

# Aux Quatre Coins

JUIN 2020 ♦ VOLUME XXXV - NUMÉRO 5



La classe de 4e année de Sabrina et Andréane, des élèves heureux d'être de retour et d'apprendre tout en respectant les consignes sanitaires de la santé publique. Crédit photo : Andréane Rivard

## SECTIONS

Aux Quatre Coins	3
Pages municipales	7 à 15
Loisirs et culture	17 à 19
Organismes locaux	20 à 25
Chroniques	26 à 29
Information diverse	30 à 32
Index des publicités	33



Vlan c'est  
juin!  
Page 20

## MANCHETTES

Collecte maintenue en juin	
Malgré la fermeture temporaire de Récup-Estrie	11
Fête nationale	
Méga zumba virtuelle	18
Saviez-vous...que?	
Rassemblements illégaux et retour au travail	26
Les entreprises de chez nous	
Mini-Excavation Jocelyn Plamondon	27

# La classe de 4<sup>e</sup> année en confinement



Charlie et Téo Roy qui profitent beaucoup de l'extérieur!



Lori-Anne Caya avec son chat Léo.



Sébastien Desfossés-Jetté sur le tracteur (pour la première fois).



Daphnée Breault et son chien.



Sofia, Antoine et Maëly Toulouse dans le bois.



Daphnée Breault et son frère en pleine construction de leur cabane.



Lorianne et Anabelle Corriveau avec leur arc-en-ciel.



Sébastien Desfossés-Jetté (et sa sœur) qui lave son vélo en même temps que son père lave son auto.

Journal Aux Quatre Coins

# Message de la présidente

Comment ça va? Ça va bien aller qu'il paraît, mais est-ce le cas? Déjà plus de deux mois que nous sommes sur « Pause ». L'équipe du journal souhaite saluer tous ceux qui luttent contre la COVID-19 à leur manière et tous ceux et celles qui osent braver les difficultés amenées par la nécessité pour les entreprises privées et publiques qui reprennent du service de respecter les mesures sanitaires imposées par le Gouvernement Legault. Nous souhaitons souligner aussi le travail exemplaire des professeurs et des éducateurs qui doivent faire preuve d'ingéniosité pour instruire nos jeunes et assurer leur sécurité en même temps.

Cette année, nous ne pensons pas vous surprendre en vous annonçant que les activités de la Fête Nationale qui ont lieu habituellement

autour du 20 juin sont malheureusement annulées pour cette année compte tenu du contexte actuel. Bonne nouvelle toutefois, le Service d'animation estivale (SAE) est toujours de service et compte accueillir les jeunes comme prévu, même si adaptation oblige. Le Service des loisirs de la Municipalité met présentement tout en œuvre pour que les enfants passent un bel été, même à 2 mètres les uns des autres, alors n'oubliez pas d'inscrire les intéressés!



Christine Lafrance

Comme à l'habitude, vous trouverez dans nos pages, les informations importantes que la Municipalité souhaite vous communiquer et des articles sur différents sujets, préparés par nos chroniqueurs. En espérant que nos chroniques vous changeront les idées alors que la quarantaine perdure, nous vous souhaitons une bonne lecture à tous.

On ne lâche pas!

**Christine Lafrance**

## COMMENT QUITTER UNE RELATION DE VIOLENCE CONJUGALE LORS DU CONFINEMENT ?

- ☐ Allez à la pharmacie pour chercher des médicaments ou à l'épicerie et demandez à la caissière de contacter la police ou une maison d'hébergement (présentement, la plupart des commerces n'autorisent qu'une seule personne par famille à entrer faire leurs achats);
- ☐ Si vous vous faites livrer des denrées, glissez un mot demandant de l'aide au livreur en prenant vos achats ou au moment d'effectuer le paiement (en payant en ligne, il est parfois possible d'écrire dans la section commentaires);
- ☐ Laissez une note dans la boîte aux lettres d'un-e voisin-e en qui vous avez confiance;
- ☐ Si vous avez la possibilité de prendre une marche, apportez votre cellulaire pour contacter une maison d'hébergement ou demandez à une autre personne qui marche de contacter la police.

Vous pouvez en tout temps contacter une maison d'hébergement, via leur site web (il y a généralement un lien pour quitter rapidement sans laisser de trace), par téléphone ou en utilisant leur adresse courriel.

**N'hésitez jamais à appeler le 911, car même s'il est déconseillé de sortir, il n'est pas interdit de fuir.**

Pour nous joindre: **1-888-699-3050** ou [intervenantes@lameridienne.ca](mailto:intervenantes@lameridienne.ca)  
 SOS Violence Conjugale: **1-800-363-9010** ou [sos@sosviolenceconjugale.ca](mailto:sos@sosviolenceconjugale.ca)



**AUX QUATRE COINS**, le journal communautaire d'Ascot Corner, est publié dix fois l'an. Il est distribué gratuitement à tous les résidents d'Ascot Corner.

**Tirage** : 1360 copies. **Format** : 8 1/2" sur 11".

**Impression** : MJB Litho.

**Dépôt légal Bibliothèque Nationale du Québec** : D 8751399.

**Conception et mise en pages** :

Maxime Robert – [souche55@hotmail.com](mailto:souche55@hotmail.com)

**Révision** : Hélène Bédard

Membre de l'Association des médias écrits communautaires du Québec (AMECQ) et de l'Association des journaux communautaires du coin (AJCC).



**Québec**

La prochaine réunion du Comité du journal **AUX QUATRE COINS** aura lieu le lundi 15 juin à 19 h dans la salle A du Centre Paul-Lessard.

**Pour information** : Hélène Bédard, éditrice, 819 566-7166

Journal communautaire **AUX QUATRE COINS**

5699, rue Principale, # 7, Ascot Corner, QC J0B 1A0

Courriel – [journal.ac@live.ca](mailto:journal.ac@live.ca)

**En ligne** : [ascot-corner.com/journal-communautaire](http://ascot-corner.com/journal-communautaire)

**Facebook** : Aux Quatre Coins



# Répertoire téléphonique

## ORGANISMES

Bibliothèque Johanne-Demers-Blais.....819 560-8562  
(bibliotheque.ascotcorner@hsfqc.ca)  
Chevaliers de Colomb, **Normand Fréchette**..... 819 565-2871  
Club FADOQ d'Ascot Corner, **Frances Stickles**..... 819 562-0290  
Club de soccer Les Dribbleurs, **Martin Grenier**.....  
president@dribbleursduhautstfrancois.com  
Comité d'initiation sacramentelle, **Nicolas Poulin**..... 819 348-0764  
Conseil d'établissement, **Anabel Côté** ..... 819 780-4427  
Corporation des loisirs, **Manon Saint-Louis**..... 819 829-2017  
Cuisine collective, **Manon Saint-Louis**..... 819 829-2017  
Journal Aux Quatre Coins, **Christine Lafrance** ..... 819 679-2270  
(journal.ac@live.ca) – www.ascot-corner.com/journal-communautaire  
La Fabrique ..... 819 562-6468  
**Bernard Mutombo M. Leng Leng**..... 819 580-1741  
Office régional d'habitation, **André Croisetière**..... 819 943-4281  
Table de concertation des personnes âgées du HSF  
**Clermont Dussault**.....819-563-4768

## MUNICIPALITÉ

ascot.corner@hsfqc.ca – www.ascot-corner.com

**URGENCE** – Pour toute urgence (police, service incendie, ambulance), composez le **911** – Pour toute autre urgence du domaine municipal, par exemple la voirie, composez le numéro de pagette **819 564-6411** et la personne responsable vous rappellera sous peu.

Bureau municipal, 5655, Route 112 ..... 819 560-8560

Heures d'ouverture : lundi au vendredi de 8 h 30 à 16 h

Réservation de locaux

Centre Paul-Lessard, 5699, rue Principale..... 819 560-8562

**Jonathan Piché**, dir. gén. et secrétaire-trés. .... 819 560-8560, poste 2603

**Marie-Pier Bisson-Côté**, directrice des loisirs,

des sports, de la culture et de la vie communautaire..... poste 2631

**Marc Bernier**, dir. services tech. - trav. pub. .... 819 560-8560, poste 2606

**Brigitte April**, tech. adm. et sec.-trés. adj. .... 819 560-8560, poste 2601

Techniciens en urbanisme et environnement

• **Guy Besner**..... 819 560-8560, poste 2602

• **Stéphane Roy**..... 819 560-8560, poste 2605

Mairesse, **Nathalie Bresse** ..... 819 820-0655

**Gina Castelli**, transport HSF, incendie, économie..... 819 575-6194

**Eric Mageau**, PAI, transport et voirie..... eric.mageau@videotron.ca

**René R. Rivard**, sports, loisirs et culture ..... 819 562-6541

**France Martel**, PAI, développement résidentiel..... 819 563-2121

**Christine Lafrance**, PAI, pacte rural, incendie ..... 819 679-2270

**Jean-Pierre Beaudoin**, PAI, environnement ..... 819 832-4741

## AUTRES SERVICES

**La municipalité est desservie par le 911**



Abus envers les aînés..... 819 346-0679  
Agressions sexuelles (CALACS) ..... 819 563-9999  
Aide alimentaire, **Normand Fréchette**..... 819 565-2871  
Al-Anon ..... 819 820-5085  
Alcooliques anonymes..... 819 564-0070  
Ambulance..... 911

**Bureau de poste**..... 819 791-1627  
5699, rue Principale

Heures d'ouverture :

Lundi 9 h 30 à 11 h 30 et 14 h à 17 h 30

Mardi 9 h 30 à 11 h 30 et 14 h à 17 h 30

Mercredi 9 h 30 à 11 h 30 et 14 h à 18 h

Jeudi 9 h 30 à 11 h 30 et 14 h à 17 h 30

Vendredi 9 h 30 à 11 h 30 et 14 h à 17 h

Samedi Fermé

Dimanche Fermé



Braconnage S.O.S. .... 1 800 463-2163  
Centre anti-poison ..... 1 800 463-5060  
Centre d'action bénévole du HSF..... 819 560-8540  
Centre de femmes La Passerelle ..... 1 877 447-3423  
Centre Jean-Patrice Chiasson..... 819 821-2500  
Centre jeunesse de l'Estrie ..... 819 564-7100  
CLSC - CHSLD du H.S.F. .... 819 821-4000  
Communication (services Québec)..... 1 800 363-1363  
Drogue : aide et prévention ..... 1 800 265-2626  
École de la Source-Vive ..... 819 822-5678  
École Le Ber ..... 819 822-6869  
Élixir (femmes prévention consommation) 819 562-5771  
Gai écoute ..... 1 888 505-1010  
Info-crime Québec..... 1 800 711-1800  
Jeu : aide et référence..... 1 800 461-0140  
J.E.V.I. Prévention du suicide Estrie..... 819 564-1354  
La Méridienne (femmes violentées)..... 819 877-3050  
L'Escale (maison pour femmes) ..... 819 569-3611  
Le Seuil (hommes en difficultés) ..... 819 821-2420  
Marie-Jeunesse ..... 819 820-1500  
MRC du Haut-Saint-François ..... 819 560-8400  
Parents anonymes du Québec ..... 1 800 361-5085  
Pompiers (administration)..... 819 832-2442  
Protection de la jeunesse ..... 819 566-4121  
Secours Amitié Estrie ..... 819 564-2323  
Société Alzheimer de L'Estrie ..... 819 821-5127  
Société protectrice des animaux ..... 819 821-4727  
S.O.S. Grossesse ..... 819 822-1181  
S.O.S. Violence conjugale..... 1 800 363-9010  
Sûreté du Québec ..... 819 875-3331  
Tel-Jeunes ..... 1 800 263-2266  
Virage Santé mentale ..... 1 800 449-2674

**M**maçonnerie  
**CORRIVEAU**

ENTREPRENEUR SPÉCIALISÉ

POSE DE BLOCS, BRIQUES ET PIERRES

Licence RBQ : 2973-1700-82

Alexandre et

Vincent Corriveau

5010, Route 112

Ascot Corner, QC

Téléphone : **819 346-2739**

Télécopieur : 819 575-1739

info@maconneriecorriveau.ca

**Prochaine réunion du conseil municipal**

**Lundi 1<sup>er</sup> juin à 19 h 30 (Huis clos)**

## AVRIL 2020

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
 <p><i>On va y arriver !</i></p>	<b>1</b>  19 H 30 CONSEIL MUNICIPAL (Tenu à huis clos)	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
<b>7</b>	<b>8</b>  19 H RÉGIE INTER-MUNICIPALE INCENDIE	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b> 	<b>13</b>
<b>14</b>	<b>15</b>  DATE DE TOMBÉE 19 H RÉUNION JOURNAL AUX QUATRE COINS	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b> 	<b>20</b>
<b>21</b>	<b>22</b>  FÊTES DE PÈRES	<b>23</b> 18H MÉGA ZUMBA VIRTUEL	<b>24</b>  FÊTE NATIONALE	<b>25</b>	<b>26</b> 	<b>27</b>
<b>28</b>	<b>29</b>  Début du Service d'animation estivale (SAE) •	<b>30</b>			* À LA SALLE JEAN-HARDY ** À LA SALLE AURÉLIEN-RIVARD *** À LA SALLE A + À LA SALLE C & À LA SALLE AGNÈS-CLÉMENT (CAISSE) • AU PARC POMERLEAU •• AU PARC GODDARD ••• AU PARC DUBREUIL ≈ À L'HÔTEL DE VILLE # À L'ÉCOLE DE LA SOURCE-VIVE ## 217, RUE BILODEAU À EAST ANGUS	

## CHRONIQUE SANTÉ PHARMACEUTIQUE

**PARLONS ASTHME**

La plupart des gens respirent de façon naturelle, sans y penser. Mais pour les 2,5 millions de Canadiens qui souffrent d'asthme, les choses ne sont pas si faciles.

**QU'EST-CE QUE L'ASTHME**

L'asthme est une maladie pulmonaire obstructive chronique. Chez les patients asthmatiques, certaines parties des poulmons (les bronches et la trachée) vont réagir à des facteurs déclencheurs, pour lesquels elles ont une sensibilité « exagérée ». Cette réaction va se traduire par une inflammation des bronches, la production de sécrétions et la contraction des muscles qui entourent les bronches. Résultat : le passage de l'air est obstrué, ce qui rend la respiration difficile. Lorsque la maladie n'est pas bien contrôlée, la personne asthmatique peut présenter un ou plusieurs de ces symptômes :

- > Une respiration sifflante
- > De la difficulté à respirer
- > De l'essoufflement
- > De la toux
- > Un serrement à la poitrine

Il n'existe à ce jour aucun traitement pour guérir cette maladie, toutefois, elle peut être très bien maîtrisée.

**LES CAUSES**

La cause exacte de l'asthme n'est pas encore connue. Par contre, il a été démontré que l'hérédité et certains facteurs environnementaux auraient un impact majeur sur la survenue de cette maladie.

**COMMENT GÉRER L'ASTHME**

Comme mentionné précédemment, il existe ce qu'on appelle des « facteurs déclencheurs » de l'asthme. Ces facteurs sont différents pour chaque personne. Il est primordial pour un asthmatique de reconnaître le ou les éléments qui aggravent sa maladie. Ainsi, il pourra les éviter, maîtriser adéquatement ses symptômes et bénéficier d'une meilleure qualité de vie. Par exemple: la fumée, l'air froid, les allergènes (pollen, poils d'animaux, acariens...) sont des déclencheurs courants. La compréhension de sa maladie est un élément essentiel de la prise en charge. L'auto-évaluation et ce que l'on appelle un « plan d'action » écrit permettent de réduire les hospitalisations, les visites à l'urgence, les journées manquées au travail ou à l'école, et d'améliorer la fonction pulmonaire tant chez l'enfant et l'adulte.

**LES TRAITEMENTS MÉDICAMENTEUX**

En ce qui concerne les médicaments, les plus fréquents sont les « pompes ». Deux grandes familles:

Les cortisones, qui traitent l'inflammation des bronches. C'est le traitement de fond, régulier, celui qui permet le contrôle de la maladie.

