



**Cowansville — Le 16 septembre 2020**, la MRC Brome-Missisquoi ainsi que l'UPA de la Montérégie et le Syndicat de l'UPA Brome-Missisquoi s'associent à AgriRÉCUP afin de développer un projet permettant la récupération et la valorisation des plastiques agricoles. D'autres partenaires (Équipements JLD Laguë à Pike River, BMR matériaux de construction à Sutton et la Régie intermunicipale de gestion des matières résiduelles de Brome-Missisquoi à Cowansville — R.I.G.M.R.B.M.) ont facilité la réalisation du projet en réservant un endroit sur leur site respectif où les producteurs déposeront leurs plastiques.

AgriRÉCUP a complété la première phase du projet où elle a cumulé une foule de données sur les plastiques agricoles notamment la quantité produite par 32 producteurs rencontrés sur le territoire de Brome-Missisquoi et la façon dont ils s'en départissent. Depuis le 1er juillet, la deuxième phase, qui est la collecte proprement dite, a débuté et AgriRÉCUP en seulement deux mois et demi, a récupéré 11 tonnes de plastiques agricoles.

Les collectes se sont déroulées comme suit :

Les agriculteurs et agricultrices se sont procurés des sacs de collecte à un des trois sites participants. Ce projet cible les pellicules, les ficelles, les filets, les bâches et les sacs silos pour le foin et l'ensilage. Il faut éviter de les mélanger et s'assurer qu'ils soient propres et secs.

Le défi agroenvironnemental est de taille. La réussite des programmes de recyclage en agriculture nécessite les efforts conjugués de tous (agriculteurs, points de collectes volontaires, fabricants, distributeurs, municipalités et ministères). Tous visent à protéger l'environnement par l'intégration des meilleures pratiques en matière de gestion responsable des plastiques et autres emballages utilisés à la ferme.

« *Depuis plusieurs années, la MRC Brome-Missisquoi est à la recherche de solutions pour valoriser les plastiques agricoles de ses producteurs. Le projet d'AgriRÉCUP est vraiment ce que nous attendions et nous sommes impatients de débiter. En plus de contribuer à une solution régionale, la MRC permet de compiler des statistiques pour développer le programme provincial permanent. C'est vraiment tout un privilège.* » de mentionner Mme Sylvie Dionne-Raymond, présidente du comité de gestion des matières résiduelles de la MRC Brome-Missisquoi.

La MRC Brome-Missisquoi a exprimé un réel besoin d'une collecte structurée des plastiques agricoles sur son territoire. De son côté, AgriRÉCUP veut préciser les différents enjeux d'un programme de collecte des plastiques agricoles. L'association du besoin de la MRC à l'objectif d'AgriRÉCUP permettra d'établir une méthode de collecte des plastiques agricoles. L'expérience acquise dans Brome-Missisquoi et dans d'autres régions aboutira sur un programme viable à long terme, commode pour les agriculteurs, au plus bas coût possible et bénéfique pour l'environnement. Une fois rodé, AgriRÉCUP étendra ce programme à la grandeur du Québec.

De son côté, madame Christine Lajeunesse, directrice Est du Canada d'AgriRÉCUP précise : « *Nous croyons que les agriculteurs et les agricultrices sont engagés à garder leur terre et leur région en santé. Cette initiative sera un pas de plus dans la bonne direction. Le travail conjoint de la MRC Brome-Missisquoi, de l'UPA, d'AgriRÉCUP et le partenariat avec les sites de collecte génère des synergies. L'information générée par ce projet contribuera à la mise en place d'un programme provincial permanent de recyclage des plastiques agricoles.* »

Au sujet d'AgriRÉCUP :

AgriRÉCUP est une organisation, sans but lucratif, vouée à la responsabilité environnementale par le biais d'une bonne gestion des déchets inorganiques agricoles. Les programmes d'AgriRÉCUP sont offerts partout au Canada. Ses programmes ont été imités à l'échelle internationale.

Source :

Christine Lajeunesse , Directrice Est du Canada – AgriRÉCUP  
lajeunessec@agrireocup.ca

# JOURNÉE RÉGIONALE DE DISTRIBUTION D'ARBUSTES

## SAMEDI 3 OCTOBRE DE 10H À 12H

Directement dans votre municipalité,  
procurez-vous des arbustes matures

### VIE SIMPLIFIÉE!

### CES PLANTES INDIGÈNES NÉCESSITENT :

- Peu d'arrosage
- Pas de pesticide
- Pas d'engrais
- Peu d'entretien

Vous avez des questions sur :

- la distribution
- les quantités et essences disponibles
- si une réservation est nécessaire?

Consultez votre municipalité ou le  
[www.mrcbm.qc.ca/arbustes](http://www.mrcbm.qc.ca/arbustes)

Les résidents de Notre-Dame-de-Stanbridge pourront se procurer des arbustes, pour un montant de 1,00\$ l'unité.



