

 819 821-2157

*Accommodation
L. Huard enr.*

Propriétaires
Lucie Huard
Jean Huard

4483, Route 112
(coin Galipeau)
Ascot Corner, QC J0B 1A0

TRAVAUX DE TOUS GENRES

Résidentiel - Commercial - Industriel
Informatique - Câble - Téléphone
Alarme - Intrusion - Incendie
Service de nacelle

Distributeur
ConvectAir

Installateurs & réparateurs certifiés
Planchers chauffants



Téléphone : 819 832-2137 Télécopieur : 819 832-2233

JC Bibeau Électrique
Au Courant de vos besoins

RBQ : 1848-5300
357, Saint-Jean Ouest
East Angus, QC

BÉBÉ MAUDE
Boutique

VENTE & ACHAT

- vêtements •
- meubles •
- accessoires •

NEufs & Usagés

Sonia Morin prop.
Tél. : (819) 822-1642
5543, Route 112 Ascot Corner J0B 1A0 Fax. : (819) 822-1129

BMR le groupe

CENTRE DE RÉNOVATION EAST ANGUS INC.

Matériaux de construction
Portes et fenêtres
Service de livraison

Gilles Doyon
Propriétaire

Quincaillerie spécialisée

282, rue Angus Sud
East Angus (Québec)
J0B 1R0
Tél. : (819) 832-4944
Fax : (819) 832-4947

COBRA jeans

Cobra Jeans Vêtements mode

- Femmes • Hommes
- Adolescents

Grandeur jusqu'à 3 X
Jeans jusqu'à 46

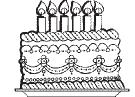
Jocelyne Pilote, gérante

5566, Route 112
Ascot Corner, QC
819 565-4630


TS pâtisseries en folie...

(819) 566-8846

Dany Boulet
à votre service!



110, rue Desruisseaux
Ascot Corner, QC J0B 1A0

ORDINAPLUS
Édition Electronique

41, chemin Galipeau
Ascot Corner (Québec) J0B 1A0
Téléphone : 819 563-2854
Télécopieur : 819 563-7781

Marie Gagnon
Richard Lareau

BOUCHERIE CLÉMENT JACQUES

charcuterie - viande de gibier
produits maison
viande froide assortie
viande pour congélateur



ici on peut parler au boucher

Sébastien Jacques
Jacques Belanger
Place Jacques-Cartier
50, boul. Jacques-Cartier N.
Sherbrooke, QC J1J 2Z8
Tél.: 819 563-3840 • Téléc.: 819 563-9991

Normand Pinard
Patrick Pinard
Terrasse 777
777, rue King Est
Sherbrooke, QC J1G 1C6
Tél.: 819 823-0803 • Téléc.: 819 823-8673

Plus de 90 produits maison fabriqués ici

JOURNAL COMMUNAUTAIRE D'ASCOT CORNER

Septembre 2007 - Volume XXII - Numéro 5



Kermesse du 23 juin 2005 à l'école La Source-Vive. Photo de Noë Bergeron.

**CLUB D'ÂGE D'OR
SOIRÉE DANSANTE ET SOUPER
LE 22 SEPTEMBRE**

Page 5

**CORPORATION DES LOISIRS
ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE
LE LUNDI 10 SEPTEMBRE À 19 H**

Page 8

**COMITÉ D'INITIATION SACRAMENTELLE
SOIRÉE D'INFORMATION
LE LUNDI 10 SEPTEMBRE À 19 H**

Page 13

**GRILLE DES ACTIVITÉS OFFERTES
POUR LA SESSION
D'AUTOMNE 2007**

Page 13

*Chambre
de commerce
d'East Angus
et région*

Président : Gilles Bruneau
Téléphone : 819 832-4950

Les Chevaliers de Colomb d'Ascot Corner

Conseil 11929

Brunch du dimanche 10 h à 14 h

RESTAURANT DE L'AÉROPORT SHERBROOKE

Service de traiteur Buffet chaud et froid

Venez manger dans l'ambiance magique des envolées et atterrissages des avions

900, chemin de l'Aéroport, Cookshire-Eaton (Québec) J0B 1M0
Téléphone : 819 832-4275 • Télécopieur : 819 563-7939

Déménagement Royal
(819) 562-0303

1-866-384-0303 Fax : (819) 562-0624

POUR NOUS LE CLIENT EST ROI

Construction
M. Goddard inc.
Tél. : 819-821-2163
Cell. : 819-822-6321
R.B.Q. 8332-4764-11
mgoddard@videotron.ca

- construction
- rénovation
- résidentiel
- commercial

Volume XXII - Numéro 5

Septembre 2007

Les Distributions Payeur inc.

Téléphone : 819 821-2015
Sans frais : 1 888 821-2015
Télécopieur : 819 820-0490
Site Web : www.payeur.com
Courriel : info@payeur.com

Louida Payeur
Président

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

BOULANGERIE Bertrand

Marc Trépanier et Stéphane Marois

Téléphone : 819 878-3486
1 800 616-1293
Télécopieur : 819 878-3327
boulbertrand@aci.ca

Dépanneur G.M. Zhang

Bière - Vin - Nettoyeur - Vidéo
Télécopieur - Timbres

5629, Route 112, Ascot Corner
819 821-2320

Hélène Bédard
Vice-présidente
Vice-president

AESCULAP®
IMPORTATIONS A. RIVARD inc.

Distributeurs AESCULAP Distributors

5827, Route 112
ASCOT CORNER (Québec) J0B 1A0 819 562-6541

POUR NOUS LE CLIENT EST ROI

- ◆ Aucuns frais cachés
- ◆ Assurances complètes
- ◆ Déménageurs professionnels et courtois
- ◆ Estimation gratuite
- ◆ Entreposage et emballage
- ◆ Service tapis rouge
- ◆ Local et longue distance
- ◆ Remorque plate-forme

UN CONSEILLER IRA CHEZ VOUS

C. Turcotte

• Pièces d'autos usagées

ACHETONS : Autos et camions accidentés
Autos usagées pour pièces

513, chemin Galipeau, Ascot Corner (Québec) J0B 1A0
Propriétaire : Christian Turcotte
Téléphone : (819) 346-7981

EXCAVATION M. TOULOUSE

2377, rue King Est
Fleurimont (Québec)
J1G 5G7

Tél. : (819) 564-7018
Téléc. : (819) 564-7701
Licence RBQ : 1330-6782-34

BOUCHERIE DE L'ESTRIE (1990) enr.
Spécialiste des prix et de la qualité

Jerry Guay prop.
1000, 12e avenue Nord
Fleurimont Québec J1E 2X3

MÉCHOUÏ
Boeuf de l'Ouest Gros et détail

Budget
Tel.: (819) 563-1353
Fax: (819) 563-2145

Les travaux forestiers et excavation A. Simard

Tête multifonctionnelle • Mini transporteur
Débardage • Coupe sélective

André Simard • Rés. : 819-823-7686 • Cell. : 819-571-8472

Numéro	Dates de Tombée des Articles	Dates de Publication
1.	15 Janvier	1er Février
2.	15 Mars	1er Avril
3.	1er Mai	15 Mai
4.	1er Juin	15 Juin
5.	14 Août	28 Août
6.	13 Septembre	1er Octobre
7.	15 Octobre	1er Novembre
8.	1er Décembre	15 Décembre

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

Journal communautaire

Camions Freightliner de l'Estrie
Tardif Diesel inc.



4388, Route 112
Ascot Corner (Québec)
JOB 1A0
Téléphone : (819) 569-2575
Télécopieur : (819) 569-2577

Gaston Tardif
Gaétane Plamondon
propriétaires

Rés. : (819) 864-4976
Cell. : (819) 821-0677
Pag. : (819) 822-7155
tdestrie@videotron.ca

**Centre du pneu et mécanique
Duhame et Roberge**



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

Chantale

François

5630, rue Blouin, Ascot Corner (Québec) JOB 1A0



5556, route 112
Ascot Corner (Québec)
JOB 1A0

Téléphone : 819 563-3921
Télécopieur : 819 563-3321
Courriel : depanneurrelais112@hotmail.com



**MAÇONNERIE
M. CORRIVEAU INC.**

Licence RBQ : 2973-1700-82

CONSTRUCTION — RÉNOVATION
• Pose de blocs, briques et pierres
• Cheminées

Martial Corriveau
608, chemin Biron
Ascot Corner, QC

Tél. et télec. : 819 346-2739
Cell. : 819 822-6559

Septembre 2007

**OLYMPIQUE
MÉTAL**

Denis Bourque, prop.

