

regards



On ne ment jamais
autant qu'avant
les élections,
pendant la guerre
et après la chasse.
— Georges Cémenceau

VOLUME 9, N°7 - AVRIL 2014

JOURNAL COMMUNAUTAIRE D'ASCOT

AVEC TOI, JE LIS !

Randonnée de lecture pour la famille

Explorez le quartier et gagnez de beaux prix!

Détails
pages 12 et 13

Campagne de financement 2014



Je donne
pour

regards

page 2

La communauté russe
de l'Estrie se regroupe
page 16

Assemblée générale annuelle
d'Ascot en Santé : 15 AVRIL
page 5



Le projet de
mini-bibliothèques
se concrétise!
page 3

Bernadette
Cinq-Mars

page 14



Contactez votre caisse
pour l'ensemble de vos projets;
plusieurs produits et services sont
disponibles selon vos besoins!

819 566-4363



Desjardins
Caisse du Mont-Bellevue
de Sherbrooke

Visitez notre site Internet :
www.desjardins.com/caissemontbellevuedeshbrooke

Prochaine date de tombée des textes et des publicités 15 AVRIL 2014	Prochaine date de parution 7 MAI 2014
---	---

RÉDACTION Daniel St-Onge C. P. 22002 Sherbrooke QC J1E 4B4 Tél. : 819 821-2548 journalregards@yahoo.ca	PUBLICITÉ Florent Rousseau : 819 822-3299 / 819 993-2505 ABONNEMENT POSTAL 20 \$ / 10 numéros
--	---

En partenariat avec :

Corporation Ascot en Santé
819 822-5455 poste 14876
corpoaes@alinto.com
819 342-0996
TremblaySa@csrs.qc.ca

www.facebook.com/pages/Ascot-en-Santé/125288147532136

Regards est réalisé grâce à la participation financière du Ministère de la Culture et des Communications du Québec, de l'Arrondissement du Mont-Bellevue et de la Caisse Desjardins du Mont-Bellevue de Sherbrooke.

Regards est aussi disponible en format PDF sur le site : www.ameqc.ca/journaux_membres/regards/

Dépôts légaux : Bibliothèques nationales du Québec et du Canada
Tirage : 4 750 exemplaires
Distribution : Publisac
Coordination, journalisme et graphisme : Daniel St-Onge
Conseil d'administration : Jn-Guy Saint-Gelais, président; Guillaume Corriveau, vice-président; Gérard-Pierre Ti-I-Taming, trésorier; Evelyne Lapiere, secrétaire; Francine Goupil, administratrice; Carmen Houde, membre cooptée d'Ascot en Santé; Bruno Léger, membre coopté de l'arrondissement du Mont-Bellevue; Monique Joyal-Painchaud, personne ressource.

Regards est un journal communautaire dont la mission est de participer à la mobilisation des citoyens, des organismes et des institutions du quartier Ascot. Son contenu rédactionnel contribue à mettre en valeur la richesse du tissu social et culturel local. Les opinions émises dans les textes publiés dans ce journal n'engagent que leurs auteurs. *Regards* ne s'en tient pas responsable.

Ne jetez pas ce numéro de *Regards* : recyclez son papier!

Regards est imprimé par :

ÉCONOLITHO
L'imprimerie à bon prix.

- Impressions de tous genres
- Entêtes, enveloppes, dépliants, brochures

975-1, chemin Hamel
Sherbrooke (Québec) J1R 0P7
Tél. : 819.569.0219 - Téléc. : 819.569.8094
econolitho@cooptel.qc.ca

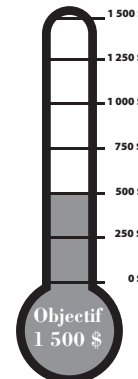


Daniel ST-ONGE
Coordonnateur
du journal *Regards*

Notre campagne se poursuit

Jusqu'en septembre, nous vous invitons à contribuer à notre campagne de financement. Ce faisant, vous pourriez vous mériter l'une des belles récompenses offertes par nos généreux commanditaires.

Plus grand est votre don, et plus grand est le nombre de coupons qui vous seront réservés en vue du tirage au sort des récompenses lors de Voisinage en Fête, le 7 septembre 2014. Ainsi, une personne peut voir son nom tiré plus d'une fois.



Liste des récompenses offertes par nos généreux commanditaires, et qui seront tirées au sort parmi nos donateurs et donatrices lors de Voisinage en fête 2014 :

- 1 heure de consultation juridique avec Me Guillaume Corriveau, notaire fiscaliste (valeur approximative de 150 \$)
- 2 paniers d'épicerie de 50 \$ ch. offerts par Métro Belvédère
- 3 certificats-cadeaux de 25 \$ ch. offerts par Restaurant l'OmniBouffé
- 1 ensemble de valises offert par Le Club Stan-buy (valeur 75 \$)
- 2 paires de billets de spectacle offerts par le Théâtre Granada (valeur 35 \$ ch.)
- 1 carte-cadeau de 50 \$ offerte par Quincaillerie Parent
- 1 carte-cadeau de 50 \$ offerte par Jean Coutu François Maltais
- 2 bons d'achat d'essence de 25 \$ ch. offerts par Ultramar Claude Adams
- 1 étiqueteuse électronique Brother offert par Équipements de bureau Bob Pouliot (valeur 50 \$)
- 2 coupes de cheveux pour homme offertes par Coiffure Coif-Den (valeur de 25 \$ ch.)
- 2 forfaits « cours de danse et soirée de danse » offerts par Club de danse country de l'Estrie (valeur de 16 \$ ch.)

Faire un don, c'est simple : cochez le montant correspondant à votre don sur le coupon et inscrivez votre nom, votre adresse et votre numéro de téléphone. Découpez le coupon et mettez-le dans une enveloppe avec votre chèque fait à l'ordre de *Journal communautaire Regards*.