MRC BROME-  
MISSISQUOI.CA

VIRAGE  
RIVAGES

REVITALISATION  
DES RIVES | MRC BROME-  
MISSISQUOI.CA



Tous les résidents peuvent se procurer des arbustes, premiers arrivés, premier servis. Si vous voulez une grande quantité d'arbustes, réservez auprès de la municipalité.

Pour réaliser et améliorer vos bandes riveraines, pour protéger les cours d'eau, pour augmenter le couvert végétal sur votre terrain, vous pouvez vous procurer des arbustes pour un montant de 1,00\$ l'unité, lors de la journée régionale de distribution d'arbustes.

Le samedi 3 octobre  
de 10h à 12h  
à l'Hôtel de ville de  
Notre-Dame-de-  
Stanbridge,  
900 rue Principale.

Les essences disponibles peuvent varier parmi celles-ci : **Cornouiller stolonifère / Spirée à feuille larges / Viorne trilobée / Physocarbe à feuilles d'obier / Potentille frutescente / Chèvrefeuille du Canada.**



# Des nouvelles de Notre-Dame-de-Stanbridge

Par Carole Dansereau

## Ô Jardin des ancêtres!

### Un jardin qui réunit trois générations ...et plus!

Cet été, nous nous sommes régalés avec les légumes du jardin et ce n'est pas fini! Nous avons eu un coup de cœur pour les multiples variétés de tomates aux couleurs différentes semées par les élèves ce printemps. Et que dire des courgettes! Les fleurs de courgettes farcies. Un vrai délice! Nous avons proposé une petite dégustation, aux membres du Comité de développement Stanbridgeois lors de l'assemblée annuelle et aux enseignants à l'occasion de la rentrée scolaire. Ces derniers ont aussi eu droit à une petite gâterie, soit un pain à la courgette double chocolat de Ricardo. Cette idée nous est venue d'une élève qui, après une cueillette bien remplie Ô Jardin des ancêtres, a cuisiné ce dessert pour sa famille. Eh oui...nous découvrons plusieurs talents culinaires chez les élèves. Cela bien sûr, nous ravit. N'est-ce pas là l'objectif premier de l'aménagement de ce jardin? Apprendre à bien s'alimenter et se reconnecter avec la terre nourricière!



Ah... cette fameuse famille de cucurbitacées, elle est tout simplement fabuleuse! Maintenant nous nous apprêtons à cuisiner de multiples façons ces magnifiques variétés de citrouilles. Nous sommes tellement chanceux!

Faites nous parvenir vos recettes préférées de citrouille. Et si le cœur vous en dit, envoyez-nous une photo de votre création. On se fera un plaisir de partager vos petits plats!

[carole.dansereau@gmail.com](mailto:carole.dansereau@gmail.com)



Des enseignantes heureuses de reprendre le travail, malgré des conditions sanitaires pas faciles.

On mange et on se détend à deux mètres les uns des autres, COVID oblige!

## Une épluchette de blé-d'inde pour souligner la rentrée scolaire

Nous avons prévu manger le maïs avec tous les élèves de l'école, mais ce dernier est arrivé plus tôt que prévu! Une épluchette de blé d'inde a donc été organisée le jeudi 27 août avec les élèves fréquentant le service de garde de l'école quelques jours avant la rentrée officielle des élèves. →

Comme ils étaient heureux de retrouver le jardin ! C'était touchant de les voir s'émerveiller devant le maïs qu'ils ont semé ce printemps. Ils n'en revenaient pas de le voir si grand, si haut!

Notre maître jardinier, monsieur André en a profité pour expliquer aux élèves et aux adultes la provenance d'un petit champignon pathogène qui peut apparaître à l'occasion sur le maïs appelé « le charbon du maïs ». Ces grains sont nommés par les Mexicains huitlacoche. Ils adorent cuisiner ce champignon et le surnomment la truffe mexicaine! Regardez la mine des enfants, cela ne semble pas tout à fait les convaincre !



Un gros merci aux éducatrices du service de garde, parents et membres du Comité de développement Stanbridgeois pour votre implication dans l'organisation de cette activité.

Nous tenons également à remercier la ferme Asnong qui, ce printemps, nous a si généreusement offert les semences de maïs biologiques.



## Aimez notre page Facebook Ô Jardin des ancêtres

La fête dans l'rang



## Chroniques horticoles

Suivez-nous sur la page Facebook « Ô jardin des ancêtres » pour connaître les sujets abordés lors des chroniques horticoles du samedi matin. Exceptionnellement, nous reportons la chronique prévue le 14 septembre pour le lendemain soit le dimanche 15 septembre à 9 h30. Cette dernière portera sur la récupération des semences.