3804, chemin Bibeau
Fleurimont (Québec) J1H 5H2

**ACIER
MÉTAUX
REBUTS**

Achetons carcasses
d'automobiles

(819) 563-8012
Fax: (819) 563-8212

VISTECH
LES FONDATIONS

FONDATION EN ACIER
SÉCURITAIRE • DURABLE • GARANTI

- solarium • abri d'auto • verrière •
- système de pieux en acier •
- n'endommage pas le terrain •

525, ch. du Parc Industriel, Bromptonville, Qc. JOB 1H0

APCHA
ASSOCIATION
DES CONSTRUCTEURS
DE CHÂSSIS INC.

François Roy
propriétaire

R.B.Q. : 8296-5534-41
www.pieuvistech.com
Tél. : (819) 820-4240
Téléc. : (819) 846-0793
Sans frais : 1 866-277-4389

achat échange réparation sérigraphie brode vente entretien vêtements promotion



Sports Trans-Action

www.sportstransaction.com

1626, rue Galt Est
Fleurimont, (QC), J1G 3H5
Tél. (819) 823-9171/Fax (819) 823-2272

Danny Morin (prop)

Conception personnalisée
Service professionnel
Salle de montre

Pose de marbre, granit,
mosaïque, ardoise,
– Tuile céramique de qualité

Téléphone : 819.573.5289

Télécopieur : 819.573.5277 – Licence RBQ : 2416-2000-65
4571, Route 112, Ascot Corner (Québec) JOB 1A0



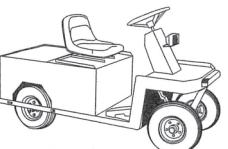
Pizzéria aux 2 frères

Coupon rabais

Pizza medium à **9,99 \$**

Sur présentation de ce coupon. Valide en 2007.

MOTREC



**Manufacturier de véhicules
et tracteurs électriques**

200, Des PME
Sherbrooke, QC J1C 0R2

Téléphone : **819 846-2010**
Télécopieur : 819 846-3050
www.motrec.com



Téléphone : 819 348-4352

PLOMBERIE



SPÉCIALITÉ : RÉSIDENTIEL
COMMERCIAL — INDUSTRIEL

JACQUES CLOUTIER ASCOT CORNER (QUÉBEC)



Pierre Tremblay

3171, rue King Est
Fleurimont (Québec) J1G 3J1

Tel. : 819.565.8665
Téléc. : 819.565.1156
www.raiche-tremblay.com
pierre@raiche-tremblay.com

Résidentiel • Commercial • Industriel

GARAGE ROGER GOURDE
Spécialités :

FRAME MASTER (accidentés)
Redressement de châssis

- Débosselage • Peinture
- Remplacement de vitres



819 569-4040

MINI-EXCAVATION

Michel Donaldson



Cellulaire : 819 822-4818
Résidence : 819 820-0655

- Nettoyage de drains haute pression
- Inspection par caméra
- Marteau hydraulique
- Bucket 10 / 17 / 31
- Pieux vissés
- Drainage

Pour vous annoncer dans le Journal communautaire : 565-7400

PublicitéDR.com

www.publicitedr.com

Une entreprise de chez nous

Napperons et menus de restaurants, tasses, circulaires, bloc-notes, stylos, carnets de factures, cartes d'affaires, infographie, lettrage par ordinateur, objets promotionnels.

PUBLICITÉ SUR NAPPERONS

150 \$ format carte d'affaires pour 25 000 copies

Denis Roy, propriétaire

Bureau : **819 820-8688**

Télécopieur : 819 346-4895
denis@publicitedr.com

RESTAURANT



OUVERT

Lundi au vendredi de 7 h à 19 h
Samedi de 8 h à 15 h

NOUVEAU

Dimanche de 8 h à 15 h
Déjeuners servis en tout temps

Spécial du jour

6,45 \$ - taxes incluses
(soupe, repas, dessert, thé ou café)
Commandes pour emporter
4495, Route 112 - Ascot Corner

819 820-2854

ROGERS
SANS-FIL

Denis Roy, représentant

Pagette activée 1 an
99,95 \$ + taxes
Cellulaire à la carte
99,95 \$ + taxes
(après rabais postal et de temps d'antenne)

Solution Cellulaire

4493, Route 112
Ascot Corner (Québec) J0B 1A0

Téléphone : **819 820-8688**
Cellulaire : 819 432-3920
denis@publicitedr.com

Solution Cellulaire
CONCESSIONNAIRE AUTORISÉ

Septembre 2007

Salon Cocorico COIFFURE
Du style pour elle et lui
Nathalie Bresse, propriétaire
819 823-8694
285, chemin Boucher, Ascot Corner

SALON MONIQUE
Monique Boucher, Prop.
Coiffure pour dames
Bronzage U.V.A.
5693, rue Principale
Ascot Corner, QC **819 563-6682**

Auto PLACE
MAÎTRE MÉCANICIEN
SERVICE DE PNEUS COMEAU INC.
133 Angus Sud
East Angus (Québec) J0B 1R0
Tél.: (819) 832-3928
Alignment Freins
Pneus Silencieux
Suspension Vidange d'huile
LA PLACE POUR VOTRE VÉHICULE

Les Jardins de Lily
ENTRETIEN PAYSAGER • PLANTATION • CONSEILS
Lily Boisvert, prop.
Horticultrice diplômée
Cell. : (819) 571-8750 • Rés. : (819) 562-5736

Sylvie Thibault
Esthéticienne
• pose d'ongles
• soins du corps
• électrolyse

tél 819 563 4346
6240, Route 112, Ascot Corner

USINAGE
Richard Matteau
président
www.mediaweb.ca/usinagerm
/usinagerm@qc.aira.com
189, Angus Sud
East Angus, QC
J0B 1R0
• Usinage de précision, petite ou grande quantité
• Fabrication et conception de machinerie spécialisée
• Soudure et assemblage
819 832-4803 **1 877 832-4803**
819 832-4911 **1 877 832-4912**

Germain Fauteux
5637, Route 112
Ascot Corner **819 346-1884**

Pierre et Fabien, props.
Pizzéria
Aux 2 frères
Menu régulier • Menu pour les 12 ans et moins
SPÉCIAUX du JOUR sur semaine de 11 hrs am à 20 hrs pm
5626 route 112
ASCOT CORNER, J0B 1A0
819-346-6333
Fax: 346-2455

GRILLE TARIFAIRES

Prix unitaire

CARTE D'AFFAIRES :

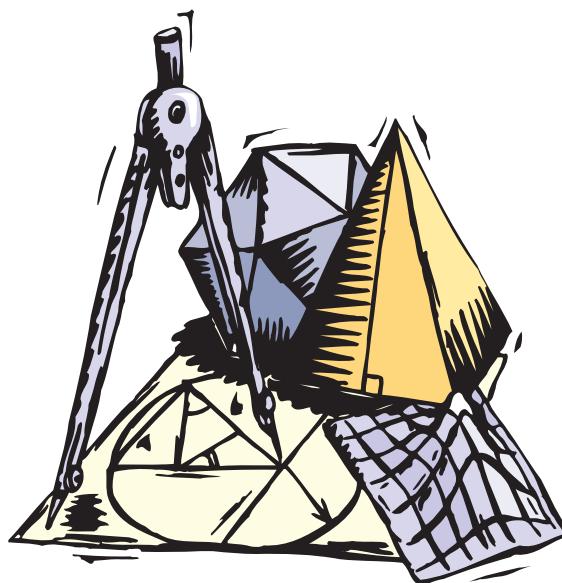
Format 2" sur 3 1/2" réduit à 85%

Une parution.....	20,00 \$.....	20,00 \$
Deux parutions.....	38,00 \$.....	19,00 \$
Trois parutions	54,00 \$.....	18,00 \$
Quatre parutions.....	67,00 \$.....	16,75 \$
Cinq parutions.....	79,00 \$.....	15,80 \$
Six parutions	88,00 \$.....	14,67 \$
Sept parutions.....	95,00 \$.....	13,57 \$
Huit parutions.....	100,00 \$.....	12,50 \$