Puis, postez votre enveloppe à :
Journal communautaire *Regards*,
C.P. 22002, Sherbrooke QC J1E 4B4

UN DON pour REGARDS
C'est UN DON pour nous tous!

CAMPAGNE de FINANCEMENT 2014
Journal communautaire *Regards*

Cochez le montant de votre don :

5 \$ = 1 coupon 10 \$ = 3 coupons 20 \$ = 10 coupons
 50 \$ = 25 coupons 100 \$ = 60 coupons

Les coupons seront déposés dans la boîte prévue pour le jour du tirage.

Nom : _____

Adresse : _____

Téléphone : _____

S.V.P. Faire votre chèque à l'ordre de : *Journal communautaire Regards*



Un pour tous, et tous pour un... livre!

Le comité Conte et Crayon de la table de concertation Ascot en Santé de votre arrondissement a le plaisir de vous inviter à l'inauguration de maisonnettes de lecture. Enfin ce beau projet se réalise dans votre quartier, des mini-bibliothèques à la portée de vos pieds! Eh oui, vous pourrez échanger des livres en toute liberté dans les maisonnettes installées à divers endroits, facilement identifiables dans votre environnement (CPE, bureau de l'arrondissement etc.). Ouvrez l'œil!



Lancement officiel

Pour lancer ce nouveau projet, nous vous attendons le mardi 29 avril à 10 h, au CPE Les Amis du Globe au 815, rue Thibault. L'activité se vivra à l'extérieur.

Joignez-vous à la fête!

Il y a 4 façons simples de participer :

1. Apportez un livre récent et en bon état : roman, bande dessinée, livre jeunesse... que vous échangerez contre un nouveau livre à la maisonnette de lecture.

2. Si vous avez beaucoup de livres et que vous aimeriez faire un don pour notre projet, il sera possible de les apporter lors de l'inauguration ou encore de les déposer au bureau de l'arrondissement au 600, rue Thibault, pendant les heures d'ouverture.

3. Partagez vos découvertes littéraires, ce que vous avez aimé ou pas, dans notre journal *Regards* en devenant chroniqueur d'un jour.

4. Utilisez régulièrement les bibliothèques de lecture pendant toute l'année.

**José Rochefort, conseillère pédagogique
CRSR Membre du comité Conte et Crayon**

Clin d'oeil à : Méthode Muhanuka



**Jn-Guy SAINT-GELAIS
Président du C. A.
du journal *Regards***

La concertation

Le 14 mars dernier, la Table régionale de concertation des Aînés de l'Estrie organisait un « Forum sur la concertation en milieu communautaire ». Près de 80 personnes de la région ont participé à cette rencontre. La CONCERTATION est basée sur la collaboration et le partenariat.

L'union de la force dans une action concertée mène vers l'atteinte d'objectifs communs. Il n'y a PAS DE CONCERTATION SANS ACTION. À plusieurs occasions dans la journée, Ascot en Santé a été cité comme un exemple exceptionnel d'actions concertées. C'est tout à notre honneur.

Il est important de réaliser que la concertation n'est pas un moyen de contestation. On fait de la CONCERTATION parce qu'ENSEMBLE on peut se donner une vision plus large en partageant des points de vue différents. Aussi, ENSEMBLE on peut faire mieux et ENSEMBLE on peut innover, être plus créatif, avoir plus de moyens à notre disposition. Pour le communautaire, c'est un défi colossal, mais, les bénéfices sont énormes.

La poursuite d'objectifs communs jumelée à l'implication citoyenne des groupes et des individus sont les ingrédients de base d'une bonne CONCERTATION. Bravo à Ascot en Santé pour son exemple et sa détermination. Mais c'est la participation de nous tous qui en assurera le succès.

Au plaisir.



Arrondissement
du Mont-Bellevue

CAMP DE JOUR DU PARC BELVÉDÈRE

Cet été au parc Belvédère, un camp de jour santé globale vous attend! En effet, il y aura plus de plein air et plus d'ateliers avec toujours le même encadrement. De plus, par le plaisir, vous deviendrez outillé pour acquérir de saines habitudes de vie. Vous avez envie d'un été vers la santé optimale et d'un milieu où la coopération règne, ne tardez pas et inscrivez-vous! Le nombre de places est limité à 180 : premier arrivé, premier servi!

Profitez des rabais famille et accessibilité disponibles allant jusqu'à 80 % selon votre revenu familial et le nombre d'enfants inscrits. Contactez-nous afin de vérifier votre admissibilité.

Pour plus de détails, surveillez, à compter de la mi-avril, nos publicités distribuées dans les écoles, dans l'InfoSherbrookoise ou au <http://www.ville.sherbrooke.qc.ca/fr/citoyen/vie-sportive-et-recreative/camps-de-jour/>

Inscription :
Jeudi 1^{er} mai,
de 17 h à 20 h

Voici les coordonnées de nos deux centres communautaires qui offrent eux aussi des camps de jour à chaque été :

Camps de jour du Centre communautaire de loisir Sherbrooke

Inscription le samedi 10 mai, de 9 h à 12 h, en personne
Dès le lundi 12 mai (tant qu'il y aura des places disponibles) en ligne, en personne ou par téléphone
1010, rue Fairmount
819 821-5601
www.loisirsherbrooke.com

Camp de jour du Carrefour accès loisirs

Inscription le vendredi 2 mai et le lundi 5 mai, de 9 h à 16 h
172, rue Elaine-C.-Poirier
819 821-1995
www.carrefouraccesloisirs.com

RAPPEL

Jusqu'au 12 avril, les écocentres sont ouverts du mardi au samedi, de 8 h 30 à 16 h.

Du 14 avril au 17 mai, les écocentres sont ouverts du lundi au samedi, de 7 h 30 à 17 h.

Les garages et les abris temporaires doivent être retirés au plus tard le 15 avril.