Nous reprenons également les rencontres avec les élèves. Ainsi cet automne, nous allons compléter les récoltes, poursuivre nos dégustations, semer de l'engrais vert, planter l'ail, et fermer le jardin pour l'hiver. Tout un programme !



## Devenez membre du Comité de développement Stanbridgeois

Comment ? En allant chercher le formulaire d'adhésion à la municipalité ou en communiquant auprès de : [carole.dansereau@gmail.com](mailto:carole.dansereau@gmail.com) ou par téléphone au 450.248.4692



## **Pour des p'tits poumons roses et en santé** *Famille sans fumée rappelle de ne pas fumer en présence de vos enfants.*

**Montréal, 14 septembre 2020**

Alors que l'automne frappe à nos portes, la campagne Famille sans fumée est de retour avec une toute nouvelle campagne de communication qui invite les parents québécois à poser des gestes pour protéger la santé de leurs enfants des dangers de la fumée secondaire: faire de leur maison et de leur voiture des zones sans fumée en tout temps et fumer loin d'eux à l'extérieur. Pour les aider à passer à l'action, le site Web [famillesansfumees.ca](http://famillesansfumees.ca) propose de l'information et des outils pratiques.

### **Attention aux p'tits poumons**

Le slogan de la campagne, « Pour des p'tits poumons roses et en santé », rappelle que les enfants naissent avec des poumons roses et que le goudron de la fumée de tabac, qui noircit ceux des fumeurs, s'accumule aussi dans ceux des enfants exposés à la fumée secondaire. En outre, cette émanation hautement toxique rend les enfants qui vivent dans des milieux emboucanés davantage susceptibles de développer de multiples problèmes respiratoires. Heureusement, les parents peuvent agir pour protéger les p'tits poumons de leurs enfants en ne fumant jamais en leur présence.

### **Les enfants, plus à risque**

Contenant plus de 7 000 produits chimiques, la fumée secondaire est particulièrement néfaste pour la santé respiratoire des bébés et des enfants parce que leurs poumons n'ont pas fini de se développer et qu'ils respirent plus vite que les adultes, absorbant ainsi de plus grandes quantités de substances nocives. « N'oublions pas qu'un bébé de moins de 1 an respire 3 fois plus vite qu'un adulte, alors que les tout-petits, eux, respirent 2 fois plus vite que leurs parents. De plus, chez les enfants, l'exposition régulière à la fumée secondaire peut provoquer ou accentuer plusieurs problèmes respiratoires tels que la toux, les rhumes, la bronchite, la pneumonie et l'asthme », indique la directrice générale de l'Association pulmonaire du Québec, Mme Dominique Massie.

### **Asthme et fumée:**

un duo à éviter Chez les enfants, l'effet néfaste de la nicotine présente dans la fumée peut entraîner une diminution des capacités pulmonaires et une prédisposition à développer l'asthme, notamment. Au Canada, la proportion d'enfants souffrant de cette maladie a atteint 15 %, et ce nombre ne cesse de croître. Quant aux enfants de parents fumeurs, ils ont de 2 à 4 fois plus de risques d'être asthmatiques. De plus, le tabac et la fumée secondaire sont des déclencheurs majeurs de crises d'asthme, d'où l'importance de poursuivre la sensibilisation aux méfaits de la fumée secondaire.

### **Une occasion d'essayer d'arrêter**

D'après un sondage Léger (2019)<sup>1</sup>, Famille sans fumée motive 46 % des parents qui fument à diminuer leur nombre de cigarettes fumées et 27 % d'entre eux à arrêter. Pour soutenir les parents et futurs parents souhaitant écraser, le site [famillesansfumees.ca](http://famillesansfumees.ca) présente des ressources d'aide à la cessation gratuites, dont la ligne J'ARRÊTE (1 866 527-7383).



## À propos de Famille sans fumée

Famille sans fumée est une réalisation de Capsana présentée en partenariat avec plusieurs organismes publics et privés, notamment le ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec, les Directions régionales de santé publique du Québec et le Groupe Jean Coutu. Pour en savoir plus, visitez [famillesansfumee.ca](http://famillesansfumee.ca).

## À propos de Capsana

Capsana est une organisation à vocation sociale détenue par la Fondation ÉPIC, qui est liée à l'Institut de Cardiologie de Montréal, et par la Fondation PSI. Sa mission est d'aider les individus à devenir acteurs de leur santé. Pour en savoir plus, visitez [capsana.ca](http://capsana.ca).

Léger Marketing (2019). Notoriété et perception de la campagne publicitaire Famille sans fumée – Rapport d'analyse d'un sondage post-campagne.