CARTE D'AFFAIRES :

recto-verso pour coupon rabais

Une parution.....	40,00 \$.....	40,00 \$
Deux parutions.....	72,00 \$.....	36,00 \$
Trois parutions	102,00 \$.....	34,00 \$
Quatre parutions.....	128,00 \$.....	32,00 \$
Cinq parutions.....	150,00 \$.....	30,00 \$
Six parutions	170,00 \$.....	28,33 \$
Sept parutions.....	184,00 \$.....	26,29 \$
Huit parutions.....	200,00 \$.....	25,00 \$



UN TIERS DE PAGE : Format 2" 1/8 sur 6"

Une parution.....	40,00 \$.....	40,00 \$
Deux parutions.....	76,00 \$.....	38,00 \$
Trois parutions	108,00 \$.....	36,00 \$
Quatre parutions.....	135,00 \$.....	33,75 \$
Cinq parutions.....	158,00 \$.....	32,00 \$
Six parutions	177,00 \$.....	29,50 \$
Sept parutions.....	192,00 \$.....	27,43 \$
Huit parutions.....	202,00 \$.....	25,25 \$

UNE DEMI-PAGE : format 3 3/8" sur 6"

Une parution.....	50,00 \$.....	50,00 \$
Deux parutions.....	97,00 \$.....	48,50 \$
Trois parutions	140,00 \$.....	46,67 \$
Quatre parutions.....	179,00 \$.....	44,75 \$
Cinq parutions.....	215,00 \$.....	43,00 \$
Six parutions	248,00 \$.....	41,33 \$
Sept parutions.....	277,00 \$.....	39,57 \$
Huit parutions.....	302,00 \$.....	37,75 \$

UNE PAGE COMPLÈTE : format 7" sur 6"

Une parution.....	100,00 \$.....	100,00 \$
Deux parutions.....	193,00 \$.....	96,50 \$
Trois parutions	279,00 \$.....	93,00 \$
Quatre parutions.....	358,00 \$.....	89,50 \$
Cinq parutions.....	430,00 \$.....	86,00 \$
Six parutions	495,00 \$.....	82,50 \$
Sept parutions.....	553,00 \$.....	79,00 \$
Huit parutions.....	604,00 \$.....	75,50 \$

Coût des conceptions :

Carte d'affaires 10,00 \$

Un tiers de page 15,00 \$

Une demi-page 20,00 \$

Une page complète 25,00 \$

Gratuit pour un contrat annuel et plus

Le taux préférentiel pour le contrat annuel est accordé du 1^{er} janvier au 31 décembre seulement.

Prix de l'abonnement :

25,00 \$ (pour les non-résidents)

Information :

Jean-Yves Pilote, président, au 819 565-7400

Septembre 2007

Message du maire

Bonjour à vous tous. Cette belle période estivale tire déjà à sa fin pour faire place au retour des activités d'automne et à la rentrée scolaire. Ainsi, la piscine municipale ne reçoit plus de baigneurs depuis le 25 août.

Employés et élus n'ont pas cessé leurs activités. Le bureau municipal est demeuré ouvert de façon continue.

Nos employés se sont affairés à dégager les fossés, entretenir les parcs. Des travaux ont été effectués pour faucher les abords des chemins sur notre territoire.

Une demande de subvention a été adressée à notre députée madame Johanne Gonthier afin d'obtenir une aide financière dans le cadre du volet d'aide à l'amélioration du réseau routier municipal. Cette aide s'appliquera pour des travaux sur les chemins Sand Hill, des Sables et Galipeau.

Nous avons communiqué au ministère des Transports notre inquiétude concernant la sécurité de la Route 112. Nous appuyons notre demande en y ajoutant les lettres de nos citoyens.

Le conseil municipal a convenu de la nécessité d'adopter diverses politiques de gestion dont notamment

une politique environnementale. Et puisque

l'adoption d'une politique environnementale constituerait une première étape devant mener à l'élaboration d'une politique de développement durable,

la municipalité a procédé à l'embauche de monsieur Letenemeni Konate, chargé de projet en environnement, avec la participation financière d'Emploi-Québec au niveau d'une subvention salariale.

Concernant la convention collective, une entente de principes a été déposée.

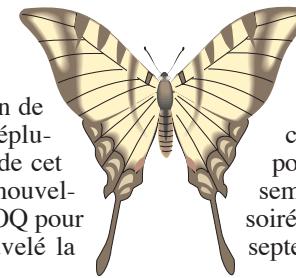
Je souhaite la bienvenue et félicite monsieur Jean-Marc Veilleux, directeur général, de son arrivée parmi nous pour la période d'absence de madame Rachel Jacques.

J'aimerais féliciter et remercier les membres du comité organisateur de la Fête nationale 2007 pour l'organisation et le succès remporté lors de la tenue des activités.

Fabien Morin, maire



Club d'Âge d'or



Bonjour chers membres! Déjà la fin de l'été! Nos activités ont repris avec l'épluchette de blé d'Inde du 25 août. Lors de cet événement, nous avons procédé au renouvellement des cartes annuelles de la FADOQ pour 2007-2008. Si vous n'avez pas renouvelé la

vôtre, contactez un de vos membres du comité de direction. Les jeux de baseball poche, cartes, et pétanque atout débuteront la semaine du 10 septembre à 13 h. La première soirée de danse avec un souper aura lieu le 22 septembre. Bienvenue à tous et à toutes.

Jean-Yves Pilote, secrétaire

Le *Journal Communautaire d'Ascot Corner* est publié 8 fois l'an. Il est distribué gratuitement à tous les résidants d'Ascot Corner. **Tirage :** 1040 copies. **Format :** 7" sur 8 1/2". Dépôt légal Bibliothèque Nationale du Québec : D 8751399.

Conception et mise en pages :

ORDINAPLUS ENR. – 819 563-2854

Révision : Mathilde Auger et Marie Gagnon

La prochaine réunion du Comité du *Journal Communautaire d'Ascot Corner* aura lieu le mardi 11 septembre à 19 h au Centre communautaire, 5699, rue Principale. Pour information : **Jean-Yves Pilote, président, 819 565-7400**

Journal communautaire, 5699, rue Principale, # 7, Ascot Corner, QC J0B 1A0 – Télécopieur : 819 821-0156 Courriel : jour.com.ascotcorner@videotron.ca

Pour information



AUTRES SERVICES

La municipalité est desservie par le 911	819 563-9999
Agressions sexuelles	819 346-2164
Al-Anon	819 846-0824
ALATEEN	819 563-0070
Alcooliques anonymes	819 566-5111
Ambulance	819 562-2625 ou 819 562-2871
Association des dépressifs et maniaxo-dépressifs	1 800 463-2363
Bureau de poste	819 821-3111
CALACS (agressions sexuelles)	819 563-9999
Centre d'actions bénévoles du HSF	819 877-3223
Centre Jean-Patrice Chiasson (drogues et alcool chez les jeunes)	819 821-2500
Centre jeunesse de l'Estrie	819 564-7100
CLSC - CHSLD du H.S.F.	819 821-4000
École de la Source-Vive	819 822-5678
Élixir (femmes - consommation)	819 562-5771
J.E.V.I. Prévention du suicide Estrie	819 564-1354
La Meridiennne (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	819 875-5451
Office municipal d'habitation	819 573-5019
Parents anonymes du Québec (parents abuseurs ou en difficulté avec leurs enfants)	1 800 361-5085
Parentraide (parents en difficultés)	819 563-8774
Polyvalente Le Bel	819 822-6869
Pompiers	819 832-2442
Secours Amitié Estrie	819 563-2323
Solidarité Haut-Saint-François	819 832-1877
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