Les bronchodilatateurs (qui relâchent les muscles des bronches) à longue ou à courte action. Ce qu'il faut comprendre, c'est que ces derniers (dont le plus connu est le VENTOLIN<sup>MD</sup>) ne traitent pas l'asthme, ce sont des médicaments « de secours » : pour aider à respirer lors de crises. Dans les faits lorsque l'asthme est bien contrôlé, cette pompe ne devrait pas être utilisée plus de 3 fois par semaine...

Il existe également quelques traitements chroniques en comprimés qui améliorent le contrôle et également un médicament en injections, aux 2 à 4 semaines, pour les cas plus sévères.

La désensibilisation est également possible quand le déclencheur est de nature allergique.

Pour en savoir plus, rendez-vous dans votre succursale pour discuter avec vos pharmaciens et récupérer votre guide PSST : C'est gratuit!



*Christophe le pharmacien*

**Christophe Augé et Patricia Tremblay**  
Pharmaciens propriétaires



# Message de la mairesse

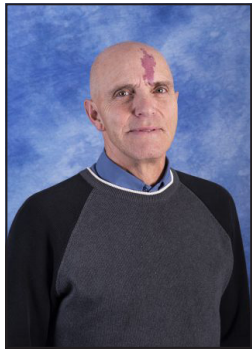
Guy Besner, technicien en urbanisme et en environnement de la municipalité d'Ascot Corner, a annoncé son départ à la retraite. Il fut employé de la municipalité durant près de 30 ans, responsable de la voirie, des travaux publics, de l'environnement, de l'urbanisme et inspecteur municipal. M. Besner a occupé plusieurs postes dans la municipalité. Il n'était pas toujours facile avec un personnel réduit et beaucoup de travail à accomplir, de s'acquitter de l'ensemble de ses responsabilités. Depuis quelques années Guy travaillait du début avril à la fin novembre, son travail était surtout d'émettre des permis, de voir à l'inspection et de faire respecter les règlements municipaux. On va se le dire, ce n'est pas avec ce travail que l'on se fait des amis auprès des citoyens, car c'est lui qui est au front pour faire respecter les règlements que **le conseil** a adopté. En presque 30 ans, Guy Besner en a connu des conseils municipaux, des directives différentes et des façons de voir les choses. Chaque changement de conseillers ou de maire entraîne des visions différentes et des personnalités diverses. Levons notre chapeau à cet employé qui a su s'adapter à tous ces changements. Je le côtoie depuis presque 15 ans et je peux affirmer qu'il a un très bon caractère, songé, réfléchi, qui cherche les solutions lors de problèmes et une vraie sommité dans son domaine. Il n'a jamais hésité à transmettre ses connaissances. Il s'est impliqué auprès de ses collègues de travail notamment en tant que président du syndicat.

En mon nom personnel, ainsi qu'au nom du conseil et des employés de la municipalité nous lui souhaitons une très belle retraite, bien méritée. Puisse-t-il en profiter pour faire des voyages (après la pandémie), du ski, du vélo et tous les sports qu'il aime, afin de se garder en forme et en santé encore longtemps.

Merci Guy pour toutes ces années.



Nathalie Bresse



Guy Besner

**Nathalie Bresse, mairesse**

## Votre bibliothèque municipale

### Lecture à la maison

Même si votre bibliothèque municipale est fermée, il est toujours possible de lire de nouveaux livres chez soi. Avec l'application gratuite **Prêt numérique**, vous pouvez télécharger vos livres préférés sur votre liseuse ou votre tablette. Un guide d'utilisation est disponible sur le site du Réseau Biblio de l'Estrie. Il y a également des ressources numériques pour les tous-petits comme **Métafo** pour apprendre à lire et à écrire à votre enfant et un jeu de mots croisés **Croisade**.

### Prêts renouvelés

Tous les livres prêtés ont été renouvelés jusqu'au 1<sup>er</sup> juillet, si la situation actuelle continue, nous prolongerons encore la date de retour. Vous pouvez déposer vos livres dans la chute à l'extérieur de la bibliothèque, mais il est préférable que vous les gardiez à la maison pour qu'ils restent en meilleur état. L'humidité a tendance à dégrader les livres.

### Dès la réouverture de la bibliothèque

Vous verrez qu'un vent neuf a soufflé sur votre bibliothèque et qu'elle a fait son ménage de printemps. Les nouveaux dons reçus seront disponibles. Le nombre de prêts par abonnement a augmenté à dix et vous avez droit à deux renouvellements par livre. Cela dit les prêts entre bibliothèques ne seront pas renouvelables.

Il va être encore possible de faire don de vos livres usagés à la bibliothèque. Cependant, nous ne prendrons pas les livres inférieurs à la date de publication de 2000. Ces dons visent à enrichir notre collection locale, nous devons donc être sélectifs pour offrir des livres de qualités aux abonnés d'Ascot Corner.

**Noémie Brière, préposé à la bibliothèque**  
(819) 560-8562 - [bibliotheque.ascotcorner@hsfqc.ca](mailto:bibliotheque.ascotcorner@hsfqc.ca)

## Pandémie - épidémie

Cette pandémie pourrait fort bien nous offrir une occasion de réfléchir à l'**apparition d'une épidémie de solitude** dans notre société et au fait que nous pouvons agir pour éviter sa propagation, comme pour la COVID-19. Maintenant que nous respectons une distance physique de deux mètres avec les autres, rappelons-nous que « distanciation sociale » est une erreur d'appellation. La directive vise les contacts physiques seulement. En fait, nous avons besoin plus que jamais de nous entraider, soyons « ensemble », malgré la distance que nous devons mettre entre nous.

VISITEZ : [www.semainedelasantementale.ca](http://www.semainedelasantementale.ca)



# Les feux sauvages

Les feux sauvages (aussi appelés herpès labial) sont provoqués par le virus herpès simplex, qui se transmet par contact avec les lésions ou par la salive. Bien qu'il soit très souvent contracté pendant l'enfance, ce virus fort contagieux peut également s'attraper plus tard au cours de la vie. L'herpès labial se caractérise par l'apparition de petites vésicules douloureuses sur le rebord des lèvres, dans la bouche ou près des narines.

Les feux sauvages peuvent surgir seuls ou en petit nombre et disparaissent habituellement d'eux-mêmes en 1 à 2 semaines. Une croûte se forme généralement sur le feu sauvage avant la guérison. Parfois, l'apparition des lésions est précédée de picotements, de démangeaisons,

de douleur ou d'une sensation de brûlure. Après l'infection, le virus reste « latent » mais peut provoquer des poussées périodiques si la personne est exposée à certains facteurs déclencheurs (ex. les rayons ultraviolets, le froid, la sécheresse de la peau sur les lèvres ou autour, la fièvre, le rhume ou la grippe, le stress, fatigue, les menstruations, un traumatisme au niveau de la bouche). On estime qu'environ une personne sur quatre subit des épisodes d'herpès labial récidivants. C'est donc dire que bien des gens sont porteurs du virus sans le savoir. Le risque de contagion est à son maximum entre le moment où ils apparaissent et le moment où une croûte se forme.

Les personnes infectées par l'herpès labial le restent à vie, mais les symptômes ne reviennent qu'occasionnellement (et parfois même à des années d'intervalle) chez la plupart des gens. Il est aussi possible que les feux sauvages n'apparaissent qu'une seule fois au cours de la vie.

On recommande de prendre les mesures suivantes pour éviter la propagation des feux sauvages à d'autres régions du corps, prévenir la surinfection et accélérer la guérison :

- Se laver les mains fréquemment ;
- Nettoyer délicatement les lésions avec un savon doux et de l'eau ;
- Couvrir les lèvres d'un onguent hydratant (ex. gelée de pétrole).

Il n'existe actuellement aucun traitement capable d'enrayer définitivement ce virus. Heureusement, les feux sauvages disparaissent d'eux-mêmes avec le temps. Les traitements, prescrits ou offerts sans ordonnance, aident à réduire leur intensité et leur durée. Ces médicaments peuvent se présenter sous forme topique (onguent ou crème) de même que sous forme de comprimés.

Le fait d'amorcer le traitement rapidement après le début du feu sauvage et, idéalement, dès l'apparition de signes avant-coureurs



Photo : Internet

(comme le picotement) permet de diminuer considérablement l'intensité et la durée des symptômes d'herpès labial.

Pour prévenir les nouveaux épisodes de feux sauvages, on recommande de garder les lèvres bien hydratées. Il est également utile de déterminer quels facteurs (stress, soleil, froid, etc.) ont tendance à déclencher les épisodes de feux sauvages et de les éviter. De plus, l'application d'un bon écran solaire avant l'exposition au soleil est essentielle.

N'hésitez pas à consulter votre pharmacien pour toute question relative aux feux sauvages ou à leur traitement. Il saura bien vous conseiller.

**Kristel Gagné, pharmacienne**



**MARIE-CLAUDE LAPOINTE  
MIREILLE MONGEAU  
KRISTEL GAGNÉ**

**819 823-2222**

2340, rue King Est  
Sherbrooke, Québec J1G 5G8

## SERVICES INFIRMIERS SUR RENDEZ-VOUS SEULEMENT

(DES FRAIS S'APPLIQUENT)

### Vaccination pour les voyageurs

(mardi, mercredi et vendredi sur rendez-vous)

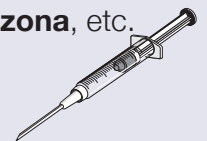
Hépatite A, B, tétanos, fièvre jaune, typhoïde, **zona**, etc.

Mise à jour de votre immunisation

Conseils adaptés à votre type de voyage

### Prélèvements sanguins (sur rendez-vous)

Lundi, mardi, mercredi et vendredi de 8 h à 9 h 30



- Changement de pansements avec ou sans prescription
- Lavage d'oreilles avec frais et sous certaines conditions
- Aide après accouchement et allaitement
- Location de tire-lait électrique

# Chantier 1: Aménagement, infrastructure, environnement et cœur villageois



Stéphane Roy

## Aménagement en entretien des propriétés privées.

Il est plus agréable de cohabiter dans une municipalité lorsque l'harmonie y règne et que le bon voisinage est respecté par tous. Cependant, il arrive que la Municipalité doive intervenir pour demander à un propriétaire de procéder à des travaux d'aménagement, d'entretien ou bien de nettoyer tout simplement son terrain. Règle générale, le dialogue et un accompagnement par la Municipalité suffisent à faire respecter la réglementation qui s'applique à ces situations parfois dérangeantes pour le voisinage.

La réglementation municipale dispose de normes afin d'assurer une certaine quiétude aux résidents d'Ascot Corner. Voici quelques-unes des dispositions que les inspecteurs municipaux peuvent utiliser lorsqu'ils doivent intervenir en matière d'aménagement ou bien de propreté de terrain :

*La surface non construite d'un terrain occupé par un bâtiment doit être boisée, gazonnée ou aménagée afin de ne pas laisser le sol à nu, dans un délai de 12 mois après la date de la fin des travaux pour lesquels un permis de construction a été délivré. Cette surface non construite doit par la suite être entretenue minimalement deux fois par année. Ces dispositions s'appliquent aussi à tous les espaces dont le sol a été mis à nu, découvert ou recouvert de terre.*

*Lorsque l'usage principal d'un terrain est résidentiel, celui-ci doit contenir*

*un aménagement paysager (gazon, fleurs, plantations, etc.) d'une superficie correspondant à plus de 30 % de la superficie du terrain.*

*À l'intérieur du périmètre urbain, les lots non construits adjacents à une voie publique doivent être engazonnés, boisés ou recouverts de matériaux constituant une surface propre et résistante, les dix premiers mètres de ces lots doivent être entretenus minimalement deux fois par année. Ces espaces libres ne doivent pas servir de lieux de dépôt de rebuts, de déchets ou de matériaux usagés de toutes sortes.*

*À moins d'avis contraire, à l'intérieur du périmètre urbain, il doit y avoir une bande de 3 mètres gazonnée ou autrement aménagée à l'aide de végétaux et entretenue à la limite de l'emprise de la voie publique.*

Évidemment, il y a toujours certaines exceptions qui s'appliquent à ces règles. Cependant, dans la mesure du possible, les inspecteurs communiqueront tout de même avec les propriétaires pour discuter de la situation dans le but de les convaincre d'aménager leur terrain dans le respect de la réglementation.

**Stéphane Roy, inspecteur municipale et responsable du chantier 1 du PAI**

## Dispositions particulières pour les poules et les lapins

Avec les enjeux de santé publique que nous vivons actuellement, plusieurs familles envisagent de se procurer des poules pondeuses. La Municipalité dispose d'une réglementation à ce sujet, particulièrement la garde de poules et de lapins à l'intérieur du périmètre urbain. Voici un résumé de ces normes :

- À l'exception de la zone agricole permanente (Zone verte de la CPTAQ) la superficie du terrain doit être de 3 000 m<sup>2</sup> ou plus;
- Il doit y avoir un maximum de quatre poules et de deux lapins. Les coqs ne sont pas autorisés;
- Pour leur bien-être et quiétude du voisinage, ces animaux doivent

avoir des bâtiments et des enclos propres à eux et construits selon certaines spécifications :

- Les animaux doivent être gardés à l'intérieur de l'abri entre 23 h et 6 h et aucun bruit, cri, odeur, poussière ou autre, ne doit être perceptible à l'extérieur des limites de la propriété.

Vous pouvez communiquer avec nous pour avoir plus d'information ou bien consulter le texte réglementaire à la page 245 du Règlement de zonage 642 accessible sur le site Internet de la Municipalité ou bien en cliquant sur ce lien : <http://ascot-corner.com/services-citoyens/urbanisme/#reglements>

**Stéphane Roy, inspecteur municipale**

## Vente en vrac, sur place ou livraison

- Terre à platebande, à jardin, à pelouse
- Fumier, compost, galets de rivière
- Sable (mortier), pierre concassée ou décorative
- Paillis de cèdre rouge, noir ou naturel
- Mini-excavation, transport
- Déneigement

Les  
**Terreux MN**

**Michel Nadeau**  
4495, Route 112  
(coin Galipeau)  
**819 820-6175**



**Les eaux** 20 ans d'expérience  
**Sylvain Bernier**  
meilleur(e) qualité / prix / service

Résidentiel / Commercial / Agricole  
Spécialiste : Pompe à eau / Traitement d'eau /  
Puits de surface / Dégel d'eau  
Vente et réparation

**819 574-9551**  
[www.eauxsylvainbernier.com](http://www.eauxsylvainbernier.com)

**R.B.Q. 5587-3426-01**



**CREATIONS**  
**JADE**

MÉDIAS ACTIFS : VÊTEMENTS ET ARTICLES PROMOTIONNELS

 <b>SERVICE D'INFOGRAPHIE</b>	 <b>IMPRESSION DIGITALE</b>	 <b>SÉRIGRAPHIE NUMÉRIQUE ET TRADITIONNELLE</b>	 <b>BRODERIE ET GRAVURE AU LASER</b>
 <b>CONCEPTION DE LOGO</b>	 <b>IMAGE DE MARQUE</b>	 <b>PROGRAMME DE RECONNAISSANCE</b>	 <b>BOUTIQUE EN LIGNE</b>

CREATIONSJADE.COM | 819 822.1833 | 1 888.822.1833 | INFO@CREATIONSJADE.COM

# La gestion des matières résiduelles en bref

## Nouveau règlement

Au moment d'écrire ces lignes, la Municipalité est en processus d'adoption d'un nouveau Règlement sur les matières résiduelles. Selon toute vraisemblance, il devrait être adopté au conseil du mois de juin, vous pourrez alors en prendre connaissance sur le site Web de la Municipalité. Le règlement précédent datait de plusieurs années et ne tenait pas compte de notre nouvelle réalité.

## Quelques nouveautés de ce règlement

La Municipalité favorise l'achat de bac roulant IPL (Innovative Parkaging Leaders) pour leur solidité et leur résistance à la manipulation mécanique.

Le transporteur peut remplacer un contenant brisé lors de la collecte après vérification de celui-ci à condition que le bris soit survenu dans les cinq ans suivant son achat et que le bris soit causé par la manipulation des employés du transporteur.

Le nombre maximal de contenant de matières résiduelles destinées à l'enfouissement par propriété est égale ou inférieur au nombre d'unité inscrit au rôle d'évaluation de l'immeuble. Dans l'éventualité que ce nombre est constitué d'une fraction, celui-ci doit être arrondi à l'unité supérieure.