Source : [famillesansfumee.ca](http://famillesansfumee.ca) | [facebook.com/famillesansfumee](https://facebook.com/famillesansfumee) | [@equipeCapsana](https://twitter.com/equipeCapsana)

Renseignements et demandes d'entrevue: Camille Gagnon  
Relations médias 514 985-2466, poste 277 [cga-gnon@capsana.ca](mailto:cga-gnon@capsana.ca)



# POUR DES P'TITS POUMONS ROSES ET EN SANTÉ

## NE FUMEZ PAS EN PRÉSENCE DE VOS ENFANTS.

UNE RÉALISATION DE:



EN COLLABORATION AVEC:



© Capsana 2019



## Conservation Baie Missisquoi

présentera au Centre Culturel de Venise-en-Québec  
mercredi le 23 septembre prochain le film-documentaire **Les Forêts**.  
Produit par AB International et réalisé par Sarah Lainé (2018, 54min.)

Le destin de l'homme est depuis toujours intimement lié aux forêts. Mais, depuis deux siècles la déforestation massive et depuis quelques années le réchauffement climatique mettent gravement en danger l'avenir des forêts.

Le Centre Culturel est situé au 239 16<sup>ième</sup> Avenue Ouest. La projection débute à 19h00, les portes ouvrent à 18h30, **c'est gratuit et ouvert à tous**.

CBM est un organisme sans but lucratif ayant pour mission de sensibiliser les citoyens à la protection de l'environnement.

Bienvenue à tous ! Francis Mailloux, Conservation Baie Missisquoi



# SOUPER TAKE-OUT

Organisé par le Comité des Loisirs Notre-Dame-de-Stanbridge



# TRUCK-FOOD

## BAR À POUTINE



**SAMEDI LE 3 OCTOBRE 2020**

**de 17 h à 19 h**

750, rue Gauvin, Notre-Dame-de-Stanbridge

Menu: **Bar à poutine**, 1 choix: (bacon à l'érable, saucisse à l'érable, porc effiloché, poulet pop-corn) + 6 beignets pommes et sucre d'érable



**GRATUIT—GRATUIT**

## Soirée Ciné-Parc

**dans la soirée si le temps  
le permet**

**Prix souper : 20,00\$**

*20% remis aux Loisirs*

*Billets en vente :*

Comité des Loisirs / Marché Gendreault  
Hôtel de ville Notre-Dame-de-Stanbridge

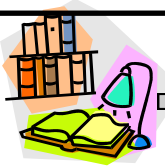
## *Volleyball intérieur à Notre-Dame à l'école Saint-Joseph*



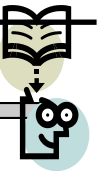
Le comité des Loisirs, veut organiser des joutes de volleyball intérieures qui se dérouleraient dans le gymnase de l'école à 18h30 une fois par semaine, soit les mercredis, dès début octobre ou novembre

Vous êtes intéressés, communiquez avec :

*Sylvie au 450-296-4710*



# Bibliothèque Municipale



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

## HEURES D'OUVERTURES

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

**LA BIBLIOTHÈQUE EST MAINTENANT OUVERTE AUX LECTEURS. VOUS POUVEZ VENIR CHOISIR VOS LIVRES DIRECTEMENT À LA BIBLIOTHÈQUE. LE PORT DU MASQUE EST EXIGÉ ET PAS PLUS DE 3 PERSONNES À LA FOIS ET EN RESPECTANT LA DISTENTIATION SOCIALE.**

Afin de bénéficier du service de prêt sans contact, la bibliothèque invite les citoyens à consulter le site de la Municipalité Notre-Dame-de-Stanbridge pour vos choix de livres.:

[www.notredamedestanabridge.qc.ca](http://www.notredamedestanabridge.qc.ca) onglet: vie municipale/bibliothèque, au bas, nouveautés depuis 2016. Faites votre choix (par auteur et titre) .

Deux options s'offrent à vous pour transmettre la liste des documents choisis, soient: envoyer un courriel à: [biblionds2010@gmail.com](mailto:biblionds2010@gmail.com)

- ou laissez un message vocale au **450-296-4350** (Centre des loisirs /bibliothèque) ne pas oublier de laisser **vosre nom et no. de téléphone.**
- Ce faisant, l'équipe préparera les documents choisis et il sera possible d'aller les chercher au moment convenu.
- Nous préparons votre commande le mercredi et le samedi lorsque nous irons à la bibliothèque.
- Ex.: on prend le message le mercredi, vous passez les prendre le samedi.  
On prend le message le samedi, vous passez les prendre le mercredi.

Il nous fera plaisir de répondre à vos questions.