ORGANISMES

Bibliothèque municipale	819 821-9901
Chevaliers de Colomb, Normand Fréchette (loisirsascotcorner@videotron.ca)	819 565-2871
Club d'Âge d'Or, Marie-Claire Deblois	819 821-3203
Club de soccer Les Dribbleurs, Denis Dionne	819 823-7824
Club de tennis de table, David Jacques	819 566-5011
Club optimiste, Denis Demers	819 562-4103
Club social et culturel, Jocelyne Pilotte	819 565-7400
Comité d'initiation sacramentelle, Marie-Jeanne Lessard	819 562-5670
Conseil d'établissement, Lyne Lecours	819 565-8251
Corporation des loisirs, Lise Bergeron	819 562-2555
Courtepointe point par point, Carmen Hallée	819 566-5499
Journal communautaire, Jean-Yves Pilotte	819 565-7400
La Fabrique, Maurice Ruel	819 562-6468
MUNICIPALITÉ (ascot.corner@qc.aira.com)	
Bureau municipal, 5655, Route 112	819 566-5436
Heures d'ouverture : lundi au vendredi	de 10 h à 12 h et de 13 h à 16 h 30
Coordonnateur des loisirs, poste vacant	819 821-9901
(loisirsascotcorner@videotron.ca)	
Réservation de locaux, Martin Dubé Centre communautaire, 5699, rue Principale	819 821-9901
Salle Aurélien-Fivard	819 821-2522
Salle Jean-Hardy	819 821-0156
Inspecteur municipal, Guy Besner	819 566-5436
Parc Pomerleau	819 562-7749
Parc Goddard	819 821-4527
Maire, Fabien Morin	819 566-0367
# 1 - Nathalie Bresse - Personnel et sécurité publique	819 820-0655
# 2 - Sylvie Boucher - Urbanisme.....	819 823-7441
# 3 - Patrick Langlois - Environnement	819 832-1616
# 4 - Élection à venir	
# 5 - Donald Lachance - Loisirs et immobilisation	819 562-0290
# 6, - Valérie Roy - Finances et sécurité publique	819 570-0955

Septembre 2007

37^e Congrès AA de Sherbrooke

C'est sous le thème « AA te tend la main » que se tiendra le 37^e Congrès AA de Sherbrooke, les 5, 6 et 7 octobre 2007, au Théâtre Centennial de l'Université Bishop's, arrondissement de Lennoxville. Ce congrès est ouvert au public et l'accès en est gratuit.

Cette activité annuelle permet de faire connaître le programme de rétablissement des Alcooliques anonymes à ceux et celles qui pensent avoir un problème avec l'alcool, ainsi qu'aux intervenants (professionnels de la santé, psychologues, thérapeutes, etc.) qui œuvrent auprès des alcooliques; un congrès permet également de renseigner l'entourage d'un alcoolique sur la maladie qu'est l'alcoolisme.

Le congrès AA de Sherbrooke débutera le vendredi 5 octobre à 19 h au Théâtre Centennial et se terminera le dimanche 7 octobre vers 12 h. Le programme de ce congrès est composé notamment de partages (témoignages) donnés par des membres. Deux partages spéciaux sont à souligner : « AA vu de l'extérieur », présenté par un non membre, et « Institutions pénales », soit AA tel que vécu à l'intérieur des murs. D'autres activités viendront agrémenter la fin de semaine : « Broue HaHa ! », une pièce de théâtre écrite et jouée par des membres! Samedi, une soirée de danse sans alcool... pourquoi pas? Des films seront aussi projetés dont « Bill et Bob » qui raconte les débuts de AA.



Al-Anon

De son côté, le programme Al-Anon, destiné aux familles et amis des alcooliques, sera présenté dans des locaux identifiés Al-Anon, au Théâtre Centennial.

Un mot sur AA

Alcooliques anonymes est un organisme à but non lucratif qui a pour but d'aider les personnes aux prises avec la maladie de l'alcoolisme à devenir sobres et à le demeurer.

C'est en 1935 qu'a eu lieu la première réunion des Alcooliques anonymes, à Akron en Ohio. Cette réunion était le résultat de la rencontre de nos deux cofondateurs, un agent de change à la bourse de New York, Bill W., et un médecin Bob S. Aujourd'hui, 70 ans plus tard, AA est présent dans plus de 175 pays et le programme est traduit dans plus de 50 langues.

Bienvenue à tous et à toutes

Si vous croyez avoir un problème avec l'alcool ou si un de vos proches est aux prises avec ce problème, si vous ne trouvez plus de solution... le 37^e Congrès AA de Sherbrooke, les 5, 6 et 7 octobre 2007, est peut-être l'amorce d'une nouvelle vie pour vous... et c'est gratuit!



Fromagerie

DUMATIN

FRESH FIRM CHEESE

HUMIDITÉ MOISTURE 44% À l'ancienne Old Fashioned Doux Mild 25% M.G. M.F.

FROMAGE FRAIS À PÂTE FERME

Produits de Chez-Nous C'est L'avenir

4676, Route 112, Ascot Corner, QC J0B 1A0

Le Journal communautaire est un outil formidable pour vous faire connaître.

Contactez
Jean-Yves Pilotte, président
819 565-7400



Virage Santé mentale

Activités à venir en septembre 2007

Cheminement du deuil suivant un décès. Démarche qui vise à donner du support à toute personne vivant un deuil suivant un décès. La démarche se déroule sur 13 rencontres, avec un nombre limité de participants et participantes. Dès que le groupe est constitué, personne d'autre ne peut s'ajouter. Deux groupes seront formés le mercredi 19 septembre 2007 au Centre communautaire de Weedon (209, rue Des Erables), à 19 h et le jeudi 27 septembre 2007 à La Patrie, à 13 h 30.

L'estime de soi 2

Vous avez participé à l'atelier l'estime de soi 1, Virage vous propose d'approfondir davantage votre estime de soi avec la deuxième partie de cet atelier. Les lundis 17, 24 septembre, et 1^{er}, 15, 22 et 29 octobre 2007 au Centre communautaire de Weedon (209, rue Des Erables), à 19 h.



Milieu de jour

Tous les mardis et vendredis, dès le mardi 18 septembre 2007, au 37, rue Angus Nord, à East Angus, de 9 h à 15 h, Virage vous offre un milieu de vie dynamique et accueillant qui suscite l'entraide, brise l'isolement et développe l'autonomie ainsi que l'équilibre des personnes vivant avec des problèmes de santé mentale.

Ces activités sont gratuites, il faut cependant s'inscrire à l'avance

Virage offre aide et entraide pour les proches de ceux et celles qui ont un problème avec le jeu.



Desjardins

Caisse populaire de la Saint-François

Prêt hypothécaire Desjardins!

Vous pourriez obtenir jusqu'à 1,5 % de rabais la première année.

Informez-vous de nos produits hypothécaires auprès d'un conseiller :

819 566-2515

Siège social
1832, rue Galt Est
Sherbrooke (Québec) J1G 3H8

Centre de services Ascot Corner
5670, rue Principale
Ascot Corner (Québec) J0B 1A0

Centre de services Lennoxville
174, rue Queen
Sherbrooke (Québec) J1M 1J9

AOÛT • SEPTEMBRE 2007						
DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
26 AOÛT	27	28	29	30	31	1 SEPTEMBRE
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

À moins d'avoir contre,
toutes les activités ont lieu
au Centre communautaire,
5699, rue Principale.