À SURVEILLER

Samedi 12 avril : Ouverture des Jardins communautaires Marcel-Talbot

Venez nous visiter! Pour information, contactez Marina Starman par courriel à jardins.marcel-talbot@hotmail.com.

Mardi 15 avril : Assemblée générale annuelle d'Ascot en Santé

Au bureau de l'Arrondissement du Mont-Bellevue (600, rue Thibault), à compter de 17 h. Pour information, contactez Mme Johanne Audet, agente de liaison, au 819 342-0996 ou au 819 822-5455, poste 14876 ou par courriel à : ascotensante@csrs.qc.ca.

Mercredi 23 avril : Contes en pyjama

Activité gratuite pour les 0 à 5 ans et leur famille. Le conte se tiendra à l'école des Quatre-Vents au 510, rue Union à 18 h 30. Un goûter léger et des livres sont offerts aux petits.



VIE DÉMOCRATIQUE / Calendrier – Avril 2014

Date	Heure	Séance	Lieu
Lundi 7 avril	19 h	Séance ordinaire du conseil municipal	Hôtel de Ville (191, rue du Palais)
Mardi 22 avril	19 h	Séance ordinaire du conseil municipal	Hôtel de Ville (191, rue du Palais)
Lundi 28 avril	19 h	Conseil d'arrondissement du Mon-Bellevue	Bureau d'arrondissement du Mont-Bellevue (600, rue Thibault)

Les ordres du jour sont disponibles, le matin même de la séance, dans la section :

- « Conseil municipal » du sherbrooke.ca/mairie pour les ordres du jour du conseil municipal;
- « Séances du conseil d'arrondissement » du sherbrooke.ca/viedemocratiquemb pour les ordres du jour du conseil d'arrondissement du Mont-Bellevue.

De plus, il vous est possible de visionner les séances du conseil municipal en rediffusion sur la chaîne MATv et sur COGECO et de les consulter en webdiffusion. Pour plus de détails, rendez-vous au sherbrooke.ca/telediffusion.

Bureau de l'Arrondissement : 819 563-3993



Connaissez-vous la clinique chiropratique communautaire chez Famille Espoir?

Mise sur pied par un regroupement de chiropraticiens de Sherbrooke et des environs soucieux du bien-être physique de tous, la clinique chiropratique communautaire dispense des soins aux gens et aux familles en difficulté financière qui ont besoin de traitements chiropratiques. Les Dre Jessica Holmes-Darveau et Dre Annie Gagné, chiropraticiennes, sont les instigatrices du projet.

La clinique est ouverte tous les derniers mercredis du mois, de 13 h à 15 h, au local de Jeunes Musiciens du Monde (sous-sol à gauche). Premiers arrivés, premiers servis! (un horaire pour s'inscrire sera sur place, le jour même). Note : les élèves qui devront retourner en classe seront priorités.

Vous pouvez être référé par un des organismes communautaires de Sherbrooke ou vous présentez par vous-même si vous vous reconnaissez dans cette situation délicate.

Les soins et suivis (selon les règles de l'Ordre des chiropraticiens du Québec) sont offerts gratuitement. Pour ceux qui voudraient

donner un petit montant en échange de ce service, ces dons (non obligatoires) seront acceptés et serviront aux petites dépenses encourues par la clinique.

Au plaisir de vous aider!

Le 29 janvier dernier, la clinique de chiropratique communautaire entrain officiellement en fonction chez Famille Espoir, au 1520 de la rue Dunant. La Dre Jessica Holmes-Darveau et Guy Boucher, directeur de Famille Espoir, posent pour la postérité.



AVIS DE CONVOCATION ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE DE LA TABLE DE CONCERTATION ASCOT EN SANTÉ



Mardi le 15 avril 2014
de 17 h à 20 h 30



Au bureau de l'arrondissement du Mont-Bellevue
600, rue Thibault Sherbrooke

L'assemblée générale annuelle nous permettra de faire le bilan de l'année écoulée. Nous aurons l'occasion de prendre connaissance des réalisations conduites en 2013 et par ailleurs, de se pencher sur nos perspectives d'actions.

ATTENTION ! Nous rappelons à ceux qui n'auraient pas renouvelé leur adhésion, qu'il est encore temps de le faire au plus tard le 10 avril 2014. Cette adhésion vous permet de voter à l'assemblée.

Nous espérons vivement que vous serez des nôtres ou que vous pourrez déléguer une personne de votre organisme.

Un goûter sera servi sur place.

Merci de confirmer votre présence auprès de Johanne Audet afin de réserver la collation :

819 822-5455 poste 14876 ou ascotensante@csrs.qc.ca

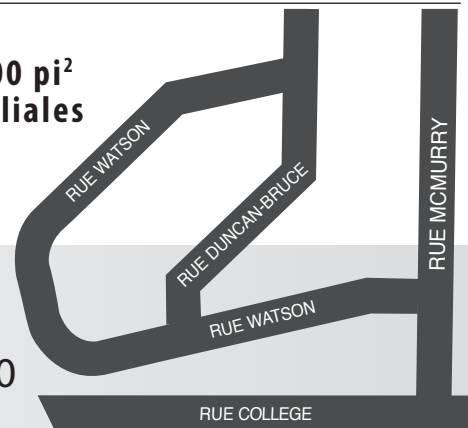
DÉROULEMENT DE LA RENCONTRE

- 17 h Accueil, inscription des participants et goûter
- 17 h 30 Nouvelles du quartier
Grande brassée
Hommage à l'organisme et au citoyen engagé de l'année
- 18 h 30 Assemblée générale annuelle
- 20 h 15 Varia, prochaines rencontres et prochaines activités dans le quartier

NOUVEAU SECTEUR LENNOXVILLE

- Terrains de 6 000 pi² à 12 000 pi² pour résidences unifamiliales
- Plan mise de côté

POUR INFORMATION :
LUC ELIAS | 819 829.1010



• Square •

WATSON



*Assoc'oyer
On change le monde!*

Texte et photo : *Andréanne Rousseau, animatrice responsable du Flash*

Au Flash, il s'en passe des choses!