**Gisèle Bonhomme: 450-296-8841 / Pauline Bonneau 450-296-4567**

### Horaire des bénévoles pour le mois d'octobre 2020

Jour	Date	Noms
Samedi	03 octobre	Gisèle Bonhomme
Mercredi	07 octobre	Annie St-Pierre
Samedi	10 octobre	<b>Fermé</b>
Mercredi	14 octobre	Béatrice Travers
Samedi	17 octobre	Guy Lambert
Mercredi	21 octobre	Claudette Pinsonnault
Samedi	24 octobre	Pauline Bonneau
Mercredi	28 octobre	Annie Sr-Pierre
Samedi	31 octobre	Micheline Dufour

# SYSTÈME D'ALERTE RÉGIONALES ET D'INTERVENTION GRADUELLE À 4 PALIERS

## Respect des mesures de base en tout temps pour les 4 paliers d'alerte

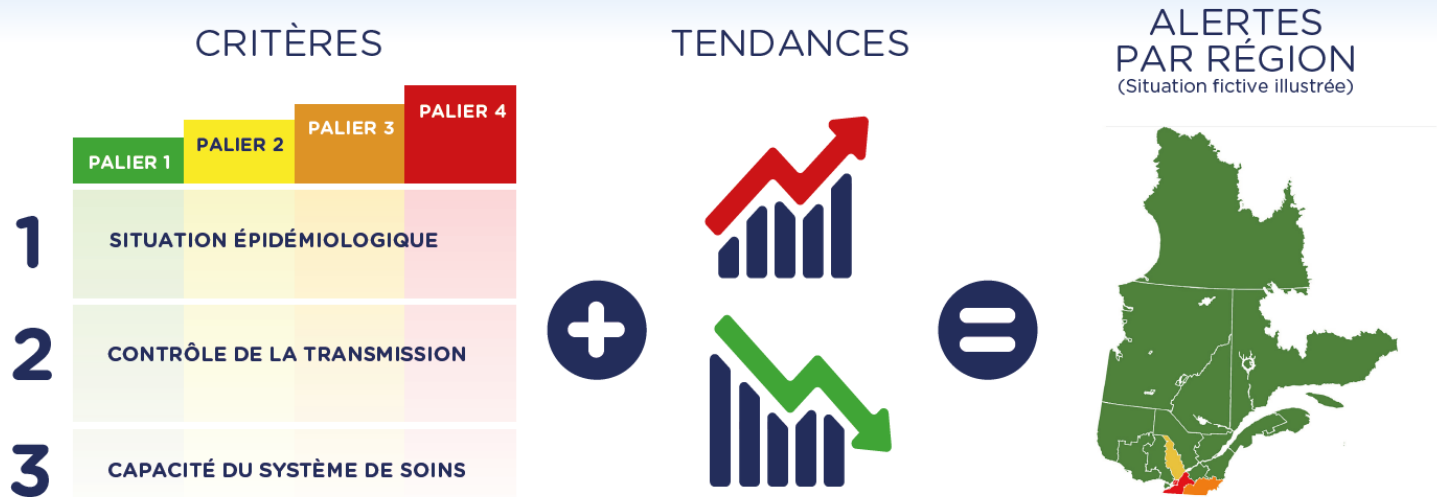


- › Distanciation physique
- › Port du couvre-visage
- › Étiquette respiratoire
- › Lavage des mains
- › Pratiques alternatives pour les salutations

## PALIER D'ALERTE

PALIER 1 Vigilance Mesures de base	PALIER 2 Préalerte Mesures de base renforcées	PALIER 3 Alerte modérée Mesures intermédiaires	PALIER 4 Alerte maximale Mesures maximales
Maintien des activités en respectant les mesures de base et application de mesures spécifiques, s'il y a lieu	Maintien des activités en respectant les mesures de base et application de mesures spécifiques, s'il y a lieu	Restriction ou arrêt de certaines activités à risque plus élevé	Restriction ou arrêt des activités non essentielles pour lesquelles le risque ne peut être contrôlé suffisamment
Appelle à la vigilance constante qui est requise dans le contexte de la pandémie de la COVID-19. Il correspond à une transmission faible dans la communauté, et exige le respect des mesures de base mises en place dans l'ensemble des milieux (distanciation physique, étiquette respiratoire, lavage des mains, etc.). Des mesures spécifiques peuvent également s'appliquer à certaines activités ou certains milieux.	S'impose lorsque la transmission commence à s'accroître. Les mesures de base sont alors renforcées et davantage d'actions sont déployées pour promouvoir et encourager leur respect. Par exemple, davantage d'inspections peuvent être réalisées et un plus grand contrôle de l'achalandage peut être fait dans certains lieux de manière à faciliter la distanciation physique.	Introduit des mesures additionnelles en ciblant certains secteurs d'activité et milieux où le risque de transmission est jugé plus élevé. Ces secteurs font l'objet de restrictions, d'interdictions ou de fermetures de façon sélective.	Applique de manière ciblée des mesures plus restrictives pouvant aller jusqu'à faire cesser les activités non essentielles pour lesquelles le risque ne peut pas être contrôlé suffisamment, en évitant autant que possible un confinement généralisé comme lors de la première vague de la pandémie.