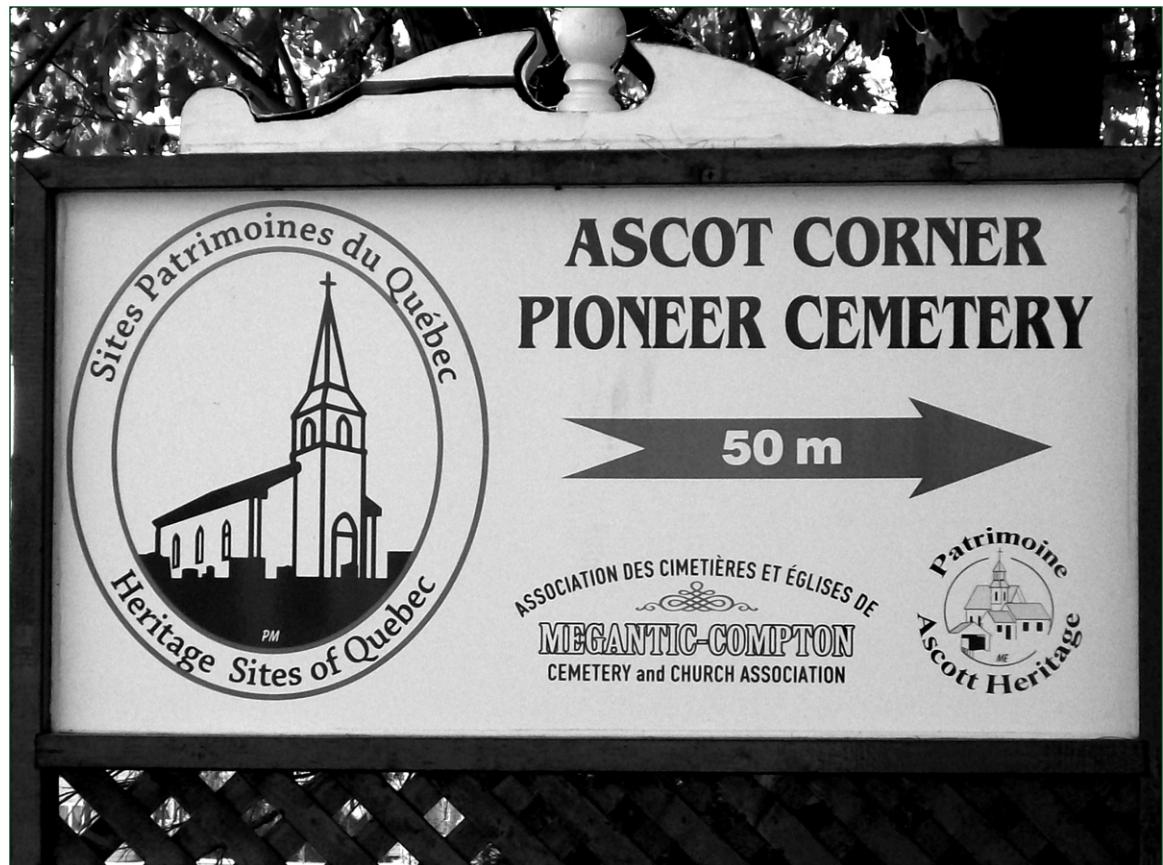
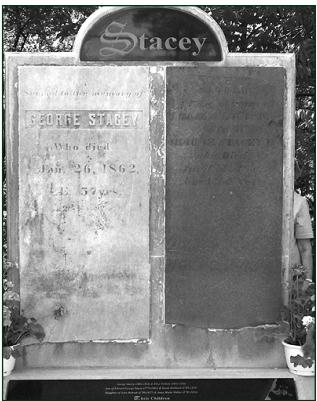
Nouveau monument au cimetière des Pionniers

Une trentaine de personnes se sont réunies au cimetière des Pionniers d'Ascot Corner le 16 juin dernier afin de dévoiler un nouveau monument. Ce monument créé à partir de deux pierres tombales, est à la mémoire de la famille Stacey, famille pionnière d'Ascot Corner.

Plusieurs personnes ont travaillé dur afin de faire les rénovations au cimetière, notamment monsieur Milton Loomis, descendant direct de la famille Stacey, sa conjointe Beverly Loomis, M. Keith Bennett, président de l'Association des Cimetières et Églises de Mégantic-Compton, ainsi que plusieurs autres bénévoles qui ont offert de leur temps afin de remettre le cimetière dans son état original.

Ce cimetière était, à l'origine, situé dans le centre du village, devant ce qui est maintenant l'hôtel de ville et sous la Route 112 (le terrain a dû être remblayé).

Christine Bennett



Une journée info aînés haute en couleurs!

Le 20 septembre 2007, pour une troisième édition, se tiendra la Journée Info Aînés du Haut-Saint-François sous le thème « la Prévention des abus chez les aînés ». Se déroulant à la salle des loisirs de Cookshire située au 75, rue Castonguay, l'événement s'adresse aux personnes aînées; mais, la population en général est aussi invitée à venir y participer. Les portes seront ouvertes de 9 h à 17 h.

Sous la présidence d'honneur des docteurs Curtis Lowry et Yves St-Pierre, cette journée est organisée par la Table de concertation des personnes aînées du Haut-Saint-François. Cette dernière a pour but l'amélioration de l'ensemble des conditions de vie des personnes aînées de la MRC et des services qui leur sont offerts. Pour ce faire, les membres de la Table travaillent de concert avec les organismes du milieu qui ont aussi à cœur la qualité de vie des aînés.

Lors de la Journée Info Aînés, plusieurs organismes seront sur place et leurs représentants pourront vous renseigner et répondre à vos questions. Vous pourrez rencontrer : l'Aide domestique du HSF, l'Association estrienne pour l'information et la formation aux aînés, le Centre d'action bénévole du HSF, le Centre local de développement du HSF, le Centre de réadaptation de l'Estrie, le Centre de santé et de services sociaux du HSF, la Commission des aînés, Élixir, Oxybec médical, l'Office de protection du

consommateur, Service Canada, la Société Alzheimer, la SAAQ et la Sûreté du Québec.

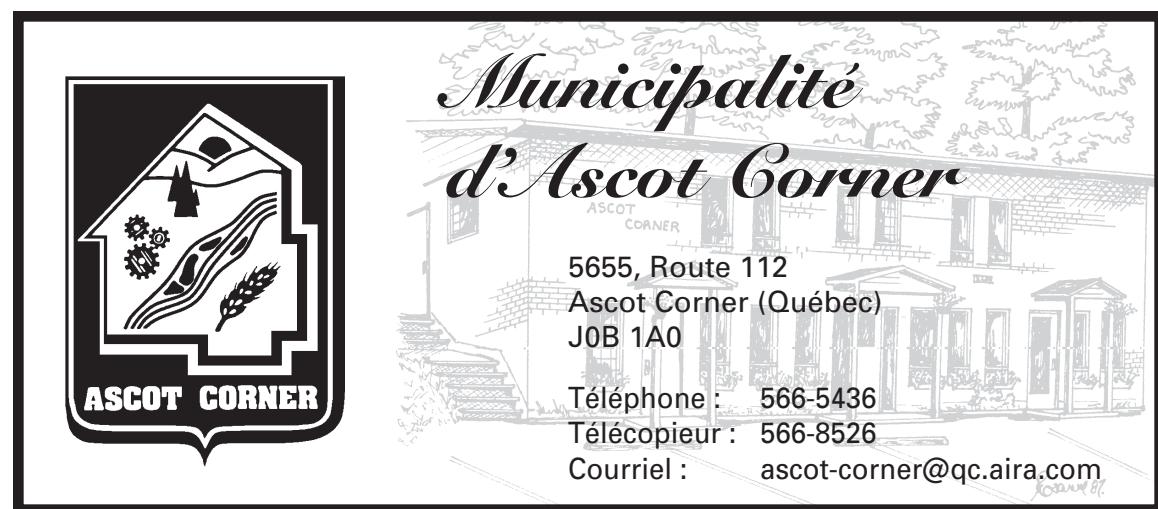
Une kyrielle d'activités est au menu de cette journée que nous avons concoctée pour vous... Conférence « Serez-vous le prochain poisson? » de l'AQDR, démonstration de Taï chi, rallye intérieur, pause ViActive, activité théâtrale par la Table des aînés et afin de terminer cette journée en beauté, musique avec Huguette Robert. De plus, de nombreux prix de présence et de participation seront offerts tout au long de la journée.