Il est strictement défendu d'altérer, modifier, peindre, briser ou endommager les contenants fournis par la Municipalité.

Il est interdit de déposer toutes matières résiduelles provenant d'immeuble dans un contenant qui n'est pas destiné à cet immeuble.

## Gros rebus

Nous vous rappelons qu'il n'y avait pas de collecte de gros rebus ce printemps. La prochaine collecte de gros rebus est prévue cet

automne, soit les 15 et 16 octobre. Nous vous informerons advenant des changements liés au Covid 19. Lorsque vous lirez ces lignes, le site Valoris (107 Chemin du Maine Central, Bury) devrait avoir ouvert ses portes à tous les citoyens de la MRC, vous serez donc en mesure de vous départir de vos gros rebus en vous rendant sur les lieux. Vous pouvez vérifier en communiquant directement avec Valoris au 819-560-8403 ou bien sur le site Web <http://www.valoris-estrie.com/>.

Il est important de favoriser les 3VR (Réduction à la source, Réutilisation, Recyclage et Valorisation). Donc, avant d'aller porter vos gros rebus, assurez-vous que vous n'êtes pas en mesure de les remettre à des organismes qui sauront en faire bon usage ou de les diriger vers l'Écocentre de la MRC qui est ouvert depuis le 4 mai (105 Chemin du Maine Central, Bury, 819-560-8404, <http://mrchsf.com/environnement-eco-centre.html>).

En terminant, malgré ce qui peut être véhiculé dans les médias, nous vous rappelons que tous les **services de collectes** de la Municipalité ne sont pas affectés par la situation de la pandémie que nous vivons, ainsi que par la fermeture temporaire de Récup-Estrie et que **les horaires restent les mêmes**.



Stéphane Roy

*Stéphane Roy, inspecteur municipale*

# Travaux de voirie à venir dans votre secteur

## Mai/Juin

- Sur le territoire : mise à niveau de la signalisation, accotement et travaux d'entretien;
- Réparation et pavage des roulières et nids-de-poule à divers endroits;
- Mi-juin : Nivelage des chemins de gravier suivi de l'épandage d'abat-poussière;
- Rechargement du chemin Talbot, chemin Paul et chemin Bélanger jusqu'au numéro civique 602;
- Remplacement d'un ponton à l'intersection des chemins Deblois et Roberge (**le chemin Deblois sera fermé à la circulation pendant les travaux**).



Marc Bernier

Nous vous remercions de porter une attention particulière à l'approche de nos chantiers.

**Marc Bernier T.P.**

*Directeur des services techniques et des travaux publics*



 819.573.5289

 [residentiel@ceramiquevachon.com](mailto:residentiel@ceramiquevachon.com)

 [ceramiquevachon.com](http://ceramiquevachon.com)

 4571, route 112, Ascot Corner (Qc) J0B 1A0





# *Municipalité d'Ascot Corner*

5655, Route 112  
Ascot Corner (Québec)  
J0B 1A0

Téléphone : 819 560-8560  
Télécopieur : 819 560-8561  
Courriel : [ascot.corner@hsfqc.ca](mailto:ascot.corner@hsfqc.ca)

[www.ascot-corner.com](http://www.ascot-corner.com)

*Route 87*

# **IGA** Couture

## *Fleurimont*

## *East Angus*

2240, rue King Est  
Fleurimont (Québec)

**566-8282**

150, rue Angus Sud  
East Angus (Québec)

**832-2449**

# La Croix-Rouge nous informe

Voilà des conseils pour assurer la sécurité et la protection de nos citoyens

- Ne donnez jamais vos renseignements personnels ou financiers lors de la réception d'un appel, d'un message texte ou d'un courriel non sollicité. N'ouvrez aucune pièce jointe. Ne cliquez sur aucun lien;
- Vérifiez l'authenticité de la demande qui vous est adressée dans toutes vos communications;
- **Prenez le temps** d'effectuer les vérifications. Ne pas rappeler dans l'immédiat;
- Ne supposez jamais que le numéro de téléphone qui apparaît sur votre afficheur est exact. Les fraudeurs ont recours à des logiciels ou à des applications pour tromper leurs victimes.
- Retrouvez le numéro de téléphone officiel de « l'organisation » qui vous a contacté sur un relevé officiel ou sur un **site Web sécurisé** (débutant par « https:// »);
- Méfiez-vous si on vous demande de payer des frais par courriel, par téléphone ou par message texte. N'envoyez jamais d'argent à quelqu'un, avant d'avoir effectué une vérification diligente.

**La Croix-Rouge canadienne tient à informer le public, des stratagèmes et des activités frauduleuses suivantes liées à la pandémie de COVID-19 :**

## Offre de masques gratuits

Une offre frauduleuse de masques circule présentement par message texte, par courriel et sur les réseaux sociaux. En se faisant passer pour la Croix-Rouge, l'auteur du message offre de vendre ou de donner des masques en échange du paiement des frais de livraison. Cette offre n'est pas valide et constitue une fraude. La Croix-Rouge incite tous ceux qui reçoivent ce message à le supprimer immédiatement. **En aucun cas, NE PAS répondre à ce message ou NE PAS cliquer**

sur le lien. **Pour en savoir plus**

## Sollicitation porte-à-porte

Veillez noter que la Croix-Rouge canadienne a suspendu ses activités de sollicitation porte à porte depuis le 16 mars. Aucune sollicitation porte-à-porte n'est faite au nom de la Croix-Rouge canadienne pendant la pandémie de COVID-19.

## Renseignements personnels

Les personnes admissibles à de l'aide financière N'ONT PAS À FOURNIR leurs renseignements bancaires pour recevoir les fonds auxquels elles ont droit. La Croix-Rouge canadienne n'a pas besoin de ces détails et ne demande aucun numéro de carte de crédit ni autre mode de paiement pour distribuer l'assistance prévue.

La Croix-Rouge encourage également le public à se renseigner auprès de **sources fiables**, comme le site web du gouvernement du Canada, pour en savoir plus sur **la prévention de la fraude** et les dernières nouvelles au sujet de la **COVID-19**. Si vous pensez être victime de fraude, veuillez en informer votre service de police local.

## Remonter à la source

La désinformation peut être très dangereuse lors d'une épidémie ou d'une urgence. Assurez-vous de vous informer auprès de sources fiables, comme l'Agence de la santé publique du Canada et l'Organisation mondiale de la Santé. Les médias sociaux ne constituent pas une source d'information fiable. La Croix-Rouge encourage le public à se tenir au fait de la situation et à toujours consulter la source mentionnée directement pour s'assurer de la crédibilité de l'information.



**Sûreté du Québec**

**En collaboration avec la Croix-Rouge canadienne**  
[www.sq.gouv.qc.ca](http://www.sq.gouv.qc.ca)

# Pour communiquer avec votre municipalité

Pendant cette période de confinement plus que jamais, votre municipalité est là pour vous. N'hésitez pas à communiquer avec nous. Plusieurs moyens sont mis à votre disposition afin de vous permettre de joindre les personnes qui sauront le mieux répondre à vos besoins.

Merci d'appeler à l'hôtel de ville au 819 560-8560 pour toutes vos demandes. Vous serez rapidement dirigés vers la bonne personne. En ce qui concerne la période estivale, le bureau municipal est ouvert (téléphone et courriel seulement) du lundi au jeudi de 8 h 30 à 16 h et le vendredi de 8 h 30 à 12 h.

Pour toute **urgence** en lien avec le domaine municipal (voirie, égout, aqueduc, etc.) en dehors des heures d'ouverture de l'hôtel de ville, en soirée ou la fin de semaine, composez le numéro de pagette **819 564-6411** et la personne responsable vous rappellera dès que possible. Vous trouverez toutes nos coordonnées sur notre site Internet : <http://ascot-corner.com/contact/>.

Nous utilisons notre page Facebook pour publiciser nos activités et pour vous tenir informés, mais elle ne doit pas être utilisée pour signaler des urgences. Le délai de réponse rapide sur notre page Facebook n'est pas garanti.

Merci de votre compréhension.

Votre municipalité est là pour bien vous servir!



Marie-Pier  
Bisson-Côté

**Marie-Pier Bisson-Côté**  
**Directrice des loisirs, des sports,**  
**de la culture et de la vie communautaire**

POUR TOUT SAVOIR SUR VOTRE MUNICIPALITÉ

[www.ascot-corner.com](http://www.ascot-corner.com)



**Transport local et longue distance**  
6165, route 112, Ascot Corner, J0B 1A0  
**819 620-3509**

*Transport Michel*  
**BOISLARD**  
TRANSPORT DE MACHINERIE

**Transport lourd et hors norme**  
**Service de déneigement**



**Distributions**  
***Payeur***  
inc.  
**Martin Paré**  
PDG / CEO

**819 821-2015**  
[www.payeur.com](http://www.payeur.com)

5379, rue King Est (Route 112)  
Ascot Corner (Sherbrooke) QC J0B 1A0

**MEILLEUR VENDEUR  
AU CANADA**  
CANADA'S BEST SELLER **KIOTI**





**Desjardins**  
**Caisse des Deux-Rivières  
de Sherbrooke**

SIÈGE SOCIAL  
1261, rue King Est, Sherbrooke  
[www.desjardins.com/caisse-deux-rivieres-sherbrooke](http://www.desjardins.com/caisse-deux-rivieres-sherbrooke)  
**819 565-9991**

**Avantages exclusifs  
aux membres**

Bénéficiez de nombreux rabais,  
remises et privilèges exclusifs.  
Présenter votre carte pourrait être avantageux...  
Profitez-en dès maintenant!

**Visitez le [www.desjardins.com](http://www.desjardins.com)  
pour en savoir plus...**



**CHEVALIERS  
DE COLOMB**  
**Conseil 11929  
d'Ascot Corner**

**GRAND CHEVALIER**  
Normand Fréchette, 819 565-2871

**NOS OBJECTIFS :**  
Être à l'écoute des gens du milieu, travailler à  
leur mieux-être par des activités fraternelles  
réalisées avec des bénévoles.

**Responsable des brunchs :**  
Normand Fréchette, 819 565-2871  
**Deuxième responsable :**  
Maurice Vallée, 819 943-9043



# Les permis pour brûlage...comment ça marche ?

Il est important que vous sachiez que le règlement municipal exige que le citoyen qui désire faire un feu extérieur sans utiliser un foyer extérieur préfabriqué doit se procurer auprès du service incendie un permis de brûlage au coût de 25 \$. Il est simple et facile de s'en procurer. Il suffit de contacter le service incendie au **819 832-2442** et laisser vos coordonnées sur la boîte vocale pour qu'un officier du service vous rappelle. **Il faut compter entre 24 h et 48 h avant d'avoir un retour. Il est inutile que le citoyen compose le 911 pour ce genre de demande, car le traitement de la demande ne sera pas plus rapide.**

Sachez qu'il est obligatoire de suivre cette procédure, car advenant le cas où vous ne respectez pas cette procédure et que le service incendie doit se déplacer pour vérification à la suite de la réception d'une plainte, il pourrait y avoir des amendes d'émission ! Toutefois si un citoyen désire faire un feu extérieur à l'aide d'un foyer extérieur préfabriqué avec pare-étincelles, il n'est pas requis d'avoir un permis émis par le service incendie, mais certaines règles doivent être respectées :

- Le foyer doit être situé à 6 mètres de tout (bâtiment, patio, réservoir de gaz propane, arbustes, ligne de propriété).
- Le foyer doit être situé sur les côtés de la bâtisse ou en arrière-cour, jamais visible de la façade.
- Une personne majeure doit être présente en tout temps lors du brûlage.
- Les « tubs » de laveuse avec une grille de cuisinière au-dessus ne sont pas conformes.

En terminant, dans tous les cas, que vous ayez ou pas un permis de brûlage, si le service incendie reçoit une plainte de nuisance pour la fumée, l'extinction devra être réalisée.

Bonne saison de brûlage !

**Dany Robitaille**  
*Directeur du Service de sécurité incendie*  
*Régie intermunicipale de la région de East Angus*

## Dans quel bac déposer les matières résiduelles

Vous ne savez plus dans quel bac déposer vos matières résiduelles ?

Vous manquez d'informations concernant les déchets, le recyclage ou le compost ?

Vous aimeriez connaître les bonnes pratiques de gestion des matières résiduelles à instaurer à la maison ?

Embarquez avec nous dans le Mouvement j'y participe ! Au cours des prochains mois, votre municipalité, en collaboration avec la MRC, vous réserve une foule d'informations au sujet des matières résiduelles pour vous aider à y voir plus clair.

Pour plus de détails, visiter la page Facebook du Mouvement j'y participe !

Dans le Haut-Saint-François, ensemble pour la réduction des déchets !



**Rémi Vachon, Technicien en environnement MRC du Haut-Saint-François**

**35** CÉLÉBRONS  
ANS

**BAIN  
MAGIQUE<sup>MD</sup>**

BAINMAGIQUE.COM

**ESTIMATION GRATUITE**

268, chemin Godin, bureau 108, Sherbrooke

**819 566-6599**

R.B.Q. : 5594-9648-01

**GARANTIE  
BAIN  
MAGIQUE  
À VIE**

Une image photographique d'une salle de bain moderne. On voit une baignoire blanche avec une douche à l'italienne. Les murs sont blancs et les carreaux de la douche sont blancs. À droite, il y a une étagère blanche avec des objets décoratifs. En bas à droite, on voit un panier en osier.



282, rue Angus Sud  
East Angus, QC J0B 1R0  
www.bmrgdoyon.com

**Gilles Doyon**  
Propriétaire

**819 832-4944**  
**1 866 604-4944**

Matériaux de construction  
Quincaillerie spécialisée  
Portes et fenêtres  
Peinture Sico  
Couvre-plancher  
Armoires de cuisine  
Services de livraison  
et d'installation

**BMR**

*Gilles Doyon un jour. Gilles Doyon toujours!*

**LES AUTOMOBILES**  
**112**



Réal St-Hilaire  
Propriétaire

**819 432-0090**  
4630, Route 112  
Ascot Corner, QC  
J0B 1A0

- ACHAT
- VENTE
- ÉCHANGE

**lesautomobiles112.com**

Je pense à **agrandir**



Je veux **innover**

Je dois **m'équiper**



**LE SOUTIEN NÉCESSAIRE  
POUR RÉALISER VOS  
PROJETS D'ENTREPRISES**



CLD HAUT-SAINT-FRANÇOIS

Centre local de développement

819.560.8500 / www.cldhsf.com / 61, rue Laurier, East Angus

Photos : Freepik.com

## Un projet d'affaires en tête?

À la **SADC du Haut-Saint-François**, nous pouvons vous accompagner pour le démarrage, l'acquisition ou l'expansion de votre entreprise.

N'hésitez pas à prendre rendez-vous, nous vous accueillons sans frais pour discuter de vos projets et trouver la meilleure façon de vous aider à les réaliser.

**SADC du Haut-Saint-François**  
47, rue Angus Nord, East Angus

**819 832-2447**  
Sans frais : **877 473-7232**

**sadchsf.qc.ca**

**SADC**

Société  
d'aide au développement  
de la collectivité  
DU HAUT-SAINT-FRANÇOIS



Développement économique Canada pour les régions du Québec  
appuie financièrement la SADC

# Marche/Cours pour le Haut - Version confinement

Les membres du Comité Marche/Cours pour le HAUT ont invité les gens à bouger plus que jamais en cette période de confinement en prenant part à leur événement virtuel. L'activité se déroulait près du domicile des participants entre le 2 et le 9 mai dernier. Ceux-ci devaient parcourir une distance d'un, deux, dix kilomètres ou plus. Ils devaient aussi prendre une photo d'eux ou de leur famille en pleine action et une photo de leur temps/distance attestant de la réussite de leur activité.

En se joignant à cette activité, les participants couraient la chance de remporter un grand prix de 600\$ pour l'achat d'équipement sportif (vélo, trampoline, espadrilles de course, etc...) ou pour un abonnement (gym, golf, etc...). Deux cartes cadeaux de 100 \$, chacune applicable dans le commerce de votre choix (commerce du HSF obligatoirement), étaient également tirées.

Les gagnants du concours « Marche/Cours pour le HAUT édition confinement » sont: Geneviève La Haye, Sandra Prévost et Raphaël Couture.