## FACTEURS ORIENTANT LE CHOIX DU PALIER





## Les plantes pour l'homme

Ce mois-ci après avoir parlé des plantes médicinales pour les femmes, je fais place à celle pour les hommes, plus précisément pour la bonne santé du système reproducteur masculin. Bien que ce système est moins compliqué que celui de la femme, il n'en est pas moins fabuleux. Il existe plusieurs plantes médicinales pour garder la santé. En voici quelques-unes dont une recette spécialement pour homme.

**Croix de Malte** : tonique, aphrodisiaque, augmente le taux de testostérone et le niveau d'énergie.

**Ginseng asiatique** : favorise la résistance au stress et la détente, adaptogène, renforce la vitalité.

**Maca** : augmente la fertilité, l'énergie et le désir sexuel, soulage les problèmes occasionnés par l'andropause et aide à la stimulation de la réponse érectile.

**Palmier nain** : anti-inflammatoire, diurétique, anti androgène, fortifie la vessie et diminue l'hypertrophie de la prostate.

**Salsepareille** : fortifiant, stimule la testostérone, augmente la musculature et traite l'impuissance.

**Yohimbe** : aphrodisiaque, version naturelle du Viagra, stimule les nerfs qui irriguent les tissus génitaux.

### Élixir de longue vie pour homme

2 parties de feuilles de Damiane

2 parties d'Ashwagandha

2 parties de gingembre

2 parties de réglisse

2 parties de Sassafras

2 parties d'igname sauvage

1 partie d'Anis étoilé

1 partie de Salsepareille

1 racine de ginseng par 2 litres de liquide

Brandy

Jus de cerise concentré



On met toutes les plantes dans un pot et on couvre de brandy. On laisse macérer 8 semaines ensuite on filtre et on ajoute 125 ml de jus de cerise concentré par 250 ml de brandy aromatisé. Bien brassé et embouteillé. On prend 30 ml en apéritif avant le souper.

C'est important pour un homme de bien prendre soin de ses organes reproducteurs, car les hormones qu'ils produisent influencent la constitution physique et même mentale.

Comme disait un de mes amis : être un homme c'est fabuleux. Alors messieurs à votre brandy ... et longue vie à vous !

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

**Eve Paquin** Herboriste en formation, Pour informations ou questions (450) 334-3304

# LE JOUR D'ACTION DE GRÂCES (JOUR FÉRIÉ RÉGIONAL)

12 Octobre 2020 | Canada

Le Thanksgiving Canadien est un jour férié ayant lieu le deuxième lundi d'octobre officiel dans toutes les provinces et tous les territoires, à l'exception de l'Île-du-Prince-Édouard, du Nouveau-Brunswick, de la Nouvelle-Écosse et de Terre-Neuve-et-Labrador. Elle est appelée Action de grâces au Québec et est célébrée dans une bien moindre mesure que dans le reste du pays, compte tenu des origines protestantes et des associations anglo-nationalistes.



## Jour d'Action de grâces

Proclamé « journée entièrement consacrée à rendre grâce à Dieu Tout-Puissant pour tous les bienfaits qu'il a prodigués au Canada », le jour d'Action de grâces tient son origine de trois traditions : les fêtes de la moisson dans les sociétés paysannes européennes, dont le symbole est la corne d'abondance; les observances formelles, comme celle de Martin Frobisher dans l'est de l'Arctique en 1578 (le premier jour d'Action de grâces en Amérique du Nord, au cours duquel Frobisher et son équipage rendirent grâce et remercièrent Dieu d'être tous en bonne santé); la célébration organisée par les pèlerins du Massachusetts (1621) à la fin de la première moisson, accompagnée de mets propres aux Américains comme la dinde, la courge et la citrouille.

La fête se transporte en Nouvelle-Écosse dans les années 1750 et les citoyens d'Halifax commémorent la fin de la Guerre De Sept Ans (1763) par une journée d'Action de grâces. Les loyalistes introduisent la fête dans d'autres régions du pays. En 1879, le Parlement proclame le 6 novembre jour d'Action de grâces. Il s'agit dès lors d'une fête nationale plutôt que religieuse. La fête a déjà été célébrée à d'autres dates, la plus populaire étant le troisième lundi d'octobre. Après la Première Guerre mondiale, le jour d'Action de grâces et le jour de l'Armistice (plus tard le jour du Souvenir) sont célébrés la même semaine. Ce n'est que le 31 janvier 1957 que le Parlement proclame le deuxième lundi d'octobre jour d'Action de grâces. E.C. Drury, l'ancien premier ministre d'Ontario, surnommé le « premier ministre des agriculteurs », se plaint que les villes se soient approprié la fête des agriculteurs afin d'obtenir un long congé en cette belle période de l'année.