En vous adressant au Transport du Bonheur, au 819 832-2711, il est possible d'obtenir du transport à coût modique (vérifier l'horaire dans le Journal du Haut-Saint-François du 8 septembre 2007). Pour ceux et celles qui le désirent, il sera aussi possible d'obtenir un repas chaud, servi sur place, au coût de 7 \$.

Alors réservez déjà la journée du 20 septembre 2007 dans votre agenda afin d'être bien renseigné sur des sujets qui vous touchent de près. C'est un rendez-vous gratuit à ne pas manquer!

*Lyne Chartrand, o.c.,
CSSS du Haut-Saint-François
819 875-3373 poste 1210*

*Louise Lamalice, adjointe en maintien à domicile
Centre d'action bénévole du Haut-Saint-François
819 877-3223*



La foi, c'est quoi au juste ?

Selon Larousse, le mot *foi*, dérivé du latin *fides*, est un engagement, un lien. Le fait de croire en Dieu, et en des vérités religieuses révélées. Voilà les premiers mots avec lesquels on commence à éclaircir ce mystère surnaturel.

L'épître aux Hébreux nous en révèle une autre facette; « La foi est une ferme assurance des choses qu'on espère, une démonstration de celles qu'on ne voit pas » (Hébreux 11 :1). Loin d'être une nébuleuse illusion des gens qui n'ont pas les pieds sur terre, la foi est une tranquille confiance en un Dieu réel, tout puissant et proche, quoiqu'invisible (v. 6,27). Elle est une merveilleuse assurance en son amour, en son salut en sa parole. La foi est faite de crainte respectueuse à l'égard de ses jugements (v. 7). Et d'obéissance envers sa volonté (Romains 1 :5 ; 15 :18).

On confond souvent croyance et foi. Mais la différence est grande entre la croyance, de nature purement intellectuelle, et la foi de nature spécifiquement spirituelle. La croyance est l'adhésion de la pensée aux faits historiques et surnaturels rapportés dans la bible. Elle n'implique pas la vie spirituelle, ni même le salut. Jacques, dans son épître nous rapporte ceci à propos de cette sorte de croyance. « Les démons ont cette sorte de croyance, mais ils tremblent » (Jacques 2 :19). La foi



est un don de Dieu (Éphésiens 2 :8). Elle est l'œuvre du Saint-Esprit opérant en quiconque est né de nouveau (Jean 3 :3). La foi est une confiance totale, une ferme assurance dans les promesses du Seigneur.

Dans Matthieu 4, au verset 4, il nous est rapporté ceci « L'homme ne vivra pas de pain seulement, mais de toute parole qui sort de la bouche de Dieu ». Si nous nourrissons notre corps et lui apportons tous les soins nécessaires, quoique son espérance de vie soit, au mieux, d'une centaine d'années, que faisons-nous, de quoi nourrissons-nous notre esprit, qui lui, est éternel? Ce verset est très clair. Si nous ne nourrissons pas notre esprit par la parole de Dieu, nous ne verrons pas son ciel.

L'enjeu est de taille. Le prix de la tolérance, le prix à payer pour ignorer Dieu et l'œuvre de Jésus-Christ à la croix, c'est l'éternité. Loin de Dieu, l'éternité, ce sera long... très très long... Où voulez-vous la passer?

À la recherche d'une vie meilleure? Dieu seul est la solution. Les sites Internet connaitreDieu.com et ebès.org sont d'excellents choix. Pour toute autre information ou besoin, contactez-nous.

*Serge et Julie Bilodeau, 819 564-0037
Église Évangélique*

Cuisines collectives

Ateliers : boîtes à lunch, collation santé, cuisine végétarienne.

Inscrivez-vous à un groupe de cuisine Minçavi.

En tout temps, vous pouvez vous joindre à un groupe de cuisine ou former votre groupe afin de cuisiner des plats nutritifs à prix économique lors de l'activité cuisine collective qui a lieu à Cookshire ou à East Angus.

Si vous avez des surplus de la récolte de votre jardin, nous les accepterons avec plaisir.

Notre livre de recettes est toujours disponible à notre bureau au coût de 12 \$

Veuillez communiquer avec nous au 819 832-1176 pour vous inscrire, pour obtenir de l'information ou pour suggérer des thèmes d'atelier auxquels vous aimerez participer.



L'A.R.C.H.E. DE L'Estrie

Avis de convocation - assemblée générale annuelle

Le conseil d'administration de L'A.R.C.H.E. de l'Estrie convoque tous ses membres à son assemblée générale annuelle qui se tiendra le mercredi 5 septembre 2007 à 18 h 30 à la salle communautaire de La Chaudronnée de l'Estrie, au 470, rue Bowen Sud, à Sherbrooke, au 2^e étage. Un léger goûter sera servi à partir de 17 h. Venez en grand nombre!

Septembre 2007

Chronique Dans l'temps - On joue à soir!

Au début des années 1960, un club de baseball masculin, présidé par monsieur Jean-Louis Pomerleau, ainsi qu'une équipe de baseball mineur créée par monsieur Lorenzo Dubé, animaient les dimanches après-midi au Parc Dubreuil. Mais aucune activité sportive n'existait encore pour les filles. Après nous être entraînées tout le printemps à jouer au baseball dans la cour du couvent, mes compagnes et moi avons eu l'idée de nous former une vraie équipe. En juin 1965, nous sommes donc allées rencontrer la directrice des Loisirs de l'époque, madame Jean-Paul Paquette, pour lui faire part de notre projet. « Formez votre équipe, trouvez-vous un entraîneur et les Loisirs vous fourniront quelques balles et un bâton », nous dit-elle. Ce ne fut pas long que notre équipe de balle molle, regroupant une douzaine de filles de 15 à 16 ans, fut complète. Connaissant bien les règles de ce sport, Marc et Bertrand Dubé acceptèrent de nous servir d'entraîneurs. Commencèrent alors nos pratiques et nos parties de balle au Parc Pomerleau, où nous rencontrions les deux autres équipes qui s'étaient formées entre temps, soient une équipe que supervisaient Jean Perron et Denis Camden, et dont faisaient partie Hélène et Diane Riendeau, Lise et France Bresse, Michèle Paquette, Pauline Demers, Julie Boulet, Diane Ash, Denise Hébert et Pauline Perron, et une équipe avec mesdames Lucille Rodrigue, Hélène Boutin, Monique

Bastonnais, Adrienne Camden, Fernande Donaldson, Thérèse Richard, Jeanne Riendeau et autres, qui s'entraînaient suivant les conseils d'Yvan Paquette et de Réjean Boutin.

Avec Martine Paquette, lanceuse et Madeleine Leblanc, receveuse, avec Denise Payeur, Lise et Nicole Delafontaine, Pierrette Veilleux, Pierrette

Hardy, Carmen Boucher, Danielle Fontaine, Danielle et Diane Pomerleau, ainsi que moi-même, la capitaine, les *Rouges-Gorges* devinrent une équipe redoutable pour les *Hirondelles* et les *Rossignols*. N'ayant pas de lumière au parc, il fallait se dépêcher à jouer nos 7 manches avant que ne tombe la noirceur. Rien ne nous faisait plus plaisir que d'affronter, à l'occasion, les équipes de Cookshire ou d'East Angus. Nous testions notre courage en attrapant à mains nues les balles frappées par l'adversaire. La deuxième année les équipes ont porté des chandails et grâce aux soirées de spectacle que j'ai organisées, notre équipement s'est étoffé. Les *Merles* sont ensuite venues se joindre aux autres. Durant trois étés, nous avons vécu de merveilleux moments et beaucoup d'émotions sportives que nous soulignions avec joie lors de nos soirées de fin de saison où de petits trophées récompensaient les efforts et les bons coups des joueuses de balle molle d'Ascot Corner.