Le Flash est une maison des jeunes située au parc Belvédère qui a pour mission de tenir un lieu de rencontre animé où les jeunes de 12 à 17 ans, au contact d'adultes significatifs, pourront devenir des citoyens critiques, actifs et responsables. En effet, il est possible de compter sur une équipe dynamique et à l'écoute des besoins des jeunes, et ce, du lundi au jeudi de 17 h 30 à 21 h et le vendredi de 17 h 30 à 22 h.

Toute l'année, les jeunes peuvent venir jouer au billard, au ping-pong, à différents jeux de société, écouter des films, faire du sport et jouer au babyfoot.

Nous offrons également l'aide aux devoirs et nous faisons des activités cuisine, au cours desquelles il est possible pour les jeunes de participer à toutes les étapes à la préparation d'un repas. L'été,



la maison des jeunes fait un jardin et les jeunes sont invités à participer à l'entretien et à la récolte des différents légumes.

Plusieurs activités et projets spéciaux sont organisés par et pour les jeunes à différents moments de l'année, activité pêche, sortie au TAZ (Skate Parc intérieur), camping, nuit des sans-abri et d'autres activités sont choisies par les jeunes qui fréquentent le Flash.

Enfin, le Flash fêtera ses 30 ans le 27 novembre prochain et pour le souligner, nous ferons des retrouvailles le dimanche 7 septembre 2014, lors de Voisinage en fête. D'ici-là, il est toujours possible de devenir ami du Flash avec la page facebook : Retrouvailles MDJ Flash.

Au plaisir de vous retrouver!

POUR L'AMOUR DE SHERBROOKE

HÉLÈNE PIGOT

VOTONS AVEC NOTRE TÊTE

PAYÉ ET AUTORISÉ PAR ALAIN TREMBLAY, AGENT OFFICIEL DE QUÉBEC SOLIDAIRES



UNE AMPOULE QUI CONSOMME MOINS, UNE IDÉE LUMINEUSE.

Les ampoules à DEL homologuées ENERGY STAR® :

- Une économie d'énergie de 80 %*
- Une durée de vie 25 fois plus longue**

Mieux consommer, c'est avantageux pour tous.



hydroquebec.com/del



AMPOULE À DEL

7\$ de rabais à la
caisse par ampoule
chez les détaillants
participants**.

Offre valide du 13 mars au 26 avril 2014.

 **Hydro
Québec**

*Par rapport aux ampoules à incandescence.
**Certaines conditions s'appliquent.

ÉLECTIONS GÉNÉRALES

7 AVRIL 2014



**LE 7 AVRIL ENTRE 9 H 30 ET 20 H,
C'EST LE JOUR DU SCRUTIN.**

POUR VOTER, VOUS DEVEZ :

- Avoir la qualité d'électeur;
- Être inscrit sur la liste électorale;
- Vous identifier en présentant l'un des documents suivants :
 - carte d'assurance maladie;
 - permis de conduire;
 - passeport canadien;
 - certificat de statut d'Indien;
 - carte des Forces canadiennes.

POUR CONNAÎTRE L'ADRESSE DE VOTRE BUREAU DE VOTE :

- Consultez la carte de rappel qui vous a été expédiée.
- Naviguez sur notre site Web : **electionsquebec.qc.ca**
À l'aide de votre code postal, vous y trouverez une mine de renseignements.

Pour en savoir davantage...

- electionsquebec.qc.ca
- info@electionsquebec.qc.ca
- **1 888 ÉLECTION (1 888 353-2846)**



Les personnes sourdes ou malentendantes peuvent composer sans frais le 1 800 537-0644.



LE DIRECTEUR GÉNÉRAL
DES ÉLECTIONS DU QUÉBEC

Chaque fois, c'est la démocratie qui gagne



L'Opération emplois étudiants 2014 **Des employeurs et participants comblés!**

C'est avec fierté que l'équipe du Carrefour jeunesse-emploi de Sherbrooke dévoile aujourd'hui les retombées positives de la 6^e édition de l'Opération emplois étudiants, qui avait lieu le samedi 15 mars 2014 à la Basilique-Cathédrale St-Michel.

Tout près de 900 visiteurs ont eu la chance de rencontrer les représentants d'une vingtaine d'entreprises intéressées par leurs candidatures, dont Action Saint-François — Brico Max — Carrefour Accès loisirs — Cégep de Rivière-du-Loup — Centre communautaire de loisir Sherbrooke — Centre d'emploi agricole de l'Estrie — Chocolat Lamontagne — Cité Joie — Costco — Fusiliers de Sherbrooke — Handi Apte — Metro — 35^e Régiment des transmissions — Rona — Sentiers de l'Estrie — Subway — The Sherbrooke Hussars — Tim Hortons — Ville de Sherbrooke — Waterville TG. Sans oublier les partenaires qui étaient présents : Centre d'action bénévole de Sher-

brooke, Commission de la santé et de la sécurité du travail, Conciliation études-travail et Trav-Action.

L'aménagement du sous-sol de la Basilique a été apprécié de tous les employeurs ainsi que les participants! Et que dire des services professionnels offerts sur place : correction de CV, trucs d'entrevue, support pour compléter les demandes d'emploi...

C'est avec fierté que le comité organisateur a exprimé : « Mission accomplie! » concernant les retombées de cette 6^e édition de l'Opération emplois étudiants. Tel que souhaité, la clientèle était davantage préparée, les employeurs ont rencontré un nombre impressionnant de candidats intéressés et les chercheurs d'emploi ont eu un contact direct avec des employeurs désireux de recruter du personnel étudiant. Nous avons déjà en tête la prochaine édition et nous promettons des employeurs et des postes toujours aussi variés.