Il y a 42 jours jusqu'à la célébration et/ou congé pour : Le jour d'Action de grâces (jour férié régional) de l'année 2020.

Source: <https://calendrier.live/calendrier/2020/octobre/12/le-jour-d-action-de-grace-jour-ferie-regional/356/>



## Défi du mois:

**Répartir les aliments protéinés tout au long de la journée**  
Les protéines jouent un rôle clé dans l'alimentation. La plupart d'entre nous en consomment suffisamment (parfois même trop!), mais peut-être pas de façon optimale.

Comment bien les choisir, comment apprivoiser celles d'origine végétale et, surtout, comment mieux répartir leurs différentes formes tout au long de la journée? Découvrez des idées pour mieux les intégrer dans votre quotidien en consultant le dossier **Des protéines chaque repas.**

Visitez le site internet de *Défi Santé* et le Facebook pour en savoir plus.

<https://www.defisante.ca/passer-a-laction/dossiers/des-protéines-chaque-repas>

[www.facebook.com/defisante](http://www.facebook.com/defisante)

## Recette du mois

Ajoutez de la couleur dans votre assiette avec ce mets à la fois léger et gourmand, qui célèbre la betterave, ce légume de saison bien de chez nous. Un véritable délice!

### Ingrédients

- ½ lb fromage de chèvre crémeux
- 2 c. à soupe feuilles de basilic frais, émincées (ou 15 ml / 1 c. à soupe de pesto)
- 3 betteraves moyennes, cuites
- 2 c. à soupe noix de pin ou amandes effilées
- au goût huile d'olive
- 1 paquet mini épinards
- au goût sel et poivre
- au goût vinaigre balsamique



### Préparation

1. Peler les betteraves cuites et refroidies et les couper en rondelles d'environ 0,5 cm (¼ po) d'épaisseur.
2. Mélanger le fromage de chèvre et le basilic (ou le pesto). À l'aide d'une pellicule en cire d'abeille (ou d'une pellicule plastique si vous n'en avez pas), former un rouleau de même diamètre que celui des rondelles de betteraves. Réfrigérer 45 minutes. Couper le fromage en tranches d'environ 0,5 cm (¼ po) d'épaisseur.
3. Dans un poêlon antiadhésif, faire rôtir les noix de pin à sec en brassant jusqu'à ce qu'elles soient légèrement dorées. Les déposer dans un petit bol et réserver.
4. Dans le même poêlon, faire tomber les épinards (environ 2 minutes) dans un peu d'huile. Assaisonner de sel et de poivre.
5. Répartir les épinards dans 4 assiettes. Y déposer une tranche de betterave et y superposer une tranche de fromage, puis répéter cette opération pour obtenir trois étages de betteraves et deux de fromage.

Garnir de noix de pin et d'un filet de vinaigre balsamique et d'huile d'olive.

Bon appétit!

Sources: <https://www.defisante.ca/manger-mieux/recettes/napoleons-de-betteraves-et-de-fromage-de-chèvre>



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

La fin de l'été nous a apporté de grands vents et la croix et le Christ du « Calvaire » au cimetière ont été très endommagés. Un autre pépin à notre année « Coronavirus » qui nous oblige à faire des dépenses imprévues à notre budget qui a souffert de l'absence de nos dîners communautaires.

Les dommages semblent pourtant réparables et nous souhaitons que cet élément de notre patrimoine demeure le symbole de notre cimetière.

Érigé à la fin du XXème siècle, ce Calvaire a subi plusieurs réfections dont une dernière en 2003. Plusieurs mains avaient alors été mises à contribution pour habiller ce lieu de repos; sa seule décoration.

Nous ne laisserons pas ce monument à l'abandon. Actuellement nous envisageons une nouvelle réfection. Si certains d'entre vous désirent participer à sa réparation, laissez-nous le savoir.



Dans un autre ordre d'idée, nous avons l'intention d'offrir un dîner Communautaire le 25 octobre prochain à la façon « Repas pour emporter ». Les billets au coût de 15.00\$ seront disponibles auprès des Marguilliers, du Marché Gendreault et du bureau Municipal. Les boîtes seront préparées dans la cuisine de la salle Communautaire et seront distribuées par les bénévoles tout au long de l'après-midi. Vous n'aurez qu'à vous présenter dans la cour du 900 principale à partir de 11h00 pour récupérer vos repas. Il n'y aura pas de rassemblement à cause de la Covid, mais nous souhaitons que vous participiez en grand nombre pour cette levée de fonds qui se veut indispensable cette année. Le repas sera composé comme à l'habitude de porc et dinde braisés, agrémenté de sauce, de légumes, de salade de choux et de dessert commerciaux (pour cette année).

Les billets sont limités à 300; ce sera une bonne façon pour vous de prendre congé du repas du dimanche et de vous faire servir à la maison avec votre famille tout en encourageant votre fabrique locale.