Merci aux 120 personnes qui ont participé à notre événement en bougeant de chez eux. Nous sommes très heureux de cette belle participation!

ATTENTION, le Comité organisateur de Marche/Cours pour le HAUT en profite pour vous annoncer que la 7e édition aura lieu à Dudswell le samedi 1er mai 2021. On vous dit donc à l'année prochaine!

D'ici là, continuez de BOUGER!



Marie-Pier Bisson-Côté

**Marie-Pier Bisson-Côté**  
Directrice des loisirs, des sports,  
de la culture et de la vie communautaire



Valérie Dion



Marie-Michèle Pelchat



Claudette Jutras



Katia Palardy et Lori Laflamme

## Ouverture des terrains de tennis

Le 13 mai dernier, le gouvernement du Québec, par le biais de sa ministre Isabelle Charest, a annoncé la première phase de son plan de déconfinement sportif. Depuis le 20 mai dernier, nos terrains de tennis sont donc ouverts et peuvent accueillir les adeptes de ce sport. Outre le tennis en simple et le golf, l'athlétisme, le cyclisme, la randonnée pédestre et équestre ainsi que les sports nautiques individuels comme le canot, le kayak, l'aviron, la voile, l'escalade et la pêche seront autorisés. En fait, tous les sports individuels en pratique libre extérieure sont désormais possibles. Les compétitions organisées demeurent toutefois interdites.

Ces sports et activités extérieurs peuvent de nouveau être pratiqués dans toutes les régions du Québec dans la mesure où ils permettent de respecter la distanciation physique de deux mètres entre les individus, où ils n'impliquent pas de contact entre les participants et dont les installations rendent possible des mesures d'hygiène acceptables.

Le premier ministre encourage tous les Québécois à profiter de ce déconfinement sportif pour sortir dehors et faire du sport. « C'est bon pour la santé et pour le moral. Ça va nous faire du bien avec l'été qui arrive, mais c'est très important que ça se fasse en respectant les consignes de la Santé publique. On continue d'être prudents et de garder nos distances, précise-t-il ».

Bonne saison estivale à tous!

**Marie-Pier Bisson-Côté**  
Directrice des loisirs, des sports,  
de la culture et de la vie communautaire

### ACTIVITÉS PERMISES

#### À COMPTER DU 20 MAI

POUR MINIMISER LES RISQUES DE CONTAGION, LES ACTIVITÉS REPRENDRONT DANS LE RESPECT DES RECOMMANDATIONS DES AUTORITÉS DE SANTÉ PUBLIQUE.

Activités de loisir en pratique libre non organisée

- Course à pied
- Plongée sous-marine, apnée sportive extérieure
- Randonnée pédestre
- Canot et kayak d'eau vive et d'eau calme
- Kitesurf
- Planche à pagaie
- Surf
- Escalade de rocher
- Randonnée à cheval extérieure
- Pêche à la journée

Activités sportives récréatives individuelles ou à deux, sans contact physique, en pratique libre, lieu de pratique extérieur, sans accès ou accès minimal au bloc sanitaire

- Athlétisme (épreuves de course et de lancer qui se déroulent à l'extérieur)
- Aviron (embarcation simple seulement)
- Canot et kayak de vitesse (embarcation simple seulement)
- Activités de cyclisme extérieures
- Golf
- Kayak de mer
- Natation en eau libre (lacs)
- Patin à roulettes sur route et sur piste
- Ski à roulettes
- Tennis en simple et à l'extérieur
- Triathlon (natation en eau libre seulement)
- Voile (embarcation simple seulement)

Québec.ca/relevance

Votre gouvernement

Québec

# Programmation loisir pour juin et la saison estivale

J'espère que vous allez bien en cette période de retour au travail et à l'école ou de confinement à la maison. La situation actuelle est hors de notre contrôle et il est difficile de prévoir comment évolueront les choses. C'est pourquoi nous ne pouvons planifier et garantir une programmation pour la saison estivale 2020.

Soyez assurés que lorsque nous pourrons recommencer les petits rassemblements extérieurs ou la tenue de cours et lorsque nous aurons plus de détails sur l'ouverture des piscines, nous allons vous offrir une programmation estivale adaptée.

Dans le cas où les activités peuvent reprendre graduellement, vous recevrez par la poste la programmation d'activités de loisir pour les mois de juillet et août 2020. Pour plus de détails, vous pouvez visiter notre site Internet : <http://ascot-corner.com/>. Les inscrip-

tions se font en ligne, directement sur le site.

Nous regardons bien sûr les possibilités d'activités avec distanciation physique. Nous pensons à adapter les cours de zumba extérieure, de tennis, de pickleball, de natation, d'aquaforme, etc. Pour le moment, aucune activité n'est prévue cet été, mais nous surveillons les ouvertures graduelles afin de savoir lorsqu'il sera possible de vous offrir une programmation estivale.

Bon mois de juin à tous et on garde le moral, ça va bien aller!



Marie-Pier  
Bisson-Côté

**Marie-Pier Bisson-Côté**  
*Directrice des loisirs, des sports,  
de la culture et de la vie communautaire*

## Fête nationale 23 juin!

Comme vous le savez, les rassemblements sont annulés jusqu'au 30 août prochain, il nous est donc interdit de tenir notre fête nationale comme à chaque année. Cependant, on ne vous oublie pas et on tient à vous offrir de petites activités à faire à la maison.

Nous vous invitons à afficher vos couleurs le 23 juin prochain. Décorez votre maison, sortez vos chapeaux à fleurs de lys, vos vêtements bleus et soyez festifs à votre domicile.

Si vous voulez créer une cantine maison, voici le menu de notre traditionnelle cantine : hot-dogs, hamburgers, cheeseburgers, *grill cheese*, sacs de fromage, popcorn, chocolat, jujubes, jus, liqueur, bière, café *baileys* et Mr. Freeze.

Pour ceux qui ont une piscine, des jeux de poches, un baril à feu ou un système de son, vous pouvez recréer une ou plusieurs activités de notre programmation de la fête nationale. Soyez créatifs et festifs en famille!

Nous allons vous offrir la **méga zumba avec Geneviève à 18 h** pour une durée de 45 minutes. Voici le lien pour le cours en ligne : <https://us02web.zoom.us/j/87084165974>.

Il sera partagé sur notre page Facebook: Loisirs Ascot Corner et sur notre site Internet <http://ascot-corner.com/sport-loisir-et-culture/evenements>. Essayons de créer la plus grosse zumba virtuelle, car il est possible d'être tous ensemble, chacun chez soi.

Nous invitons les familles à prendre une photo de leur fête maison et nous allons réunir le tout pour un article dans le prochain journal. Joignez-vous à la fête.

Bonne fête nationale à tous!

**Marie-Pier Bisson-Côté**  
*Directrice des loisirs, des sports,  
de la culture et de la vie communautaire*



Geneviève Gadbois en pleine action.

Photo :Marie-Pier Bisson-Côté



Les participants étaient nombreux à bouger à l'occasion de la méga zumba de la fête nationale, édition 2019.

Photo :Marie-Pier Bisson-Côté

# Guide de relance des camps de jour pour l'été 2020

Dans l'éventualité d'une ouverture des camps de jour cet été, l'Association des camps du Québec a présenté, le 15 mai dernier, le Guide de relance des camps en contexte de COVID-19.

Le guide a été préparé par l'Association des camps du Québec, en étroite collaboration avec de multiples partenaires et collaborateurs dont la Direction de la santé publique du Québec qui en a approuvé le contenu final et la diffusion. Les mesures qui y sont présentées s'inscrivent dans la continuité de celles appliquées dans les milieux scolaires et de garde à la petite enfance (CPE et garderie).

Les mesures présentées dans le guide répondent à quatre consignes de la Direction de la santé publique pour la tenue d'activités dans les camps à l'été 2020 :

1. Distanciation physique : Assurer un espace de 2 mètres entre les participants et organiser l'environnement physique favorisant le maintien de cette distance entre tous les individus.
2. Activités extérieures : Privilégier les sites extérieurs pour la programmation d'activités et limiter l'utilisation des locaux intérieurs en cas de pluie seulement en respectant le nombre maximum de participants par local pour respecter la distanciation physique.
3. Limitation des contacts physiques : Réduire au minimum les contacts directs et indirects entre les individus notamment en programmant des activités et des jeux limitant le partage de matériel non désinfecté entre les participants (ballons, balles, crayons,

pinceaux, ciseaux, casques, déguisements, arcs et flèches...).

4. Mesures d'hygiène : Appliquer et faire respecter rigoureusement les règles sanitaires dont le nettoyage et la désinfection des locaux et du matériel, de l'ameublement et des installations sanitaires et les routines d'hygiène individuelle, dont le lavage des mains des participants et du personnel.

\*ATTENTION : La diffusion de ce guide ne signifie pas (en date du 15 mai) que l'activité des camps est autorisée pour l'été 2020. Le guide permettra aux gestionnaires de camps d'être mieux outillés pour évaluer leurs capacités et leur volonté d'ouvrir leurs portes dans l'éventualité où le gouvernement l'autoriserait.

Ce guide de relance comprend les mesures face à la programmation, aux sites, à la gestion administrative et communications, aux ressources humaines incluant les ratios prescrits par la Direction de la santé publique, la sécurité, la santé et bien-être, ainsi que les saines habitudes de vie.

Sachez que nous travaillons très fort à l'élaboration de scénarios réalistes pour nous cet été et que nous vous informons dès que les choses avancent. Le guide du parent modifié vous permettra de connaître nos ateliers et invités, en plus des sites et des thématiques. À noter qu'il n'y aura aucune sortie en autobus cet été.

Merci de votre compréhension et bonne saison estivale.

Marie-Pier, Katherine et Fanny



Marie-Pier Bisson-Côté



**CLINIQUE**  
*Michel Lessard*  
Massothérapeute • Orthothérapeute

**819 563-5349**

6099, Route 112  
Ascot Corner (Québec) J0B 1A0

 Réseau des massothérapeutes professionnels du Québec

**JE SUIS LÀ POUR VOUS AIDER**  
Massage sur chaise  
Massage sur table  
Traitement en détente ou thérapeutique  
Possibilité de traitement à domicile  
Sur rendez-vous du lundi au samedi



**Clinique Pluriel Santé**

- Travailleuse sociale
- Psychologue
- Chiropraticien
- Urgence sur rendez-vous
- Prise de rendez-vous en ligne avec

 **GO rendezvous**

**Boutique Brille et Bulles**  
ouverture le 15 avril

- Location de salle disponible pour ateliers/conférences
- Reçus d'assurances

5828, route 112, Ascot Corner  
**819 347-2317**

# Chevaliers de Colomb



**CHEVALIERS  
DE COLOMB**  
Conseil 11929



Il est très important que toutes les personnes qui ont acheté des billets des œuvres charitables des Chevaliers de Colomb les conservent car le tirage prévu le 17 avril dernier n'a pas eu lieu. Prenez note qu'il se fera le vendredi **12 juin 2020**. Veuillez aussi partager cette information avec les gens de votre entourage afin qu'il conserve leur chance de gagner.

Pour l'instant, les élections afin d'élire le nouvel exécutif 2020-2021 du conseil 11929 sont prévues le lundi 8 juin prochain. Advenant l'impossibilité de se réunir, chacun des membres sera contacté et l'élection se fera à l'aide d'un autre moyen. Pour les Che-

valiers qui désirent présenter un autre membre à un poste, ils peuvent dès maintenant contacter le secrétaire financier frère Jacques Lacasse au 819 566-1579.

**Normand Fréchette**  
**Grand Chevalier 11929**

## CLUB FADOQ

# Vlan, c'est juin !

### La FADOQ provinciale à l'œuvre

Vous avez peut-être vu au téléjournal ou ailleurs que la FADOQ provinciale, forte de ses 500 000 membres, a fait de pressantes représentations auprès du gouvernement provincial pour que soit sérieusement prise en compte la situation des aînés dans les CHLSD et dans les foyers privés. Depuis quelques années déjà, nous craignons littéralement devoir nous retrouver dans l'une de ces institutions. La crise de la Covid-19 n'a fait qu'amplifier à l'extrême les problèmes. La situation actuelle est carrément inacceptable, bien que des solutions aient été avancées par les gouvernements. La FADOQ, comme plusieurs autres instances, exige que des correctifs soient apportés et que les gouvernants prennent les actions qui s'imposent. Soyez assurés que nous les garderons à l'œil. La mise sur la sellette de la FADOQ nous permet de voir concrètement ce que fait, entre autres, pour nous, la FADOQ qui perçoit de chacun de nous 17 \$ sur les 25 \$ que nous coûte notre cotisation annuelle. Finalement, ce sont des sous bien investis ! Si vous désirez plus d'informations au sujet de la carte de membre, du carnet de rabais ou tout autre renseignement, téléphonez au 819 566-7748.



Yvon Bonneville

### La Fête des mères pour les... outardes

Je vous avais promis de vous donner des nouvelles des bébés outardes qui arriveraient. Trois couples qui fréquentent notre pelouse ont constitué des « petites familles » : par ordre « d'apparition » la première est constituée de six bébés outardes, la deuxième de quatre et enfin la troisième compte cinq bébés. Comme toutes les familles, les enfants suivent l'école à la maison, il n'y a pas de problème de grandeur de locaux ou de pénurie d'enseignants, tous et toutes se portent très bien et apprennent rapidement : on sait déjà nager, marcher et se nourrir soi-même. Les leçons de conduite et de vol viendront un peu plus tard. Pas de difficulté pour les menus : tout le monde mange l'herbe fraîche du printemps et du maïs concassé. Mamans et papas voient à ce que chacun soit bien protégé en gardant les oisons à l'œil, ce qui n'empêche pas les uns et les autres de prendre leurs distances du groupe, distances allant de quelques pouces à environ... **2 mètres** ! Au moment de se retirer pour une période d'exercice ou pour les dodos, papa ou maman part et les autres suivent à la queue leu-leu. Si un petit traîne seul, trop gourmand, ne s'étant pas rendu compte que le groupe était parti, c'est la course pour le rejoindre. Courir avec de toutes petites pattes, c'est du sport. Puis c'est le repos sous les ailes de maman. Plus tard, la nuit se passera à l'abri des prédateurs dans un lieu secret.

Quand vous lirez ces lignes, début juin, les petits auront « profité » beaucoup et leur champ d'exercice sera beaucoup plus large.

### Le meilleur et le pire

Comme dans toute situation importante, la crise est révélatrice du meilleur et du pire qui se côtoient. Permettez-moi de ne donner que quelques exemples pour illustrer mon propos.

**Le meilleur** : le dévouement incroyable des personnes aux services essentiels et les marques de bienveillance de toutes les personnes qui offrent leurs services pour que les « confinés » ne manquent rien d'essentiel.

**Le pire** : suggérer d'absorber ou de s'injecter du gel antibactérien (ex. Purell) ou encore voler des chèques dans les boîtes postales de personnes démunies. Ce ne sont là que quelques exemples du meilleur et du pire qui se produisent pendant

cette période exceptionnelle. Je vous laisse le soin d'identifier d'autres exemples. Ce sera un petit exercice à faire... si vous avez du temps libre. Je ne doute pas que vous en trouverez plusieurs, autant des meilleurs que des pires.

Il faut se réjouir du meilleur et tâcher d'ignorer le pire car ce dernier n'ouvre sur rien et ne mène à rien. Le meilleur, au contraire, nous projette vers un avenir certainement plus lumineux en se rappelant que l'optimisme et la foi en l'avenir sont les meilleurs antidotes à la peur et à la nostalgie qui nous guettent dans notre confinement.

Il est quand même surprenant que cet infiniment petit prend tout l'espace.

### **La découverte...**

La crise nous a appris que nous étions dorénavant « vieux » à partir non plus de 84 ans ou plus mais bien de 60 ans ! Devons-nous nous réjouir de cette nouveauté ou nous en attrister ? Le jury délibère actuellement. Quoiqu'il en soit mettons cette incongruité au compte du désir légitime d'assurer la protection de tous et toutes, particulièrement des « vieux ». Nous savons pertinemment qui est jeune et qui est vieux mais il faut absolument se conformer aux directives sanitaires de la Santé publique. Il en va de notre santé sinon de notre vie et de celles de nos proches, parents et amis.