Le Carrefour jeunesse-emploi de Sherbrooke a comme mandat d'aider et de guider les jeunes adultes de 16 à 35 ans dans leurs démarches d'insertion sociale et économique en les accompagnant dans leur cheminement vers l'emploi, vers un retour aux études ou par la sensibilisation à l'entrepreneuriat. Les services et activités du Carrefour visent l'amélioration des conditions de vie générales des jeunes.

Le comité organisateur souhaite remercier chaleureusement ses partenaires : Costco, le Centre d'éducation aux adultes Saint-Michel et leur école entreprise, Bureautique N. Maltais, Confiserie Miss jujube, Lebeau Vitres d'autos, Théâtre Granada, Oliv ainsi que Vinothèque qui ont grandement contribué au succès de l'événement.

Renseignements :

Carrefour jeunesse-emploi de Sherbrooke.
Isabelle Landry : **819 565-2722**
isabellel@cje-sherbrooke.qc.ca, poste 121

Je viens d'avoir un nouvel emploi. Il était mon mentor.

Participez au programme de mentorat professionnel pour immigrants.

Avec la participation financière de :

QUÉBEC PURIEL
La diversité en action

Emploi Québec
Estrie

Carrefour jeunesse-emploi de Sherbrooke

Contactez **Patricia Gardner**
819 565-2722, poste 103
patriciag@cje-sherbrooke.qc.ca
20, rue Wellington Nord, Sherbrooke
(Québec) J1H 5B7

Quartier du
Ménestrel



**MAISONS À PARTIR
DE 675\$ / MOIS**

**DU NOUVEAU DANS
VOTRE QUARTIER!**

Tes goûts, tes idées, ton budget... ta maison!

Venez nous rencontrer!



REQ 8109-7651-08

Bureau des ventes :

**1864, rue de l'Aurore-Boréale
Mont-Bellevue** (par la rue Thibault,
près de l'école du Phare)
C 819 446 7195 T 819 820 1545

Heures d'ouvertures :

Samedi et dimanche de 12h30 à 16h30
ou sur rendez-vous en tout temps


LES ENTREPRISES
LACHANCE
construction résidentielle

Près de **300 terrains disponibles**
Plus de **70 modèles de maisons**
lachance.qc.ca



Coquetel-bénéfice : la Soirée gageure est de retour! 33^e édition de l'activité de financement

Le traditionnel coquetel-bénéfice du Centre communautaire de loisir Sherbrooke se déroulera le mercredi 7 mai 2014. Aussi appelé Soirée gageure, l'événement se distingue des autres activités de financement par son caractère convivial. Au total, 4 200 \$ seront remis en prix dont un grand prix de 1 000 \$.

Le président d'honneur de la 33^e édition est Daniel Quirion, architecte associé chez Cimaise à Sherbrooke. Ce père de trois enfants, inscrit aux différentes activités du Centre, est plus qu'un pré-

sident d'honneur, il est aussi un usager impressionné par le large éventail d'activités offertes.

Les billets sont en vente au coût de 100 \$ au 819 821-5601. Les profits amassés lors de cette

soirée seront consacrés, notamment, à l'offre d'activités de loisir pour les jeunes et les familles à faibles revenus fréquentant le Centre. Rappelons que le Centre s'autofinance à 90 %.

Monique Joyal-Painchaud décorée



Récemment, Monique Joyal-Painchaud recevait, avec cinq autres personnes, l'Ordre de Saint-Michel des mains de Mgr Luc Cyr, archevêque de Sherbrooke, pour services rendus à l'église. Une distinction introduite ici dans les années 50 par Mgr Desranleau. L'Ordre de Saint-Michel est un ordre de chevalerie fondé à Amboise en 1469 par Louis XI. On le désignait alors comme « Ordre et aimable compagnie de monsieur saint Michel ». Les membres de l'ordre de Saint-Michel se disaient chevaliers de l'ordre du Roi. Son siège était établi à l'abbaye du Mont-Saint-Michel. (Photo : Louise Sylvain).



Daniel Quirion

Elle fait belle figure



Toutes nos félicitations à Me Marie-Claude Laquerre, notaire du bureau de Corriveau Laquerre, notaires, qui a terminé tout juste derrière Ludis Média dans la catégorie « Nouvelle entreprise de l'année » au Gala Reconnaissance Estrie 2014.



ENSEMBLE ON S'OCCUPE DES VRAIES AFFAIRES

Laissons de côté la souveraineté et autres débats du PQ qui freinent l'élan du Québec et divisent les Québécois.

L'équipe libérale de Philippe Couillard est compétente, à la fois expérimentée et renouvelée, et prête à gouverner dès le premier jour.

Faites le choix d'un gouvernement qui s'occupe des vraies affaires, faites le choix d'un gouvernement libéral majoritaire.



« Ensemble, nous redonnerons une voix forte à Sherbrooke à l'Assemblée nationale. »

- Luc Fortin

plq.org

Comité LUC FORTIN
2215, rue King Ouest
Sherbrooke (Québec) J1J 2G2

Téléphone : 819 563-1661
Télécopieur : 819 563-5959
luc.fortin@plq.org

LUC
FORTIN
SHERBROOKE



Martine Gendron, agente officielle.



AVEC TOI, JE LIS ! Randonnée

Une joyeuse activité qui consiste à remplir un questionnaire sur le quartier.
Explorez le quartier afin de trouver et de noter les indices. Il y a quatre questions à résoudre.
Les questionnaires doivent être remplis avant le vendredi 9 mai et déposés au bureau de l'Ascot en Santé.
Des prix de participation seront tirés au sort.

Pour plus d'informations contactez Johanne Audet : Courriel : johanne.audet@montreal.ca

DÉPART DU TRAJET No 1

Au stationnement de l'église du 785, rue Thibault.
Suivez le trottoir à votre droite jusqu'à la borne d'incendie.