Colette Pomerleau, historienne



Centre d'esthétique



Plus de 20 ans
d'expérience

Nicole Asselin



Épilation définitive à la lumière pulsée

Une technologie différente des lasers

- sans aucune douleur - sans effet secondaire

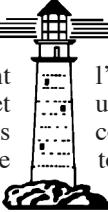
• Maquillage permanent

- Épilation à la cire ou au sucre
- Soins du visage • Électrolyse

Téléphone : 819 563-8869
(sur rendez-vous)

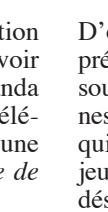
3185, chemin Galvin (coin Mountain Hill), Sherbrooke, QC J1G 5E6

Se rapprocher de la Providence

Pendant le mois de juillet, la messe télévisée du dimanche nous parvenait des Îles-de-la-Madeleine. En fin d'émission, on consacrait une dizaine de minutes à une ou deux personnes impliquées dans un domaine ou l'autre. Une de ces personnes fut monsieur Octave Turbide, un homme de 95 ans encore parfaitement lucide et autonome, père de 16 enfants, qui s'est impliqué pendant toute sa vie dans la formation de coopératives et autres organismes pour améliorer la situation des pêcheurs et de toute la population de ce minuscule « pays » de 15 000 habitants situé dans le golfe Saint-Laurent. Un homme qui a beaucoup voyagé un peu partout dans le monde pour faire la promotion des produits des Îles-de-la-Madeleine. Après l'avoir invité à résumer brièvement sa vie, on lui demanda une dernière pensée à l'intention de tous les téléspectateurs. Monsieur Turbide répondit sans aucune hésitation : « *C'est important pour notre monde de se rapprocher de la Providence* ». 

Dans son langage bien à lui qui fut aussi celui de nos ancêtres, le mot *Providence* désigne Dieu et tout ce qui s'y identifie : le Père, le Fils, l'Esprit Saint, les serviteurs de Dieu tant vivants que décédés. Une Providence qui accueille nos prières et qui entend nous aider à pourvoir à tout ce qui est essentiel tant au maintien qu'à la qualité de notre vie. Avec l'aide de la Providence, monsieur Turbide put être une providence tant pour sa nombreuse famille au cours des années 1930, 40 et 50 que pour ses concitoyens des Îles pendant presque toute sa vie.

Aujourd'hui, la tendance ne semble pas favoriser un très grand attachement à la Providence. D'où s'explique le voeu de M. Turbide pour qui la présence de Dieu dans sa vie fut très importante. Je souhaite qu'à l'heure où plusieurs groupes de nos jeunes chanteurs et musiciens redécouvrent les musiques qui ont égayé nos prédécesseurs et se les approprient, jeunes et moins jeunes redécouvrent toutes ces valeurs désignées par le mot *Providence*.

Je me permets de faire mien le souhait de M. Turbide : « *C'est important pour notre monde de se rapprocher de la Providence* ». 

Maurice Ruel, prêtre-curé
Paroisse Saint-Stanislas, église catholique

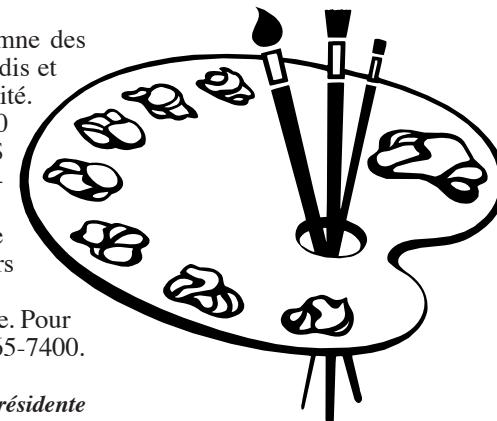
Cours de peinture à l'huile

Le club social et culturel organise à nouveau cet automne des cours de peinture à l'huile. Ils seront donnés deux avant-midis et deux soirées, les mardis et mercredis, par Claudette Lacharité. Les cours commenceront les 25 et 26 septembre et dureront 10 semaines, à raison de 3 heures par période. Le coût est de 80 \$ pour la session. Les cours auront lieu au Centre Communautaire situé au 5699, rue Principale à Ascot Corner.

Le Club Social et culturel vous offre aussi des cours de vitrail débutant et avancé. Pour une troisième saison, des cours de peinture sur bois sont aussi offerts.

Profitez des deux jours d'inscription les 13 et 15 septembre. Pour toute autre information, contactez Jocelyne Pilote au 819 565-7400. Nous souhaitons vous voir en grand nombre.

Jocelyne Dufour Pilote, présidente



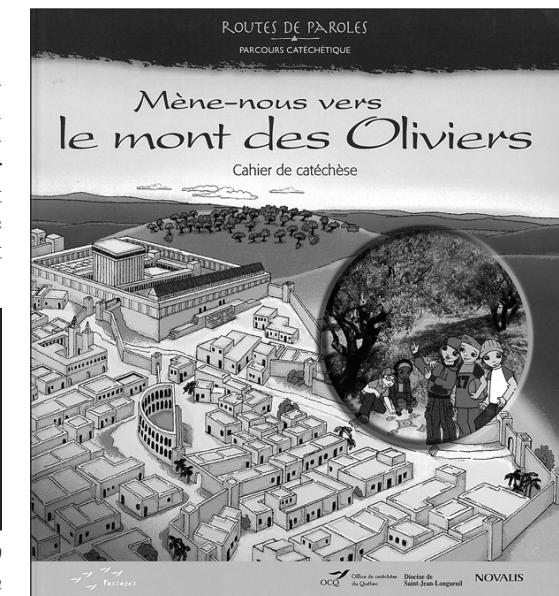
Comité d'initiation sacramentelle

Parcours d'éveil à la foi

Après la rentrée scolaire, c'est le temps de planifier les activités d'automne. Avec un nouveau matériel « ROUTES de PAROLES » nous offrons à tous les enfants qui le désirent une catéchèse d'éveil à la foi pour les trois premiers sacrements (pardon, eucharistie et confirmation). Nous vous invitons pour l'inscription de vos enfants; car les rencontres avec les jeunes débuteront en septembre.

**Soirée d'information
et d'inscription pour les parents**
Le lundi 10 septembre 2007
à 19 h à l'église
**Vous pouvez me contacter
pour plus d'information.**

Marie-Jeanne Lessard, 819 562-5670
Répondante pour l'équipe d'animation



IGA Couture

FLEURIMONT

EAST ANGUS

2240, rue King Est
Fleurimont (Québec)

566-8282

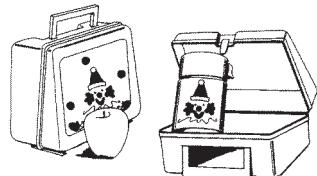
150, rue Angus Sud
East Angus (Québec)

832-2449

Club de soccer Les Dribbleurs du HSF

Tournoi Provincial des Frontières de Coaticook

Les 3 et 4 août derniers, avait lieu le Tournoi des Frontières de Coaticook. Plusieurs de nos équipes ont réussi à se démarquer parmi plus de 80 équipes et 1000 jeunes joueurs de soccer. L'équipe féminine 10 ans et moins de Dominic Blais a mérité la médaille d'or dans la catégorie Excellence. L'équipe féminine 10 ans et moins de Pierre Vachon a mérité la médaille d'argent dans la catégorie Espoir. L'équipe masculine 10 ans et moins de Claude Charbonneau a mérité la médaille de bronze dans la catégorie Espoir. Toutes nos félicitations à ces équipes et à toutes celles qui ont pris plaisir à participer à ce tournoi.



Tournoi Micro du Haut-Saint-François

Le 11 août avait lieu dans notre municipalité, le tournoi Micro. Au moins six équipes étaient présentes et se sont bien amusées en participant à plusieurs parties de soccer. Un merci bien spécial à tous les entraîneurs et entraîneuses et aux bénévoles présents lors de cette rencontre.