### **Le clin d'œil du mois**

Le clin d'œil, je le fais ce mois-ci à tous ceux et celles qui préparent leur saison de cueillette de légumes et de fruits ou de production de poulet, d'œufs, de bœuf et de porc sur le territoire de notre communauté. Je pense, sans que mon énumération ne soit exhaustive, au marchand du kiosque de Fruits et Légumes d'Ascot Corner, aux Serres Bo Jardin, au Jardin Des Iles, à la ferme Oscar Clément, à la ferme au Pré Bleu, à la ferme Horti Plus, à tous les acériculteurs, producteurs et productrices d'œufs, de légumes, d'ail, de poulet, à la boulangère que nous espérons retrouver bientôt au marché public de Westbury. Sinon, ce sera partie remise. L'optimisme est de rigueur même si nous savons que le réaliste l'emportera. Nos boules de cristal sont plutôt embuées. Naturellement, mon clin d'œil va aussi à ceux et celles que j'oublie ou que je ne connais malheureusement pas encore. Informez-moi.

Je dois avouer que j'ai un faible pour un autre commerce saisonnier, pour cause : le comptoir laitier de mademoiselle Jessica dans la cour du kiosque de fruits et légumes près du pont de la 112, direction East Angus. En plus de la délicieuse crème glacée et des autres délices glacés, nous avons droit au service impeccable et au large sourire de Jessica. La visite vaut vraiment l'arrêt ou le détour. Vous m'en remercirez. Espérons son ouverture prochaine !

### **Les dates à retenir en juin**

En terminant, j'espère que vous avez pris le temps de regarder et d'admirer la lune de mai, magnifique.

Quelques dates à porter à votre agenda en juin : le 15 c'est la journée mondiale de sensibilisation des personnes âgées; le dimanche 22 c'est la Fête des Pères, que nous souhaitons des plus heureuse à tous les papas; le 24 c'est la Fête Nationale du Québec.

Même si nous ignorons quelle forme pourra prendre la célébration de chacune de ces fêtes, rien ne nous empêche de trouver les moyens de célébrer chacune d'elles comme nous avons su le faire à la Fête des Mères.

Nous vous souhaitons tout le bonheur possible même dans le confinement. Prenez bien soin de vous et des vôtres. Il ne faut surtout pas lâcher !

### **Conclusion : L'espoir et la patience**

Dans la lutte au Covid-19, l'espoir réside dans le développement d'un vaccin auquel travaillent présentement une centaine de compagnies pharmaceutiques avec des universitaires à travers le monde. Quand un groupe de recherche aura développé un tel vaccin, il faudra des mois avant qu'il ne soit disponible pour inoculation de masse.

Bref, dans le meilleur des cas il faudra s'armer de patience et continuer à respecter à la lettre les recommandations de la Santé publique. Patience donc et bon courage. Nous nous en sortirons. Nous sommes fatigués d'entendre la même ritournelle, mais il faut nous la rappeler, car l'enjeu est capital.

Meilleures salutations et à la prochaine,

**Yvon Bonneville, ml**  
pour le conseil de la FADOQ

# Un confinement de près de deux mois et un retour à l'école pour les élèves de la Source-Vive

La semaine du 11 mai marquait le retour à l'école pour une bonne partie des élèves de la Source-Vive. Dans la situation actuelle, ce retour a demandé beaucoup d'adaptations de la part du personnel de l'école, mais aussi de la part des élèves qui étaient de retour en classe. Lavage des mains plusieurs fois par jour, routine d'autobus chamboulée et distance de deux mètres avec ses amis et ses enseignants n'en sont que quelques exemples. Les élèves ont toutefois prouvé qu'ils étaient bien préparés à toutes ces nouveautés!

Les élèves de 4e année qui étaient de retour dans la classe de Sabrina et Andréane ont écrit de courts textes dans lesquels ils ra-

content comment ils ont vécu leur confinement. Quelques élèves de la classe de Mélanie (en 4e année également) ont aussi décidé de participer au projet. Voici leurs textes :



Andréane Rivard

**Andréane Rivard, enseignante à l'École la source-Vive**



Pendant mon confinement, j'ai joué avec mon auto téléguidée et mon hélicoptère téléguidée. J'ai lavé mon vélo et on a pris une photo de mon vélo et de l'auto de mon père. J'ai eu la chance d'embarquer sur le tracteur à gazon tout seul et je me suis promené sur mon terrain, en arrière de chez moi!

**Sébastien Desfossés-Jetté**



Bonjour, je m'appelle Lori-Anne Caya et je vais vous parler de mon confinement. Pour commencer, j'ai eu un chat. Nous l'avons appelé Léo. Il a maintenant cinq mois et demi. Il est noir avec des yeux verts. Souvent, il est très agité. Pour finir, je joue très souvent dehors avec ma sœur et mes voisins!

**Lori-Anne Caya**

## Classe de Sabrina et Andréane 4<sup>e</sup> année

Bonjour, je m'appelle Nathan. Pendant le confinement, j'ai beaucoup joué dehors sur mon trampoline et sur mes balançoires. Un soir, nous avons fait une soirée dansante, puis j'ai vraiment aimé ça! Aussi, mes sœurs et moi avons dormi plusieurs fois dans notre tente (nous avons fait du camping maison). Et nous avons fait quelques travaux sur notre maison!

**Nathan Lamontagne-Charland**



**FRANÇOIS JACQUES**  
DÉPUTÉ DE MÉGANTIC



**ASSEMBLÉE NATIONALE  
DU QUÉBEC**

220, rue Principale Est,  
Bureau 228 N  
Cookshire-Eaton (Québec) J0B 1M0

Tél.: 819-875-5410

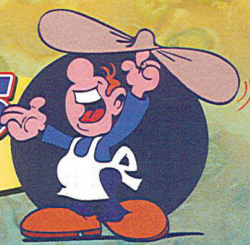
Francois.Jacques.MEGA@assnat.qc.ca



**RESTAURANT  
PIZZÉRIA**

**Aux 2 frères**

Pierre et Fabien  
props.



*Bon appétit!*

**819-346-6333**

Menu régulier, menu pour les 12 ans et moins  
SPÉCIAUX DU JOUR sur semaine de 11hrs am à 20 hrs pm

5626, route 112, Ascot Corner, J0B 1A0

Fax: 819-346-2455

**DÉJEUNERS**

Du lundi au vendredi  
**De 5 h 30 à 12 h**

Les samedis : **de 6 h 30 à 12 h**  
Les dimanches : **de 8 h à 12 h**

# Classe de Sabrina et Andréane 4<sup>e</sup> année



Ce que j'ai aimé du confinement, c'était de rester à la maison avec mes frères et de découvrir de nouvelles choses, même si je suis pratiquement tout le temps chez moi. J'ai aussi aimé jouer sur le trampoline. J'aurais aimé pouvoir voir ma famille, car j'aime pouvoir jouer avec eux à plusieurs jeux dans les bois. J'ai hâte de les revoir!

**Evan Corcoran**



Bonjour, je m'appelle Damien Rodrigue. Pendant le confinement, j'étais très bien à la maison. Ce que j'ai fait le plus, c'est écouter la télévision. Je n'avais pas trop envie de revenir à l'école, mais je suis content de revoir mes amis!

**Damien Rodrigue**



J'ai aimé le confinement, vu que j'ai pu jouer plus à l'électronique, et j'ai découvert de nouveaux jeux. Voici ma routine de journée : Je me lève et je joue à ma Switch. Ensuite, je vais écouter la télévision. Quand mes sœurs se lèvent, je vais dans mon sous-sol écouter des vidéos sur sur l'ordi. Vers 10h, je fais mes devoirs jusqu'à 11h. Ensuite je dine, et après j'appelle mon ami pour jouer aux jeux vidéo avec. Ensuite, je vais dehors pendant une heure et je rentre pour jouer avec mes legos. Quand mes parents arrivent on soupe, et après je retourne à l'électronique. Voilà mes journées de confinement, et j'espère que vous avez aimé lire mes journées de confinement!

**Noah Cloutier**



Bonjour, je m'appelle Alicia. Je vais vous parler de ce que j'ai fait. Je suis allée dehors, j'ai fait du trampoline, j'ai sorti mon chat. À Pâques, j'ai eu un harnais pour chat. On a fait nos devoirs et on a fait une magnifique fondue au chocolat. Elle était vraiment bonne! Voici ce que j'ai fait pendant mon confinement.

**Alicia Bernard**



Voici mon confinement. Pour commencer, j'ai beaucoup lu. Mes coups de cœur sont Fanny Cloutier et les Agent Jean. On les a commencés. On a acheté un trampoline. Mon frère et moi, on essaie des figures comme la chandelle, la rondade, etc. On a fait l'école à la maison. C'est quand-même difficile de garder ses distances. J'avais hâte de retourner à l'école parce que je connaissais quelqu'un de ma famille qui allait y travailler, et j'ai ma sœur jumelle dans ma classe. Je suis contente d'être venue à l'école, parce qu'il y avait mes amis. Pas tous, mais je m'amuse beaucoup avec eux! Pendant le confinement, j'ai parlé à mes amis sur Messenger Kids. On jouait beaucoup dehors à sauter sur le trampoline. J'ai découvert une passion : me promener sur ma rue en trottinette. J'ai beaucoup dessiné des personnages réalistes comme le roi lion, des chanteuses, un lapin réaliste, etc. Voilà mon confinement!

**Sofia Toulouse**



Bon, voici mon confinement. Pour commencer, j'ai fait une cabane suspendue dans les airs. J'ai aidé mon père à la faire. On a aussi beaucoup joué dehors. Vu que le soccer est annulé, je me pratique à dribbler. On a commandé des livres, moi j'aime lire des Agent Jean (je vous le conseille). Je n'ai pas écouté beaucoup de films. Je vous recommande : Pee Wee 3D l'hiver qui a changé ma vie. Je l'ai écouté au moins 20 fois. (Ce film est déconseillé à ceux qui n'aiment pas le hockey.) Mais vous pouvez aussi l'aimer. Mon chien Woofy était super content quand on passait la journée dehors. J'ai fait du vélo avec mon père Marco, ma sœur Sofia, mon frère Antoine et ma mère Karine. Ma mère aimait relaxer, mais bougeait beaucoup aussi. Elle a joué au soccer avec moi. Antoine a joué Luigi Mansion (on a essayé à 2, c'était drôle). Voici ce que mon frère, ma sœur et moi avons fait : on a créé un club d'agents secrets. Désolée, je ne peux pas vous dire le nom de notre club, c'est top secret. Évidemment, notre club est dans notre cabane. On aime faire de la trottinette. À chaque soir, quand il fait chaud, on fait de la trottinette et on fait au moins 4 tours! Lâchez pas, ça va bien aller!

**Maelly Toulouse**



Bonjour, je m'appelle Étienne. Je suis dans la classe de Sabrina en 4<sup>e</sup> année, car j'ai doublé mon année. Pendant la Covid19, j'ai fait beaucoup de chasse. Mais ce que j'ai préféré, c'est aller chez ma tante pour faire du quatre-roues. Ma tante est une gardienne. Elle me garde une semaine sur deux la plupart du temps, mais elle ne me garde pas la nuit. Aussi, je suis allé donner un coup de main pour la ferme, car mes grands-parents sont âgés. Ils ont plus de 100 vaches. Après, je suis retourné à l'école pour étudier, sinon je vais retourner à l'école et vraiment plus me souvenir des règles et du travail à faire. En plus, après deux ou trois semaines, mon père m'a dit que l'école recommençait et qu'il m'avait inscrit. Mais mon père a aussi inscrit ma sœur, car elle aussi elle avait besoin de retourner à l'école, car elle va aller en 3<sup>e</sup> année!

**Étienne Blais**



Bonjour, je m'appelle Daphnée Breault. Je vais vous parler d'une cabane dans un arbre que mon frère et moi avons fait pendant le confinement. Mon frère avait déjà commencé la cabane avec ses amis, mais nous, pendant le confinement, on a fait un agrandissement qui n'est pas encore fini. J'ai hâte qu'elle soit finie parce que nous allons mettre des jeux pour s'amuser comme des bâtons pour grimper dessus.

**Daphnée Breault**



J'ai fêté ma fête dans le confinement. J'étais triste car je n'aurais que mes parents et ma sœur pour ma fête. Mais finalement, j'ai eu une fête merveilleuse, parce que j'ai eu plein d'amour de ma famille. Même si ma fête était dans le confinement, j'ai eu la meilleure fête de ma vie! J'ai la chance d'avoir la meilleure famille du monde!

**Jacob Arès**

## ÊTRE MEMBRE DE LA CHAMBRE DE COMMERCE DU HAUT-SAINT-FRANÇOIS

- C'est faire partie du plus grand regroupement d'affaires de la région avec plus de 200 membres
- C'est de la publicité à peu de frais
- C'est favoriser l'achat local
- C'est un important milieu de réseautage
- C'est obtenir une trentaine de rabais commerciaux
- C'est une inscription gratuite dans le répertoire des entreprises pour 10 300 copies, etc., informez-vous :



[www.chambredecommercehsf.com](http://www.chambredecommercehsf.com)  
[info@chambredecommercehsf.com](mailto:info@chambredecommercehsf.com)



Téléphone : 819 348-4352

# PLOMBERIE



**SPÉCIALITÉS :**  
**RÉSIDENTIEL ET RÉNOVATION**

JACQUES CLOUTIER

ASCOT CORNER (QUÉBEC)

## EXCAVATION M. TOULOUSE



2377, rue King Est  
Fleurimont (Québec)  
J1G 5G7  
Tél. : 819 564-7018  
Télec. : 819 564-7701  
Licence RBQ : 1330-6782-34

ISO9001

## RE/MAX

### MARIO GOUPIL

Courtier immobilier

Cell. : 819.212.1214

[mario.goupil@remax-quebec.com](mailto:mario.goupil@remax-quebec.com)

[www.mariogoupil.com](http://www.mariogoupil.com)



*Un nom de confiance!*



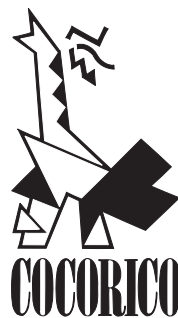
arpenteurs • géomètres  
SENCRL

### Christian de Passillé, a-g

associé

[cdepasille@ecceterra.com](mailto:cdepasille@ecceterra.com)

789, rue Woodward, Sherbrooke (Québec) J1G 1W5  
téléphone : 819 563-0454, poste 103 | télécopieur : 1 844 696-7451  
sans frais : 1 877 650-2227  
[www.ecceterra.com](http://www.ecceterra.com)



## Salon Cocorico COIFFURE

Du style pour elle et lui

*Nathalie Bresse*

propriétaire

**819 823-8694**



**285, chemin Boucher, Ascot Corner**

R.B.Q. : 8005-5247-77



4422, rte 112  
Ascot Corner, JOB 1A0  
Fax. : 819 565-2996

**Tél. : 819 562-6448**

[www.excavationsteveleblanc.com](http://www.excavationsteveleblanc.com)



**Richard Matteau**  
président

[www.usinagerm.ca](http://www.usinagerm.ca)  
[info@usinagerm.ca](mailto:info@usinagerm.ca)

189, Angus Sud  
East Angus, QC  
JOB 1R0

- Usinage de précision, petite ou grande quantité
- Fabrication et conception de machinerie spécialisée
- Mécanosoudage

☎ 819 832-4803  
☎ 819 832-4911

☎ 1 877 832-4803  
☎ 1 877 832-4912



# Classe de Mélanie 4<sup>e</sup> année



Bonjour cher journal. Pour le confinement, j'écoutes des films sur ma télé avec mon chien Boddy. Le poste de tété était Disney+ et mon film était Cendrillon. Après, je suis allée faire du vélo autour de mon domaine avec ma sœur Léane. Je suis aussi allée à Créations Jade aider mon papa et ma maman.

**Justine Maher**

Bonjour, depuis notre confinement, nous avons marché à chaque jour. À chaque soir, nous regardons un film ou nous jouons à un jeu de société. Nous allons nourrir nos poules et nous allons jouer dehors sur le trampoline ou les balançoires. Parfois on écoute un peu de télé ou autre. Nous faisons souvent le grand ménage dans notre maison ou encore dehors. On enlève les branches qui sont en-dessous des arbres, nous les taillons et enlevons les mauvaises herbes etc. Mon frère et moi on joue beaucoup avec notre chat. Nous faisons aussi beaucoup de travaux d'école à la maison. Merci!