1. Complétez le nom de ce centre de la petite enfance (CPE).

Les _____

Poursuivez la montée à votre droite sur le trottoir.

2. Levez les yeux, que lisez-vous sur l'affiche de couleur citron limette?

Approchez un peu du mur de l'école.

3. Sur la grande affiche sur le mur, quelle fondation a des objectifs santé?

Reprenez le trajet en marche rapide jusqu'à l'arrêt de la rue André.

4. Quel dessin pouvez-vous voir sur le panneau routier en losange jaune?

Traversez la rue André et poursuivez jusqu'à la rue Caroline-Therrien.

5. Que nous indique de particulier l'affiche de cette rue?

Retournez sur vos pas en utilisant le trottoir.

6. Quels sont les numéros d'autobus de ville qu'il est possible de prendre devant l'école?

Retournez au stationnement de l'église.

7. Que lisez-vous sur l'affiche bleue sur le mur de l'église?

*Vous avez ainsi complété votre circuit de la randonnée de lecture!
Retournez à votre point de départ et amusez-vous en lisant tout ce qui est lisible sur votre chemin.*

Complétez le coupon ci-joint pour participer au tirage.

DÉPART DU TRAJET No 2

Au Carrefour Dunant. Faites le tour extérieur des boutiques.

1. Complétez l'affiche suivante : Liquidation _____

Ensuite, presque en face de Subway (de l'autre côté de la rue).

2. Écrivez le nom de l'organisme que vous lisez sur l'immeuble.

Continuez allègrement votre ballade sur le trottoir vers la rue Belvédère Sud. Au coin des rues Dunant et Belvédère Sud, il y a une station d'essence.

3. Quelle est la couleur dominante de l'affiche de cette station d'essence?

4. Quel est le nom de cette station?

Tournez à gauche et poursuivez votre marche vers la rue McManamy.

5. Quel est le nom du casse-croûte près de l'intersection?

Continuez à marcher sur le trottoir vers la rue McManamy.

6. Inscrivez le numéro de téléphone du salon de coiffure situé à votre gauche.

Au coin des rues McManamy et Belvédère Sud.

7. Il y a un restaurant dont les premières lettres sont D-É-G-U-S...
Écrivez le nom du restaurant au complet :

*Vous avez ainsi complété votre circuit de la randonnée de lecture!
Retournez à votre point de départ et amusez-vous en lisant tout ce qui est lisible sur votre chemin.*

Complétez le coupon ci-joint pour participer au tirage.

AVEC TOI, JE LIS!
Randonnée de lecture pour la famille
Coupon à compléter pour le tirage

Famille participante : _____

Téléphone ou courriel : _____

Âge des enfants : _____

Déposez le coupon avec le questionnaire complété au bureau de
l'Arrondissement du Mont-Bellevue au 600, rue Thibault.

AVEC TOI, JE LIS!
Randonnée de lecture pour la famille
Coupon à compléter pour le tirage

Famille participante : _____


Téléphone ou courriel : _____

Âge des enfants : _____

Déposez le coupon avec le questionnaire complété au bureau de
l'Arrondissement du Mont-Bellevue au 600, rue Thibault.

année de lecture pour la famille

simple lors d'une courte randonnée pédestre en milieu urbain.
tre trajets. Vous pouvez les faire tous ou encore en faire seulement un.
és au bureau de l'Arrondissement du Mont-Bellevue au 600, rue Thibault.
au sort parmi les questionnaires reçus.
riel : ascotensante@csrs.qc.ca / Téléphone : 819 342-0996

Conte et Crayon 
Activité organisée par le comité Conte et Crayon
de la table de concertation Ascot en Santé

DÉPART DU TRAJET No 3

Au coin des rues Thibault et Belvédère Sud. Marchez sur le trottoir en direction nord (vers le centre-ville de Sherbrooke). Restez sur ce côté de la rue pour tout le trajet. Face à la place Belmont.

1. La profession de Karyne Breton est d'être une :

Marchez jusqu'au prochain feu de circulation.

2. Vous vous retrouvez au coin des rues :

et

Traversez la rue Sara et arrêtez-vous devant la cuisine collective.

3. De quelle graminée parle-t-on dans le nom?

En face du CPE Le P'tit Gadu.

4. Quel est le numéro de téléphone du CPE?

Un peu plus loin, un commerce fabrique des chandelles (qui ne brûlent pas encore).

5. De quelle couleur est la Mèche?

Poursuivez votre marche jusqu'au prochain arrêt, là où se trouve l'usine Vittoria. On y parle d'un breuvage très populaire.

6. Complétez le nom : La boutique du _____

Poursuivez votre trajet jusqu'à la rue Prince.

7. Indiquez le nom du commerce en face de cette rue.

Vous avez ainsi complété votre circuit de la randonnée de lecture!
Retournez à votre point de départ et amusez-vous en lisant tout ce qui est lisible sur votre chemin.

Complétez le coupon ci-joint pour participer au tirage.

AVEC TOI, JE LIS!

Randonnée de lecture pour la famille

Coupon à compléter pour le tirage

Famille participante : _____

Téléphone ou courriel : _____

Âge des enfants : _____

Déposez le coupon avec le questionnaire complété au bureau de l'Arrondissement du Mont-Bellevue au 600, rue Thibault.

DÉPART DU TRAJET No 4

Au stationnement du bureau de l'arrondissement au 600, rue Thibault.

1. Que devez-vous arrêter dans la zone anti-ralenti?

Face à la grande banderole blanche.

2. Que veut dire Bem-vendo?

En sortant du stationnement, tournez à droite et marchez jusqu'à l'entrée du parc Belvédère.

3. Au parc Belvédère, il est interdit de se promener en _____
en _____ et en _____ mais il est permis
de se promener avec un _____ en laisse.

Sur la structure bleue, on peut apprendre que le parc Belvédère a été nommé en l'honneur de Belvidere farm.