Créations Jade
VÊTEMENTS & ARTICLES PROMOTIONNELS

Serge et Jacqueline Maher
Créations Jade fête son
25^e
ANNIVERSAIRE!

Gens d'affaires et responsables d'organisations sportives, venez voir notre nouvelle salle de montre!

NOUVEAU CHEZ CRÉATIONS JADE : BOUTIQUE SURPLUS D'INVENTAIRE

Réduction de 40 % sur tous les articles et vêtements promotionnels disponibles à la Boutique surplus d'inventaire

Heures d'ouverture : 8 h à 12 h 12 h 30 à 16 h

819 822-1833 – 1 888 822-1833
info@creationsjade.com – www.creationsjade.com
5547, Route 112, ASCOT CORNER

Société protectrice des animaux (SPA)



Participez à la 7^e édition de La Randonnée des belles gueules de la SPA de l'Estrie

Le 30 septembre prochain, la SPA de l'Estrie organise une randonnée de 4 km qui empruntera les rues Jacques-Cartier et King et se poursuivra sur la promenade du Lac-des-Nations, territoire d'intervention de Sherbrooke, Cité des rivières. Plusieurs activités pour toute la famille sont au programme, dont une démonstration d'obéissance rythmée (freestyle). Devenez marcheur et courez la chance de remporter un des prix offerts à ceux qui auront amassé le plus de dons. Pour participer à cette super activité de financement, vous devez amasser un minimum de 25 \$ auprès de votre famille, amis, collègues et votre patron aussi, pourquoi pas? Pour plus d'information, composez le 819 821-4727 poste 109 ou visitez notre site Internet au www.spaestrie.qc.ca. Je marche avec ma SPA!



Service de consultations en comportement canin offert à la SPA de l'Estrie

L'éducation d'un chien n'est pas chose facile. Il arrive que les gardiens soient aux prises avec différents problèmes de communication ou de comportement avec leur chien. Trop souvent, ils attendent que la situation dégénère et que la seule issue possible soit l'abandon.

Afin d'aider ces gens et par le fait même prévenir les abandons, la Société protectrice des animaux de l'Estrie offre un service de consultations en comportement canin. Au téléphone ou au refuge, notre consultante en comportement canin évalue le problème pour ensuite diriger le gardien dans sa résolution. Concrètement, les gens peuvent consulter pour différentes problématiques telles que l'anxiété, l'abolement excessif, l'agressivité, les fugues, la destruction, la propreté, etc.

Pour de plus amples informations sur ce service ou pour faire appel à notre consultante en comportement canin, communiquez avec la SPA de l'Estrie au 819 821-4727. Nos tarifs sont très concurrentiels. Un bon conseil peut faire toute la différence!

Un message de la Société protectrice des animaux de l'Estrie

Après le travail, sachez relaxer!

De retour à la maison après une journée de travail, le besoin se fait sentir d'évacuer le stress accumulé.

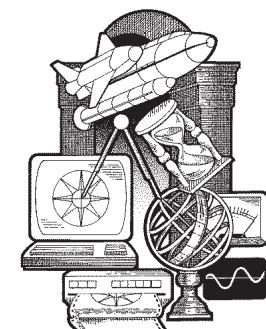
Commencez par retirer tout ce qui comprime le corps : soutien-gorge, chaussures, jupe étroite, cravate...

Maintenant que plus rien ne contraint votre respiration, respirez profondément par le ventre en posant votre main sur l'abdomen, qui doit se soulever au fil de votre respiration. Il faut compter trois temps pour inspirer et quatre pour expirer.

Allongez-vous, pensez à quelque chose d'agréable et chassez les images négatives de votre esprit. Finalement, étirez-vous afin de relâcher vos muscles.

Et si le stress persiste, un massage de détente vous apportera toute la différence.

Bonne détente.



Michel Lessard, thérapeute, 819 563-5349

Corporation des loisirs

Fête de la Saint-Jean

Bonjour, lecteurs et lectrices du journal communautaire d'Ascot Corner. Quelques mots pour vous rappeler la belle soirée de la Saint-Jean qui se déroulait au parc Pomerleau, le 23 juin dernier. La soirée s'est déroulée dans le calme et la sérénité. Nous pouvions sentir une ambiance familiale parmi la foule évaluée à environ 400 personnes. Le chansonnier invité a su égayer les gens avec son répertoire de chansons d'ici, bien interprétées, sans fausse note. Et que dire des organisateurs qui ont fait un travail colossal pour que cette soirée soit une réussite ou plutôt devrais-je dire cette journée, car n'oublions pas les activités de jour qui, malgré l'humeur changeante de dame nature, ont connu un vif succès. La plus populaire fut la course de boîtes à savon. Les jeunes



UNI PRO freins silencieux suspension injection

Roberge & Fils

4987, Route 112, C.P. 1153
Ascot Corner, QC
J0B A0

Pierre Roberge
Propriétaire

Tél. : (819) 562-5935
Fax : (819) 562-3555
www.unipro.ca

- Freins
- Injection électronique
- Silencieux
- Suspension
- Pneus
- Entretien préventif

JP Mini excavation Jocelyn Plamondon

Aménagement paysagé Assurance complète
Camion dompeur Pelle excavatrice Backhoe

SHERBROOKE → LAC MÉGANTIC

Cell.: (819) 345-2889
Téléav.: (819) 820-0081 Res.: (819) 823-5548



se sont amusés comme des fous et les moins jeunes aussi! Parlez-en à monsieur le maire (voir photo). Ce qui nous a amenés à préparer une vraie compétition pour l'an prochain. Alors les jeunes, à vos marteaux car un prix sera attribué à la plus belle voiture de boîte à savon qui aura été construite. D'autres activités sont à l'ordre du jour. À suivre.

Assemblée générale annuelle

Vous êtes toutes et tous invités à assister à l'assemblée générale annuelle de la corporation qui se tiendra le lundi 10 septembre à compter de 19 h au chalet du Parc Pomerleau. Nous vous attendons en grand nombre.

Ray Adam
Membre de la Corporation des loisirs

Programmation d'automne 2007

Liste des cours offerts à Ascot Corner

Les inscriptions auront lieu
le jeudi 13 septembre de 18 h 30 à 21 h
et le samedi 15 septembre de 10 h à 15 h
au Centre communautaire, au 5699, rue Principale



Karaté 12 ans et moins

Mardi et jeudi à 18 h

Karaté 13 ans et plus

Mardi et jeudi à 19 h

Nancy Gagnon, 819 212-4003



Atelier d'écriture et de lecture

Mardi de 9 h à 11 h

Mercredi de 19 h à 21 h

Doris Lessard, 819 565-7022 (le soir)



Transfert de napkins

(serviettes de table)

Jeudi à 19 h

Christine Lanthier, 819 832-3519



Muscles fermes

Lundi à 17 h 30

Mercredi à 18 h 45

Cardio aérobique

Lundi 18 h 45

Mardi 17 h 30

Cardio tonus

Mardi 18 h 45

Mercredi 17 h 30

Ballet Jazz pour les enfants de 3 à 5 ans

Samedi à 9 h

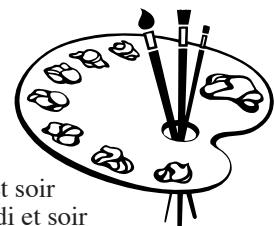
Danse moderne pour les enfants de 7 à 12 ans

Samedi à 10 h 15

Annie Landry, 819 821-2408

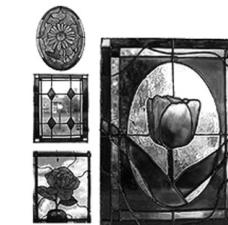


Danse Country
Dimanche à 19h
Lyse Bolduc, 819 569-6201



Peinture sur bois
Lundi à 19 h
Peinture

Mardi avant-midi et soir
Mercredi avant-midi et soir
Jocelyne Pilote, 819 565-7400



Faux vitrail
Mardi à 19 h
Christine Lanthier,
819 832-3519



Vitrail de base et avancé
Madeleine Boucher, 346-4721