**Rosemarie Bélanger**

Bonjour, je vais vous parler de ma quarantaine, ça peut vous aider si ça continue. Au début, mon père et ma mère ont changé de chambre. On l'a décorée avec des nouveaux cadres et plus... Sinon, j'ai fait un casse-tête des Incroyables. Je l'ai fait seule, mais après mon frère l'a brisé. J'allais oublier, j'ai aussi fait des desserts délicieux! J'espère que ça vous donne des idées.

**Amélya Beaulieu**

Bonjour, en quarantaine, j'ai fait du travail, j'ai joué dehors et j'ai fait 10 kilomètres par jour de vélo. J'ai été très surpris qu'on recommence l'école, mais je suis aussi content. J'étais surtout très nerveux. J'ai aussi beaucoup joué sur mon trampoline, et j'ai joué avec mes Nerfs. J'ai joué avec des attaches en plastiques que je devais lancer sur une cible!

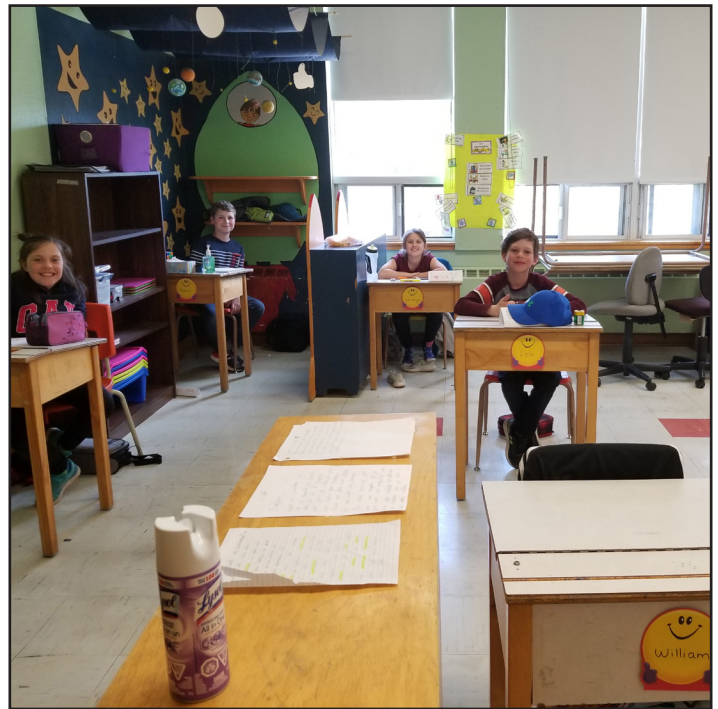
**Caleb Bissonnette**

Pendant le confinement j'ai fait du soccer chez moi et j'ai fait beaucoup de vélo. Je fais des devoirs du lundi au vendredi et tous les jours je joue à des jeux vidéo. Ce que j'aime le plus c'est quand je fais du tennis, badminton, frisbee et du ballon chasseur. J'ai préféré cette journée parce qu'on était dehors. Je suis allé sur une piste cyclable avec mes parents. Nous avons fait 23 kilomètres à vélo. Je me suis blessé la jambe parce que je suis tombé dans un fossé. Merci de m'avoir lu!

**Théo Bergeron**

Pendant le confinement ma prof Mélanie a organisé des rencontres vidéo. C'était vraiment agréable car je pouvais voir mes amis Noah et Loïc. J'ai pu passer du temps en famille, aller dans le garage avec mon père et aller à la ferme. Nous avons reçu un petit chaton. Elle s'appelle Mimi et elle est très énergique le soir. Ce soir mercredi 13 mai nous mangeons de la pizza c'est la meilleure au monde. Demain 14 mai on plante les fraises.

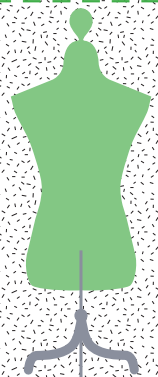
**Dominic Simard**



atelier Chantal Skilling

Service de patron  
Confection  
Réparations

Ascot Corner  
atelierchantalskilling@videotron.ca  
514-466-9768



Saviez-vous que...?

# COVID-19 : Rassemblements illégaux et retour au travail



Christine Lafrance

Beaucoup de services de police reçoivent des appels de citoyens qui désirent rapporter des rassemblements illégaux. Souvent, ces appels ne sont pas pertinents, puisque les faits relatés n'entrent pas dans ce qui est interdit par le Gouvernement Legault. Dans un premier temps, nous allons passer en revue ce qui constitue un rassemblement illégal en vertu du Décret de renouvellement de l'état d'urgence sanitaire sur tout le territoire québécois.

Depuis le 8 avril dernier, tous les corps policiers du Québec ont le pouvoir de remettre des constats d'infraction, dont les amendes y figurant sont de 1 000 \$ minimum, aux gens qui participent à des rassemblements illégaux ou qui ne respectent pas les consignes de distanciation physique de 2



mètres entre les individus, afin d'éviter la propagation de la COVID-19. Suite au Décret, des plaintes ont été enregistrées et des constats ont été remis à des amis qui marchaient dans la rue à 2 mètres de distance et pour des rassemblements de plus de 2 personnes, ce qui n'a pas lieu d'être.

En effet, les situations mentionnées ci-dessus sont tout à fait légales et il serait abusif de donner des contraventions pour ces rassemblements puisque le Gouvernement dans son décret indique bien que sont interdits les rassemblements extérieurs « sauf si une distance minimale de deux mètres est maintenue entre les personnes rassemblées ». Le Décret nous apprend au surplus que les rassemblements sont permis à l'extérieur si les personnes rassemblées occupent le même domicile, sans exigence quant à la distance entre elles, si une personne reçoit d'une autre un service ou son soutien, sans exigence de distanciation encore une fois et autrement, si le 2 mètres est respecté en tout temps.

Quant aux rassemblements intérieurs, dans une résidence privée plus précisément, les options valides se limitent à ceux qui regroupent les occupants de la demeure, sans distanciation obligatoire, et ceux impliquant une personne offrant un service ou dont le soutien est requis, dans la mesure où la distance de 2 mètres est maintenue avec les occupants autant que possible. Évidemment, les rassemblements sont permis dans les lieux d'un travail essentiel ou d'un commerce essentiel ainsi que dans les transports en commun.

Bref, freinez vos ardeurs et ne dénoncez pas systématiquement tout ce qui semble être illégal. Contactez plutôt les autorités si un « party » se tient dans une résidence avec des gens qui n'y résident pas, si un commerce non essentiel ouvre ses portes ou si un événement sportif, culturel ou religieux a lieu.

Autrement, avec le déconfinement progressif qui s'opère depuis le début du mois de mai, plusieurs se sont demandé s'ils avaient l'obligation ou non de retourner au travail. Eh bien, si toutes les mesures ont été mises en place par votre employeur, via un plan d'intervention par exemple ou une série de directives claires affichées ou autrement communiquées aux employés et aux clients, afin d'assurer la santé et la sécurité de tous les travailleurs, et que vous n'avez aucun problème de santé, que vous n'êtes pas à un âge critique ou que vous ne disposez pas d'un autre motif raisonnable de rester à la maison, vous devrez vous présenter sur les lieux de votre travail s'il est considéré essentiel ou s'il est autrement permis à votre employeur d'opérer son entreprise.

Il existe en droit du travail, le droit de refus d'un salarié de faire son ouvrage ou une tâche reliée à celui-ci dans la mesure où se faisant, il mettrait notamment sa vie, sa santé ou son intégrité à risque. Cette option ne peut être utilisée valablement par un travailleur s'il n'est pas exposé à un danger réel. La simple crainte de contracter la COVID-19 en se rendant au travail ou en travaillant n'est donc pas un motif raisonnable en soi exonérant l'employé d'offrir sa prestation habituelle. Si vous pensez avoir un motif raisonnable et que votre employeur n'entend pas respecter votre droit de refus, vous pouvez faire appel à la CNESST qui interviendra rapidement pour trancher la question.

L'analyse par la CNESST de ce qui est dangereux ou non variera beaucoup en fonction de votre milieu de travail. Il y a nécessairement plus de risques à travailler dans une épicerie ou une crèmerie que dans les bureaux d'une PME qui compte 5 employés et dont 2 mètres ou plus séparent chaque collègue. Un environnement de travail sera sécuritaire, s'il respecte les normes sanitaires établies par la Direction de la Santé Publique, de même que les règles usuelles en matière de santé et de sécurité au travail. Les installations devront vous permettre de vous désinfecter, mais aussi de désinfecter les lieux et les objets et de garder autant que possible une distance de 2 mètres entre les individus.

Les mesures à mettre en place ne sont pas les mêmes pour tous, il est important que le plan d'intervention soit personnalisé en fonction de votre entreprise et idéalement, employeur et employé doivent collaborer à son élaboration, puisque le salarié a lui aussi l'obligation légale de veiller à sa santé et sa sécurité ainsi qu'à celle de ses collègues (LSST articles 49 à 51). Si une situation dangereuse est constatée, le travailleur peut déposer une plainte à la CNESST qui enverra dans les plus brefs délais, un inspecteur pour faire la lumière sur la situation.

En espérant que ces informations vous seront utiles, n'hésitez pas à me contacter pour toute question, demande ou besoin d'assistance.

**Christine Lafrance, avocate associée**  
**CABINET LAFRANCE LÉGAL**  
 85-20, rue Belvédère Nord, Sherbrooke  
 Bureau : 819 679-2270  
 Courriel : [clafrance@lafrancelegal.com](mailto:clafrance@lafrancelegal.com)

Les Entreprises de chez nous

# Mini-Excavation Jocelyn Plamondon : Se réinventer



Rémi Robert

Lorsque j'étais jeune garçon, l'une des pires phrases que j'entendais malheureusement souvent et qui a fini par m'empoisonner l'existence était celle-ci : que feras-tu, toi, quand tu seras grand? Cette phrase, beaucoup d'adultes l'ont en bouche et s'en servent habilement pour donner l'impression de s'intéresser aux « idées professionnelles » des enfants. Cette phrase maudite, lorsque j'étais à l'école secondaire, est revenue me hanter : subitement, je devais trouver une carrière, passer des tests de personnalité, questionner des spécialistes de l'orientation, choisir avec assurance et penser à ce que je ferai « toute ma vie ». À 16 ans, déjà, semblait-il que je me fermais des portes « à jamais » si j'optais pour les sciences humaines au détriment des sciences de la santé; que les années à venir fixeraient mes capacités, mon horizon, mon statut social et mon pouvoir d'achat. Je finirai sur le tard par faire à ma tête en m'inscrivant dans le programme d'Arts et lettres. A moitié poète, j'admirais Baudelaire.

Tandis que certains confrères de classe savaient à l'évidence quel programme choisir et quelle carrière ils étaient convaincus d'avoir « pour la vie », moi, je me cherchais. Sans avoir trop de compétences pour pouvoir

me trouver. Je me cherchais, hésitant, me connaissant à peine, influencé et influençable. Étais-je normal, me suis-je souvent demandé, de ne pas savoir ce que j'allais faire de ma vie? Heureusement j'ai tout manqué, tout raté de ce chemin configuré par l'esprit de conformité de l'époque (qui n'a guère changé aujourd'hui) qui voulait que nous fassions nos études dans les temps requis « sans prendre de retard », avoir une blonde, une première maison à 25 ans, deux enfants, un chien et une volkswagen. À 25 ans, rien de tout ça. Tant mieux.

Jocelyn Plamondon a la polyvalence typique des personnes débrouillardes. Mécanicien industriel de formation pour une papetière de la région et motivé par son emploi, il entretenait dans ses temps libres une passion pour la machinerie et les tracteurs Kubota. Pour s'amuser, surtout, mais aussi pour occuper ses moments libres durant lesquels il acceptait de faire quelques contrats pour ses voisins et amis. C'est justement cette passion qui le sauvera en 2009, quand tout allait pourtant bien dans sa vie professionnelle et familiale.

Retour en arrière : devant l'appréciation des clients qu'il servait et constatant les demandes de plus en plus nombreuses, Jocelyn Plamondon a fondé son entreprise, Mini-Excavation Jocelyn

Plamondon, en 2003. À l'époque, son horaire du temps lui permettait de concilier son travail de mécanicien et devenir entrepreneur. Les années passent, la croissance est au rendez-vous et la réputation est excellente. Que demander de mieux que de vivre de son métier, profiter des conditions de travail avantageuses et rentabiliser une passion? Or, voilà que la vie n'est pas un long fleuve tranquille et qu'une vulnérabilité, quelque part, nous guète sans que nous le sachions. Comme cette journée de 2009, en apparence identique aux autres, que Monsieur Plamondon passait à travailler à la papetière. Une erreur d'inattention, une fausse manœuvre ou un imprévu et voilà qu'il s'est fait écraser par un rouleau de papier pesant 8500 livres. Séjour à l'hôpital, blessures sérieuses qui laisseront des séquelles et, surtout, du temps pour réfléchir. Réfléchir au présent et à l'avenir. Apprendre, premièrement, qu'il faudrait faire le deuil

de son métier qu'il « avait pour la vie », qu'il devra changer ses repères et réévaluer ses besoins ainsi que ses priorités. Et se demander ce qu'il fera désormais de sa vie, puisque les diplômes et les compétences acquises, soudainement, ne valent plus rien, que les deux ne seront plus reconnus officiellement par un employeur.

Après une longue

réhabilitation et soutenu courageusement par sa femme, Jocelyn Plamondon a fait le choix d'exploiter sa passion en décidant d'incorporer son entreprise un an plus tard, en 2010.

Mini-Excavation Jocelyn Plamondon est une entreprise spécialisée dans le drainage, l'inspection préachat de maisons résidentielles, l'excavation et le nettoyage des trottoirs et des stationnements de la municipalité, mais aussi de certains grands tronçons de la ville de Sherbrooke depuis maintenant six ans (parcs et pistes cyclables, entre autres). La renommée acquise par la compagnie permet aujourd'hui d'employer quelques personnes et d'occuper une part du marché local de l'excavation. Ayant pour valeurs la famille, le respect et la sécurité, Jocelyn Plamondon est un homme fier et dévoué pour ses clients, à qui il assure un service fiable et attentionné.

Les gens créatifs et courageux devant une épreuve qui, au lieu de se victimiser se demandent ce qu'ils savent faire, se relèvent les manches en faisant preuve de résilience méritent le respect. Ils méritent d'être soutenus et reconnus dans leur domaine d'expertise. Ils méritent finalement d'être privilégiés devant leurs compétiteurs.

Rémi Robert



**CENTRE D'Action BÉNÉVOLE**  
Du Haut-Saint-François

- ♦ Popote roulante / repas communautaire
- ♦ Accompagnement-transport
- ♦ Pair (Appels sécurisants, rappel médicaments)
- ♦ PIED (Prévention des chutes) / ViActive
- ♦ Clinique impôt/Lire et faire lire, etc.

**cab@cabhsf.org      819-560-8540**  
**209, rue Des Érables Weedon Qc JOB 3J0**

**Pompes Traitements d'eau**  
**Bernier Inc.**  
Puits artésien

**www.eaubernier.com**

**Tel.: 819 563-9172 • Sans Frais 1 866 727-3010**

3370, rue King Est, Sherbrooke Qc J1G 5J3  
info@eaubernier.com  
www.eaubernier.com

Numéro de licence : RBQ 82876285-45

Depuis 1949  
3<sup>e</sup> GÉNÉRATION  
Expert en eau potable

**GARAGE ROGER GOURDE**

**Spécialités :**  
**FRAME MASTER** (accidentés)  
**Redressement de châssis**

- Débosselage • Peinture
- Alignement • Suspensions

679, chemin Galipeau, Ascot Corner **819 569-4040**

**SYSTÈMES DE CLÔTURES ÉLECTRIQUES ET D'ABREUVEMENT**

**GALLAGHER**

**IMPORTATIONS A. RIVARD INC.**  
5827, Route 112, ASCOT CORNER (Québec) JOB 1A0 819 562-6541

a.rivardinc@videotron.ca

**Carrefour jeunesse-emploi**  
du Haut-Saint-François

**Pour aller au BOUT DE TES AMBITIONS**

- Trouver un emploi à la hauteur de tes attentes?
- Retourner aux études t'allume?
- Te lancer en affaires et créer ton emploi t'animent?
- T'impliquer dans un projet et donner ton 100% te motive?
- T'établir dans la MRC est un projet que tu nourris?