Bonne fin d'été !

### *Billets en vente auprès Marguilliers ;*

Guillaume Tétreault : 450-524-1566  
Diane Brais: 450-296-4395  
Ginette Gendreault : 450-296-4384  
Yves Provost : 450-296-4972  
Presbytère Bedford : 450-248-3347

### *Ginette Simard Gendreault*

Présidente du Conseil de Fabrique

POSTES CANADA  
CANADA POST



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

Lundi	09:30 - 12:00 - 14:00 - 16:15
Mardi	09:30 - 12:00 - 14:00 - 16:15
Mercredi	09:30 - 12:00 - 14:00 - 16:15
Jeudi	09:30 - 12:00 - 14:00 - 17:30
Vendredi	09:30 - 12:00 - 14:00 - 16:15

**Fermé les samedis et dimanches**



Équitation Marie-Eve Dubé

Marie-Eve Dubé  
Entraîneuse  
dubewest@hotmail.com

Notre-Dame-de-Stanbridge  
514-233-1256

Cours d'équitation  
western/  
brevets de cavaliers/  
entraînement



# Biscuits-Bonbons-Noix



*42 Principale  
Bedford Q.C.*

## Biscuiterie

## Pistache

(450) 248-3772

**OUVERTURE  
3 SEPTEMBRE 2020**

# Sirop d'érable à l'ancienne



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

**Roger et Anne Marie Santerre**

*Résidence Duhamel inc.*

POUR QUE LA VIE CONTINUE

Johanne Duhamel,  
propriétaire et  
infirmière auxiliaire

450 296-4458

facebook

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

residenceduhamel@gmail.com  
www.residenceduhamel.com



**AUTOPRO**

www.napaautopro.com

Pierre Larocque  
Propriétaire

Jean-François Côté  
Propriétaire

**Mécanique LACO Inc.**

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

Alignement  
Suspension  
Climatisation  
Freins  
Électronique



**Fromages artisanaux  
au lait cru de chèvre**

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

641 rang de l'Ange Gardien

www.cornesetsabots.com



hpaquette.com  
hpaquette57@gmail.com  
450 248.0777

Courtier immobilier

*Stéphanie Vaquette*

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



**Desjardins**  
Gestion de patrimoine  
Valeurs mobilières

Groupe JFS,

ANDRÉE COUTURE, Pl. Fin.  
Conseillère en placement

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



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

groupejfs.com

[groupejfs@desjardins.com](mailto:groupejfs@desjardins.com)



*Cisèle Bonhomme*

450 296-8841

Masques réutilisables • Réparations mineures  
Confection de tuques et foulards

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

Vente neuf et usagé, Réparation, nettoyage

**Jean-Pierre TRAVERS**

450-348-5300

info@microbytes-stjean.com

950 Principale, Notre-Dame-de-Stanbridge

AXEP

# Marché Gendreault

Depuis 1944

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

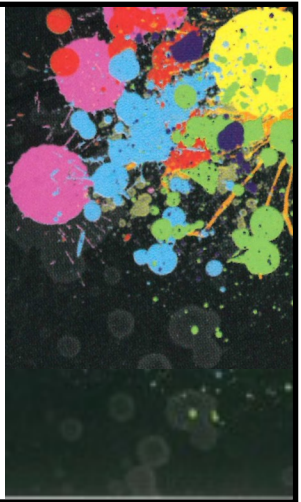
## Martine Bellavance

Artiste peintre,  
Professeur et Auteure

(514) 820-1185

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

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



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

**Vente de véhicules  
usagés ou neufs**



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

*Au delà de l'herboristerie*

**Eve Paquin**

*Maître Reiki et herboriste*

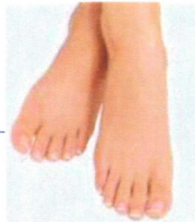
(450)-334-3304 rés.  
(514)-703-1283 cell.

Reiki  
Herboristerie  
Fleurs de Bach  
Magie blanche  
Radiesthésie et Kinésiologie



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

**France Boulet**  
*Soins des pieds*



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

**Service à domicile**

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

# ATELIER

## MATHIEU FORGUES INC.

ACIER | ALUMINIUM | ACIER INOXYDABLE

Soudure | Réparation | Modification | Fabrication | Unité mobile

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

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

# cuisines DESPRO

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

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

[www.cuisinesdespro.com](http://www.cuisinesdespro.com) tél : 450-296-4440

Bertrand Provost et Anne-Marie Després

900, rue Principale, Notre-Dame-de-Stanbridge, J0J 1M0 Téléphone 296-4710 Télécopieur: 296-5001

Site internet: [www.notredamedestanbridge.qc.ca](http://www.notredamedestanbridge.qc.ca)