4. Quelles sont les années indiquées?

5. Quelles sont les heures d'ouverture du parc? (Attention, il y a un piège!)

6. Qu'est qu'il est écrit derrière le mur servant à pratiquer les coups au tennis?

7. Qu'est-ce que le FLASH?

Marchez vers le terrain de baseball.

8. Quels sont les 7 mots inscrits sur le grand panneau servant au baseball?

Vous avez ainsi complété votre circuit de la randonnée de lecture!
Retournez à votre point de départ et amusez-vous en lisant tout ce qui est lisible sur votre chemin.

Complétez le coupon ci-joint pour participer au tirage.

AVEC TOI, JE LIS!

Randonnée de lecture pour la famille

Coupon à compléter pour le tirage

Famille participante : _____

Téléphone ou courriel : _____

Âge des enfants : _____

Déposez le coupon avec le questionnaire complété au bureau de l'Arrondissement du Mont-Bellevue au 600, rue Thibault.



BERNADETTE CINQ-MARS : *une femme exceptionnelle*



Entrevue réalisée par
**Dureise
JEAN**

Pendant environ 40 minutes, Bernadette Cinq-Mars, éducatrice et directrice générale du CPE Le P'tit Gadu, se confie en toute franchise au journal communautaire *Regards*. Beaucoup de points ont été abordés : sa vie privée, ses succès en milieu éducatif, ses accomplissements et les difficultés qu'elle a dû affronter.

Tout d'abord, une brève biographie de Bernadette Cinq-Mars s'impose. Celle-ci est mère de famille et est née en 1949. Elle fit un baccalauréat en enseignement en 1969, avant d'entamer une brillante carrière dans le monde de l'éducation. « Au fil de mes emplois, j'ai enseigné d'abord au primaire, puis au Cégep de Sherbrooke et à celui de Granby en technique d'éducation aux adultes. Ma dernière expérience dans l'enseignement fut en enfance inadaptée » confiera-t-elle.

Bernadette Cinq-Mars a intégré le CPE le P'tit Gadu en 1981. Cette femme d'exception a su consacrer son temps et sa jeunesse au service des autres, notamment, en milieu de la garderie. « Comme je suis au P'tit Gadu depuis fort longtemps, je peux dire qu'il s'y



vécut beaucoup de changements, de projets et de défis. Cela a fait en sorte que j'y suis demeurée. », dit-elle, avant d'ajouter « Si j'avais eu un travail routinier, cela ferait longtemps que je serais partie! », pour signifier que l'inactivité n'est pas dans sa nature profonde. Femme proactive, elle a un constant souci de savoir si elle a quelque chose à apporter aux autres. Une attitude grandement marquée par de multiples implications auprès des organismes

de la région de l'Estrie. Elle est, ou fut, membre de différents comités éducatifs de la région, dont trésorière à Ascot en Santé, membre du conseil d'administration du regroupement des CPE à Sherbrooke, représentante pour l'Estrie à l'association provinciale des CPE pendant quatre ans, pour ne citer que ceux-là.

En acceptant d'œuvrer définitivement au CPE le P'tit Gadu, Bernadette Cinq-Mars quittait l'enseignement pour être plus proche des enfants, et ce, en dépit de son travail de gestionnaire. « Même si je suis au bureau, les enfants viennent me dire bonjour. Ils viennent fouiner dans mon bureau pour voir s'il n'y a pas quelque chose d'intéressant. », susurre-t-elle avec une immense joie. « Je suis dans une ambiance où je suis en lien avec les 0-5 ans, avec leurs parents et un personnel qualifié. Qui plus est, poursuit-elle, c'est une clientèle multiculturelle. ». Cette dernière en profite pour souligner qu'au P'tit Gadu, l'accent est surtout mis sur la qualité des services de garde offerts aux parents. « Nous pensons que tout se joue avant 5 ans. Dans cette optique, notre mission est de favoriser le développement global et le cheminement de l'enfant vers l'école. ». Cette une mission réussie pour Bernadette Cinq-Mars, qui peut donc partir à la retraite avec le sentiment du devoir accompli. « J'ai le sentiment de donner un enseignement de qualité aux enfants, si j'en juge les commentaires des parents. Je vais prendre ma retraite d'ici les deux ou trois prochains mois. Je partirai avec l'esprit tranquille et le sentiment d'avoir contribué au développement harmonieux des enfants! ».

Détenteur d'un permis du ministère de la Famille, le CPE Le P'tit Gadu dispose actuellement d'une installation de 78 places. Ce CPE projette d'ajouter une installation adjacente. Sous l'égide de son conseil d'administration, composé de neuf membres, cette installation sera mise en place par la personne qui prendra la direction du CPE Le P'tit Gadu après le départ de Bernadette Cinq-Mars. Ce conseil d'administration est là pour assurer la bonne marche du CPE, par la prise de décisions nécessaires en lien avec ses activités!

Quincaillerie
PARENT

1237, rue Belvédère Sud Sherbrooke
Téléphone : 819 346-6944



Service de peinture

SICO

Beauli-Tone
PAINT • PEINTURE

Peinture de très grande qualité
à prix très abordable

Service de vitrerie



Réparation
de moustiquaires,
fenêtres et portes
(même en bois)

Coupe de vitres
et miroirs

On aime rendre service depuis plus de **50** ans dans le quartier!



Geneviève Bruneau : intervenante éducatrice et responsable des activités jeunesse, s'occupe aussi de la mise à jour du site Facebook pour Famille Espoir.



Denyse TREMBLAY
dtremb7@videotron.ca

En 2004, Geneviève Bruneau devient intervenante éducatrice à temps partiel avec Famille Espoir. En janvier 2013, elle tombe à temps plein en remplacement d'un congé de maternité. Native de Sherbrooke, elle caresse le rêve de devenir enseignante en français au secondaire. Présentement, elle fait sa maîtrise en enseignement à l'UQTR, à Trois-Rivières : un cours à distance simultanée via ordinateur et webcam. Certaines fins de semaine, elle doit se présenter à l'université de Trois-Rivières pour des évaluations, des examens ou des exposés oraux.