16-35 ans

Avec la participation financière de :

**cjehsf.qc.ca** • **f /carrefour jeunesse-emploi HSF**  
1A-150, rue Angus Sud, East Angus, Qc JOB 1R0 • 819 832-1513 • 1 877 772-1513

**Québec**

- Dégel d'égouts et de drains à l'eau chaude
- Inspection par caméra couleur
- Marteau hydraulique
- Nettoyage haute pression
- Drain, machinerie, graffitis
- Transport de petites quantités
- Buckets 10 / 17 / 31
- Pieux vissés
- Drainage

**Donaldson**  
inspection par caméra  
MINI-excavation

**Téléphone : 819 820-0655 • Cellulaire : 819 822-4818**

**Marie des Anges**

**819 679-0119**  
**info@mariedesanges.ca**

- Prélèvements sanguins
- Injections et vaccinations
- Retrait de points, lavage d'oreilles
- Vaccination antigrippale
- Clinique voyage

**MARIE BATTISTINI, INF. B. SC.**  
**SERVICES OFFERTS À DOMICILE ET À LA PHARMACIE**

**Luc Jacques SERVICE**  
819-821-0784 / 884-2209  
RÉPARATION D'APPAREILS MÉNAGERS  
DE TOUTES MARQUES

**819 821-0784 / 819 884-2209**

Le mot pour le dire

## Au temps du coronavirus

J'aime jouer avec les mots, vous le savez. Le coronavirus a amené son lexique pas tout à fait rigolo dans nos conversations. En voici un bref tour. Apprendrez-vous peut-être quelque chose?

D'abord, coronavirus vient du latin. Corona veut dire couronne, donc, nous faisons face à un virus à couronne. On l'a appelé ainsi, car quand on l'observe au microscope, on voit qu'il est rond et entouré de protubérances comme une couronne ou un bouchon de bière (ça n'a rien à voir avec la bière, malheureusement!). Le coronavirus qui fait trembler présentement la planète a un nom spécifique : Covid 19. C'est la maladie. Le Co tient pour couronne, vi pour virus, d pour disease (maladie en anglais) et 19 pour l'année de son apparition, alors Covid 19. C'est simple et pas vraiment original!

Aussi, nous avons entendu fréquemment les termes endémie, épidémie et pandémie. Qu'est-ce qui distingue tous ces « mie »? L'épidémie est l'augmentation ou la propagation d'une maladie dans une région donnée. Au début, on parlait d'épidémie en Chine, car le coronavirus se propageait seulement dans ce pays. Maintenant, que ce virus s'étend à l'échelle planétaire, on lui donne le nom de pandémie. Pour utiliser ce terme, il faut que le virus dépasse la frontière d'un pays et touche un continent, un hémisphère ou le monde entier, comme dans ce cas-ci. Dans l'histoire de l'humanité, nous ne sommes pas à notre première pandémie : le choléra, la variole, la grippe, le typhus, la tuberculose, la poliomyélite

et le sida en sont toutes. On parle d'endémie quand une maladie persiste dans une même région. La maladie semble vouloir s'installer de façon permanente et touche une partie importante de la population. La fièvre jaune est une endémie qui a fait des ravages en Afrique. Encore plus surprenant, des termes existent aussi pour les maladies qui touchent une grande proportion d'animaux. On emploie les mots épizootie, panzootie et enzootie.

De plus, on peut féliciter la Covid 19 d'enrichir notre vocabulaire. Maintenant, les mots confiner, confinement, déconfiner et déconfinement s'utilisent quotidiennement. Même les jeunes enfants s'en servent et ils savent aussi qu'ils font partie de la même famille de mots.

Enfin, pour terminer sur une note plus joyeuse, des mots nouveaux et originaux sont apparus sur les réseaux sociaux. « Covidiot », pour les personnes qui ne respectent pas la distanciation sociale, « mélancovid » qui désigne la déprime dû au confinement, les jeux de mots avec corona comme la « Macorona ». Nous parlons aussi de « quatorzaine » suivant le modèle de quarantaine et que dire du fameux « Aruda mata ta », copié du « Hakuna mata ta » qui veut dire : il n'y a pas de problème en swahili. Autrement dit : ça va bien aller!



Sylvie Rouillard

Sylvie Rouillard



Sources :

<https://lactualite.com/sante-et-science/petit-lexique-du-coronavirus/>

<https://www.rci.fm/deuxiles/infos/Sante/Le-lexique-du-coronavirus>

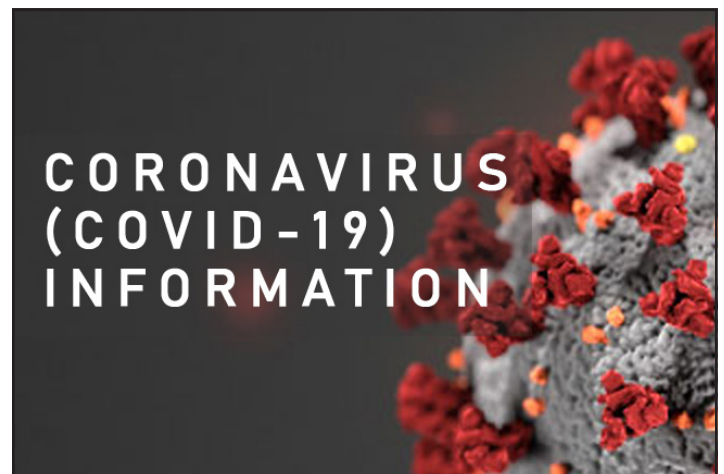
## Vous vivez des moments difficiles?

**Le nouveau portail Espace mieux-être Canada peut vous guider vers du soutien et des ressources**

La COVID-19 exerce une pression considérable sur les individus et les familles de partout au pays qui doivent faire face à l'isolement, à l'incertitude au niveau des finances et de l'emploi, et aux perturbations de la vie quotidienne.

Si vous êtes à la maison et souffrez d'anxiété, de peur, de dépression ou d'un autre problème de santé mentale, si vous avez un problème de consommation de substances ou si vous êtes victime de violence, il existe de l'aide.

Adultes et jeunes, vous trouverez une grande variété de ressources en visitant le nouveau portail **Espace mieux-être Canada : Soutien en matière de santé mentale et de consommation de substances**. Ce portail est un service gratuit qui fournit des outils et des applications et qui vous met en contact avec des bénévoles formés et des professionnels qualifiés lorsque nécessaire. Des modules touchant à la mauvaise humeur, à l'inquiétude, à la consommation de substances, à l'isolement social et aux problèmes relationnels sont aussi inclus. **Vous pouvez accéder au portail à partir du site [Canada.ca/le-coronavirus](https://Canada.ca/le-coronavirus) ou à l'aide de l'appli Canada COVID-19.**



Pour obtenir les renseignements les plus récents sur la COVID-19, visitez le site **[Canada.ca/le-coronavirus](https://Canada.ca/le-coronavirus)** et suivez l'Administratrice en chef de la santé publique du Canada, la Dre Theresa Tam, sur Twitter à **@ACSP\_Canada**.

Agence de la santé publique du Canada

# Ça va bien aller!

Depuis le 13 mars, un microscopique virus dénommé la Covid 19 chamboule la vie des Québécois à tout jamais. Du jour au lendemain, nous sommes confinés entre les quatre murs de nos maisons. Écoles, commerces de toutes sortes ferment leur porte pour une période indéterminée. Les activités sociales, culturelles et sportives sont également annulées. La quarantaine commence. Confinement obligatoire pour tous. Bonjour télétravail!



L'activité la plus importante de la journée devient le point presse de M. Legault et de M. Aruda. Nous voyons déferler des chiffres, des chiffres tristes et sinistres annonçant le nombre de cas qui montent en flèche et surtout le nombre d'hospitalisations et de décès. Nous observons, bien impuissants le drame qui sévit dans les CHSLD. Nous organisons donc du mieux possible notre train-train quotidien. Des passe-temps relégués aux oubliettes refont surface. Sortons les vieilles cartes à jouer et les jeux de société des enfants des placards encombrés. Cuisinons, frottons, tricottons, cousons... parce qu'il faut se garder occuper et garder le moral. Une flambée d'empathie envahit Facebook, artistes, chanteurs, musiciens, humoristes encouragent monsieur et madame tout le monde en disant que ça va bien aller. Enseignants et enseignantes envoient des messages tout doux à leurs élèves. Des chaînes d'arcs-en-ciel voient le jour. Ascot Corner se joint au mouvement. Des images d'arc-en-ciel s'affichent aux fenêtres, des arches multicolores dessinées à la craie dans les rues égaient les marches quotidiennes permises. Il faut prendre de l'air!

Nos habitudes de vie changent. Aller à l'épicerie ou à la pharmacie devient compliqué. Il faut souvent faire la file à l'extérieur, se laver ou se décontaminer les mains, suivre des flèches, se tenir sur les pastilles collées sur le plancher, se distancer d'au moins deux mètres, emballer nous-mêmes notre marchandise, se relaver les mains quand nous arrivons à la maison, laver les sacs et je m'arrête là. Je m'essouffle! Porter un masque attire maintenant la sympathie, c'est beaucoup dire!

Au moment où j'écris ses lignes, le Québec commence à déconfiner. Plusieurs commerces ouvrent leur porte et les

élèves du primaire regagnent l'école. La province est déchirée. Certains disent que c'est trop tôt, d'autres disent qu'il est temps d'assouplir un peu les règles et qu'il faut faire tourner l'économie. Beaucoup de provinces ont fermé leurs écoles jusqu'au mois de septembre et elles affichent un nombre de cas et de décès plus bas que le Québec. L'avenir nous dira bien si notre gouvernement a pris les bonnes décisions.

Il faut se dire que ça va bien aller et il ne faut surtout pas perdre nos bonnes habitudes. Le coronavirus comporte aussi des avantages. Depuis que cette crise persiste, nous partageons davantage de temps avec notre famille immédiate, nous sommes plus créatifs pour amuser les enfants, nous cuisinons et mangeons davantage à la maison. Je peux dire, que je profite enfin de mes soirées. Je ne cours plus les activités à gauche et à droite. Nous désirons aussi acheter encore plus localement. D'ailleurs, il y a eu plusieurs initiatives pour encourager le commerce local. Mentionnons le **panier bleu**, un portail web encourageant et venant en aide aux entrepreneurs québécois durement touchés par la crise, lancé par le gouvernement du Québec. La plateforme, **Ma zone Québec**, permet de découvrir les entrepreneurs locaux et d'acheter des produits et services selon la région où nous habitons. Notre société délaissera probablement un peu plus la mondialisation pour que les entreprises recentrent leurs activités au Québec. M. Legault l'a bien spécifié, le Québec doit devenir autonome en ce qui concerne l'approvisionnement en alimentation et produits médicaux : masques, gants, blouses et autres vêtements d'hôpitaux.

Plusieurs entrepreneurs ont fait preuve d'imagination. Plusieurs cafés, restos, petites épiceries se sont tournés vers la livraison pour continuer à servir leur quartier, des petites entreprises se sont davantage tournées vers la vente en ligne ou ont diversifié leurs produits.

Et n'oublions surtout pas, le grand impact positif de la Covid 19 sur l'environnement. D'abord, nous réduisons les sorties en voiture en allant, par exemple, à l'épicerie, à la pharmacie et faire le plein en une seule fois. La circulation est beaucoup plus faible que d'ordinaire. Il se consomme beaucoup moins d'essence ce qui permet une réduction des gaz à effet de serre et une meilleure qualité de l'air autour de grandes villes. Espérons, cependant que la diminution actuelle de la consommation et de la pollution ne soit suivie d'un « effet de rattrapage » lorsque la crise sera finie.

Bref, le coronavirus nous amène à une prise de conscience sur nos habitudes de vie. Elle démontre aussi, que nos gouvernements, sont capables dans un court laps de temps, de se concerter, se coordonner et trouver des solutions efficaces pour contrer une crise sanitaire et éviter une récession économique. Il faudrait maintenant qu'ils déploient la même énergie et efficacité face à la crise climatique qui n'est pas momentanée mais bien persistante. Souhaitons-nous de meilleures habitudes de vie après la Covid et l'envie de changer notre société pour le mieux.

**Texte d'opinion par Sylvie Rouillard**



Sylvie Rouillard

Sources :

<https://www.lepanierbleu.ca/>

<https://www.mazonequebec.com/>

<https://www.lapresse.ca/covid-19/202003/19/01-5265564-les-mesures-disolement-sont-benefiques-pour-lenvironnement.php>

# Opinion du lecteur

Mesdames et messieurs du conseil d'administration du journal aux Quatre Coins.

Après avoir pris connaissance du texte sur l'anniversaire des 35 ans du journal communautaire d'Ascot Corner rédigé par Hélène Bédard, éditrice, je me vois obligé de vous informer des événements qui ont mené à la rédaction de la première édition produite en janvier 1986.

Lors du Sommet des loisirs tenu le 1er juin 1985, j'étais présent comme conseiller municipal avec une oreille tendue. Oui, l'idée de créer un journal communautaire a été lancée. Mais malheureusement aucun suivi n'a été implanté publiquement, à ce que je sache, soit par le conseil dirigé par l'ex-maire Jean Hardy ou bien par le conseil des loisirs. Pourquoi? Entre le 1er juin 1985 et le 3 novembre 1985, il s'est écoulé cinq mois sans aucune procédure amorcée pour réaliser l'idée de lancer un journal communautaire.

Au début du mois d'octobre 1985, Jean-Claude l'Espérance a appris que moi, Jacques Langlois, j'avais l'idée de me présenter comme candidat à la mairie d'Ascot Corner le 3 novembre 1985. Par la suite, M. l'Espérance est venu me voir pour me dire que lui aussi avait l'intention de se présenter comme conseiller. Nous avons discuté ensemble de choses et d'autres et j'ai établi un plan dont je lui ai fait part si nous étions élus. Jean-Claude a accepté les conditions.

Le 3 novembre 1985, moi, Jacques Langlois, j'ai été élu Maire d'Ascot Corner ainsi que M. l'Espérance comme conseiller. J'étais convaincu depuis les années 80 que la municipalité avait un urgent besoin d'un média d'information pour informer la population des différentes nouvelles émanant du Conseil Municipal ou des différents groupes sociaux de sa municipalité.

À la première réunion publique du conseil, en décembre 1985, comme maire, j'ai donné les mandats et responsabilités à chacun des conseillers. Jean-Claude l'Espérance s'est vu attribué le mandat de voir à la réalisation du journal communautaire très attendu depuis fort longtemps par la population. Au même moment, je l'ai informé de mes attentes comme maire. Je ferais un suivi rigoureux de l'évolution du journal et de ses coûts de réalisations. Je tenais à ce que le journal s'autofinance éventuellement.

M. l'Espérance s'est joint aux différents organismes de la municipalité qui ont formé un comité de travail pour produire une première édition du journal communautaire de qualité en peu de temps, soit seulement deux mois. Comment expliquer ce peu de temps? Pour moi **quand la volonté et le désir se mettent ensemble pour réaliser un projet, l'énergie complète la démarche.**

Voilà, suite à la procédure ci-haut décrite pour réaliser un journal communautaire à Ascot Corner, moi, Jacques Langlois, ex-maire, je réclame du conseil d'administration du journal Aux Quatre Coins le crédit d'avoir initié la mise en œuvre de la procédure à la rédaction d'un journal communautaire à Ascot Corner. Le dicton, rendre à César ce qui est à César, est toujours vrai selon moi, c'est un renforcement positif.

Finalement, une photo du conseil municipal inaugurant le Journal communautaire comme signe d'une nouvelle transparence à Ascot Corner fut publiée dans le Journal La Tribune le 14 janvier 1985.



Jacques Langlois

*Jacques Langlois, ex-maire*



**CENTRE  
D'ACTION BÉNÉVOLE**  
DU HAUT-SAINT-FRANÇOIS

**Popote congelée : 5\$/repas**



La popote congelée est livrée à toutes les semaines au cours de la pandémie. De plus, vous recevrez un repas gratuit à l'achat de 8 repas et ce, même sur la livraison. Le menu est disponible sur notre site web cabhsf.org ainsi que sur notre page **Facebook**. La livraison est gratuite. Vous pouvez aussi nous contacter au 819-560-8540 pour plus d'information ou afin de passer votre commande.

## Appels amicaux et sécurisants :

Vous avez le goût de recevoir un appel? Vous avez besoin de parler? Quelqu'un que vous connaissez semble en difficulté? **Contactez-nous au 819-560-8540.**

Nous sommes là pour vous!



# Corporation des loisirs d'Ascot Corner

La Corporation est un organisme sans but lucratif regroupant des bénévoles fous de la culture, des arts et des loisirs.

Notre but est d'organiser et coordonner des loisirs pour les citoyens d'Ascot Corner. La corpo est aussi partenaire avec d'autres organismes pour favoriser la réussite des activités.

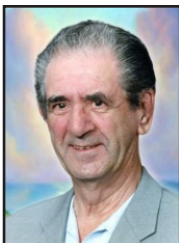
Vous êtes les bienvenus dans notre équipe dynamique, on a besoin de vos idées.

**Présidente** Manon Saint-Louis 819 674-0127

**Vice-président** Stéphane Rioux

## Les départs...Les arrivées...

Au CHSLD Argyll, le 2 mai 2020, à l'âge de 87 ans et 2 mois, est décédé monsieur **Jean-Émile Dubreuil**, époux de feu Marie-Blanche Sanschagrin, fils de feu Wilfrid Dubreuil et de feu Hélène Laflamme, demeurant à Sherbrooke. Monsieur Jean-Émile Dubreuil laisse dans le deuil son fils Jean-Marc Dubreuil (Pauline La montagne), ses frères et sœurs feu Marie-Blanche (feu Armand Luc), feu Elizabeth (feu Paul Lavertu), feu Germaine (feu Joseph Ruel), feu Maurice (feu Mariette Brouillette), feu Bella (en 1ère noce feu Josaphat Sanschagrin et en 2e noce feu Léonard Rhéaume), feu Gérard (feu Noëlette Godbout), feu Léo (Nicole Hébert), feu Roger (France Charbonneau), feu bébé décédé, feu Roland (Thérèse Favreau), Robert (feu Bibianne Auclair), feu Monique, Micheline (feu Origène Hallé), feu Yvan (Pierrette Théberge), feu Denis (Diane Riendeau) ainsi que ses beaux-frères, belles-sœurs Sanschagrin de même que plusieurs neveux, nièces, autres parents et amis.



À l'Hôtel-Dieu de Sherbrooke, le 4 mai 2020 à l'aube de ses 99 ans est décédée madame **Marie-Jeanne Lambert-Bresse**. Elle était l'épouse de feu Roger Bresse et la dernière survivante de la famille de feu Josaphat Lambert et de feu Léontine Messier de Bromptonville. Elle laisse dans le deuil ses enfants et ses petits-enfants : Lise (Grégoire), François (Carmen), Nathalie (Jacques) et Steve, France (Bertrand), Stéphane (Émilie), Karolyne (Roger) et Dominic, Jacques (Louise), Sunny, Cathy et Mégam, Lucy (Pierre), Cindy (Dino) et Jean-François (Becky), Alain (Chantal), Patrick (Louise) et Josée-Lise (Vincent), Suzanne (Claude), Hugues (Rachel) et Maude (David), à son fils d'accueil Réal Martin (Véronique et Yannick), ainsi que ses 20 arrière-petits-enfants et son arrière-arrière-petite-fille. Mme Lambert laisse également dans le deuil ses belles-sœurs : Diane Longpré (feu Fernand Lambert), Jeannine Vermette (feu Léo Lambert). Elle était aussi la soeur de feu Marguerite (feu Narcisse Boisvert), feu Gérard (feu Pauline Rousseau), feu Georgette (feu Raymond Pomerleau). Sa belle-famille (feu William Bresse et feu Émilie Lauzon), feu Joachim (feu Évelyne Brochu), feu Théophile (feu Yvette Roy), feu Simone (feu Georges Émile Brochu), feu Cécile (feu Gaston Chaunt), feu François Bresse (Hélène Couture), feu Diane (feu Normand Patient), feu Guy,



feu Médora Laliberté (feu Ubald Lacroix), feu Éva Laliberté (feu Georges Lacoix) et feu Omer Laliberté (feu Diana Laprise) ainsi que de nombreuses nièces et neveux des deux familles.

Au CSSS-IUGS pavillon St-Vincent, le 21 avril 2020, à l'aube de ses 94 ans, est décédée madame **Fleurette Rodrigue**, épouse de feu J.Bertrand Couture, fille de feu Alphonsine Breton et de feu Odias Rodrigue. Elle demeurait à Sherbrooke, autrefois à Ascot Corner. Madame Rodrigue laisse dans le deuil ses enfants; Andrée (feu Pierre Lussier), Rodrigue (Denise Denis), René (Andrée Boisvert), Jean-Luc (Hélène Daigneault); ses petits-enfants : Marie-Pierre (Mike), Félix-André (Geneviève); Marie-Claude (François), Jodianne (Marc-Denis), Marc-Antoine (Rosalie) et leur mère Francine; Mélissa (Mat), Eric (Mélanie), Daniel (Julia), Guillaume (Odile); Noémie, Raphaëlle, Laurie et leur mère Linda. Elle laisse également ses 19 arrière-petits-enfants. Elle fut précédée par tous ses frères et sœurs, laissant ainsi derrière elle ses beaux-frères et belles-soeurs : Conrad (Claudette), Renaud (Mariette), Lionel, Lucette, Isabelle et Irène. Elle laisse aussi dans le deuil de nombreux neveux, nièces, autres parents et amis.



Le 6 mai 2020, à l'âge de 89 ans, est décédée madame **Thérèse Talbot Payeur**, fille de feu Constant Talbot et de feu Stella Clément et l'épouse de feu Louida Payeur. Elle laisse dans le deuil ses enfants : Linda, Sylvie (Michel Raynault), Anne (Denis Paré), Louis (Véronique Roy), Marie, Robert (Johanne Ouellet), et Lucie ; ses petits-enfants : Dominic, Jérôme, Martin, Myriam, Gabrielle, Mathieu, Cédric, Nathan, Mylène, Charles, Maxime, Chloé, Nicolas, Christophe et Livie ; ses 15 arrière-petits-enfants. Elle laisse également dans le deuil ses soeurs et ses frères : feu Raymond (feu Rollande Laventure), feu Cécile (feu Willie Rousseau), feu Jean-Hubert (feu Jeanine Simard), feu Henri (feu Thérèse Savage), feu Willard (feu Cécile Leclerc), feu Madeleine (feu Benoît Lemieux), feu Clément (Huguette Desruisseaux) et Stella (feu Louis Cryan), ainsi que ses belles-soeurs et beaux-frères : Candide (Harry Tawfik), Gisèle (feu Marcel Lavigne), Jeanine (feu Rock Bédard), Denyse (Jean Paul Clermont), Anicet (Yolande Legault), et feu Claire; ainsi que de nombreux neveux, nièces, autres parents et amis.



### Pneus Mécanik F. Roberge inc.



François Roberge  
Propriétaire

5630, rue Blouin  
Ascot Corner, QC J0B 1A0

Téléphone : 819 565-4934  
Télécopieur : 819 565-4654



**SOGHU**  
Société de gestion des huiles usagées

Dans le respect de l'environnement,  
les huiles usées, filtres, contenants  
et aérosols peuvent être déposés  
à ces deux endroits :

**Garage Roberge Gaudreault**  
4987, Route 112  
Ascot Corner QC J0B 1A0  
819 562-5935  
Du lundi au vendredi  
de 8 h à 17 h

**Municipalité d'Ascot Corner**  
5590, rue Blouin  
Ascot Corner, QC  
819 564-6411  
Du lundi au vendredi  
de 7 h 30 à 16 h 30



# Index des publicités

Arpenteurs-géomètres - ecce terra.....	24
Atelier Chantal Skilling .....	25
Bain Magique .....	15
BMR G. Doyon Centre de rénovation.....	16
Carrefour jeunesse-emploi du Haut-Saint-François.....	28
Centre d'action bénévole du Haut-Saint-François.....	28
Centre local de développement du HSF.....	16
Chambre de commerce du Haut-Saint-François.....	24
Chevaliers de Colomb, conseil 11929.....	14
Clinique Michel Lessard.....	19
Clinique Pluriel santé.....	19
Corporation des loisirs d'Ascot Corner .....	31
Créations Jade .....	10
CuisiAscot inc.....	33
Desjardins Caisse des Deux-Rivières de Sherbrooke .....	14
Distributions Payeur inc. ....	14
Excavation M. Toulouse.....	24
Excavation Steve Leblanc.....	24
Familiprix .....	6
François Jacques, député de Mégantic .....	22
Garage Roger Gourde .....	28
Groupe Paré.....	33
IGA Couture .....	12

Importations A. Rivard inc.....	28
Infirmière - Marie des Anges .....	28
JF Transport .....	14
Les Automobiles 112.....	16
Les eaux Sylvain Bernier.....	10
Les Terreaux MN .....	9
Luc Jacques Service .....	28
Maçonnerie M. Corriveau.....	4
Marie-Claude Bibeau, députée fédérale.....	33
Marie-Claude Savard, infirmière .....	33
Michel Donaldson, mini-excavation.....	28
Municipalité d'Ascot Corner.....	12
Pharmacie Jean Coutu, Lapointe et Mongeau .....	8
Pizzeria Aux 2 frères .....	22
Plomberie Labo inc.....	24
Pneus Mécanik F. Roberge inc.....	32
Pompes Traitements d'eau Bernier .....	28
Remax D'Abord, Éric Godbout .....	34
Remax D'Abord, Mario Goupil .....	24
SADC du HSF .....	16
Salon Cocorico coiffure.....	24
SOGHU .....	32
Usinage RM.....	24
Vachon Céramique .....	11



**Hon. Marie-Claude Bibeau**  
DÉPUTÉE COMPTON • STANSTEAD M.P.

175, rue Queen, bureau 204  
Sherbrooke (Québec) J1M 1K1  
marie-claude.bibeau@parl.gc.ca

819 347-2598  
www.mcbibeau.liberal.ca  
mclaudibibeau

**CUISIASCOT inc.**

Mobilier • Cuisine  
Salle de bain • Walk-in

5477, Route 112, Ascot Corner  
**819 481-1122 • 819 346-2020**  
cuisiascot.com

**Marie-Claude Savard**  
Infirmière en soins  
podologiques  
à domicile

Pratique professionnelle et  
sécuritaire  
**819-943-3526**  
savardmarie50@gmail.com  
Membre OIIQ et AIIISPQ

**GROUPE PARÉ**

Gian-Carlo Paré • gc@groupepare.ca  
819.437.4414 • www.groupepare.ca  
755, rue Paul-Desruisseaux  
Sherbrooke, QC J1J 4L9

Suivez-nous via facebook • Les Dépanneurs du Groupe Paré



# ÉRIC GODBOUT

Courtier immobilier

Cellulaire : **819 571-5350**

Bureau : **819 822-2222**

*À Ascot Corner  
depuis 19 ans*



*Je vise votre  
satisfaction!*



**RE/MAX**  
d'abord inc.

AGENCE IMMOBILIÈRE

## SECTEURS D'ACTIVITÉ : RÉSIDENTIEL • IMMEUBLES À REVENUS • TERRAINS



**569 900 \$.** Juste WOW! Secteur de rêve dans une rue sans issue aux limites de Fleurimont. Magnifique maison avec un terrain de plus de 74 000 pi<sup>2</sup> avec une partie boisée pour une super intimité. Trois salles de bain, cuisine fonctionnelle à aire ouverte, plafond cathédrale pour maximiser la luminosité. Garage détaché sur 3 étages, etc.



**234 900 \$.** Construction 2016 avec 3 chambres à coucher, 2 salles de bains, aire ouverte et grande salle familiale. AUCUN voisin à l'arrière, très très lumineux ! ...



**299 000 \$.** 4 logements dans un secteur recherché près du Cégep et Centre-ville. Tout en brique, rénové et très bien entretenue. Beaucoup de rénovations effectives. Thermopompe centrale (2018) pour le logement du propriétaire occupant.



**209 900 \$.** Maison- chalet 4 saisons avec plus de 50 acres. Clé en main ce site enchanteur sera vous conquérir. Très intime et beau terrain boisé pour les passionnées de la nature et chasseur.

### DATES DE TOMBÉE ET DE PUBLICATION POUR 2020

Numéro	Tombée	Publication	Numéro	Tombée	Publication
1	15 janvier à 15 h	1 <sup>er</sup> février	6	15 juin à 15 h	Début juillet
2	15 février à 15 h	1 <sup>er</sup> mars	7	15 août à 15 h	1 <sup>er</sup> septembre
3	15 mars à 15 h	1 <sup>er</sup> avril	8	15 septembre à 15 h	1 <sup>er</sup> octobre
4	15 avril à 15 h	1 <sup>er</sup> mai	9	15 octobre à 15 h	1 <sup>er</sup> novembre
5	15 mai à 15 h	1 <sup>er</sup> juin	10	15 novembre à 15 h	1 <sup>er</sup> décembre

Le contenu des espaces publicitaires et des articles doit parvenir au Comité de Journal pour les dates de tombée des articles

**Hélène Bédard, 819 566-7166 – [journal.ac@live.ca](mailto:journal.ac@live.ca)**

# Un confinement dans le plaisir



Anaïs Bourget avec sa guitare faite maison.



Alysson Paquette qui profite du beau temps pour se balader.



Nicolas Masson sur sa planche à roulette.



Érika Charland à la découverte de l'ail des bois.



Sam Masson et son grand frère Nicolas s'amuse à l'extérieur, beau temps, mauvais temps.



Zack et Lori Laflamme qui profitent de la neige durant le confinement.



William et Daphnée Harvey mettent la main à la pâte.



Auguste, Édouard et Arthur Rancourt ont fait du camping de confinement.



Lori Laflamme avec son super lapin.

# Un confinement dans le plaisir



Félix, Alex et leur mère profitent du confinement pour marcher en forêt.



Éric Bourget et sa fille Anaïs qui construisent des routes et des maisons de sable.



Henri, Léo et Lambert Guillette qui enseignent à leur petite sœur Simone l'art de la pâte de sel.



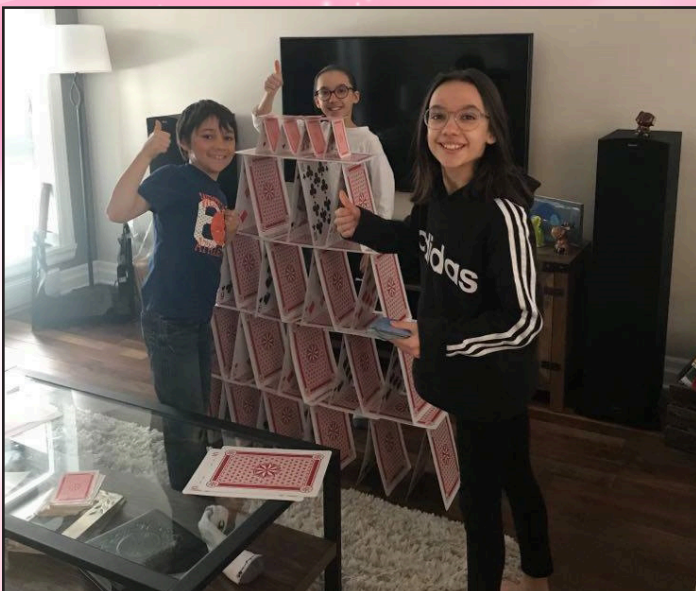
Sofia, Maelly et Antoine Toulouse, cuisiniers en herbe.



Lyanna Lemieux profite du beau temps pour pêcher au village.



Léo, Henri et Lambert Guillette affrontent le mauvais temps pour se balader à vélo.



Antoine, Sofia et Maelly Toulouse entourant leur château de cartes.



Félix et Alex Grenier dorment dans leur tente depuis le début du confinement.