Lors de ma rencontre avec elle, je lui ai demandé, pourquoi avoir choisi de travailler pour Famille Espoir? — « Et bien, il y a plusieurs raisons : j'adore la vie du quartier Ascot, car les familles sont attachantes, le travail est enrichissant, les gens ont une approche collective et communautaire. Bref, je me sens comme chez moi. » Mais saviez-vous que c'est une clientèle multiculturelle? — « Oui, et chacun apporte son expérience. » Quel genre de travail accomplissez-vous? — « J'aimerais vous parler du projet « Couleur en plein air » dont je m'occupe durant la période estivale avec trois ou quatre personnes. Cela fait tout près d'une vingtaine d'années qu'on se promène durant l'été sur différentes terrasses du quartier pour faire de la peinture en plein air avec les jeunes, bien sûr avec l'accord des propriétaires des lieux.

Expliquez-moi un peu cette activité. — « C'est un programme qui se fait le lundi à des endroits spécifiques, car on a cinq sites déterminés par nous, tel que la Coopérative des grandes familles (près de la rue Kingston), Famille Espoir, le HLM sur la rue Jogues, la place des Rose-raies et le parc Belvédère. On apporte un panier d'épicerie rempli de matériel de peinture que nous fournissons gratuitement aux jeunes. On s'installe sur une terrasse et on fait de la peinture en plein air. C'est une belle activité que les jeunes adorent! » Je trouve cela très original et unique en son genre. Est-ce qu'il vous arrive d'avoir un suivi des jeunes ou de les revoir, lorsqu'ils quittent? — « Bien sûr! Cela fait dix ans que j'exerce ce métier à Famille Espoir, alors j'ai eu le plaisir de voir cheminer ces jeunes. Des années plus tard, ils reviennent nous dire bonjour, nous présenter leurs enfants ou leur famille. On ne peut pas couper les ponts avec eux après toutes ces années travaillées ensemble. Souvent, ils ont dû changer de quartier ou sont allés vivre dans une autre ville. J'aime beaucoup les revoir. » Peut-on dire que c'est comme lorsque les enfants partent de la maison? Elle dit en riant : — « Ça se ressemble, car ils volent de leurs propres ailes avec le bagage qu'ils ont accumulé et l'expérience qu'on leur a transmise. »



Geneviève Bruneau

Vous avez un projet que vous caressez? — « J'aimerais continuer à travailler dans ce projet multiculturel. J'aime les jeunes et l'enseignement. » Merci madame Bruneau de m'avoir accordé cette entrevue qui fut spontanée et non prévue dans votre horaire.

Lorsque je regarde le feuillet de Famille Espoir sur ce qu'ils offrent, j'y trouve tout un éventail d'activités comme des cafés causerie, de dîners rencontre, des ateliers pour les parents et les jeunes, sans oublier la halte-garderie et j'en passe... Alors j'invite les gens à contacter l'organisme Famille Espoir, afin de s'informer sur tout ce qu'ils offrent aux gens du quartier d'Ascot, comme le dit le slogan inscrit sur une affiche au local de Famille Espoir : « Une place pour moi! ».

AGENCE DE VOYAGES
LE CLUB STAN-BUY

(819) 566-5595
1 888 236-5595

« On a plein d'idées pour bien planifier vos vacances »

219, rue Wellington Sud, Sherbrooke
(Québec) Canada J1H 5E1

Détenteur d'un permis du Québec

Réception 108

Une présentation qui a du goût!

- Service de banquets
- Buffet chaud, froid et méchoui
- Traiteur à domicile
- Cocktail, 5 à 7, Sushis

www.reception108.com

André Moreau
Télec. : (819) 562-3618
Cell. : (819) 678-2225

(819) 562-2223
1715, rue Dunant, Sherbrooke, Qc J1H 4A3



La Communauté de langue russe de l'Estrie

En février 2014, on procédait au lancement officiel de la Communauté de langue russe de l'Estrie, à Sherbrooke, à l'initiative d'Anna Khij, Svitlana Liudovska et Anna Izmaylova. L'organisme a pour but de réunir les gens des 15 anciennes républiques soviétiques, mais aussi tous ceux et celles qui aiment la langue russe. À Sherbrooke, la majorité des immigrants qui parlent russe sont originaires d'Ukraine, de la Moldavie, de la Biélorussie, de la Russie et autres états russophones. En générale on compte environ 350 personnes, ici au Sherbrooke, et près de 1 000 personnes en Estrie qui parlent russe.



Anna Izmaylova, Anna Khij et Svitlana Liudovska.



La fête du Nouvel An 2014...

Ça faisait un bout de temps que ceux-ci souhaitaient créer une telle communauté, dans le but de réunir les passionnés de la culture russe. D'ailleurs, pour la première fois dans l'histoire de Sherbrooke, des citoyens d'origine russe ont passé la Journée de l'An 2014 ensemble. Cette fête a rassemblé plus de cent personnes : un moment agréable, amical et très amusant, surtout pour les enfants. Pour la circonstance, on leur a spécialement présenté de l'animation théâtrale avec des personnages des contes de fées russes, de petites compétitions, ainsi que de beaux cadeaux. On n'a pas oublié les adultes, car il y eut des chansons ukrainiennes et russes, des danses, des concours et une tablée avec des plates traditionnelles de chaque famille.



Les hommes rendant hommage aux femmes à la Journée internationale de la femme.



Chants russes avec les enfants lors de la Journée internationale de la femme.

La création de la Communauté de langue russe de l'Estrie a permis de mettre sur pied un groupe de théâtre en langue russe pour les enfants de 5 à 10 ans. Le but : soutenir et préserver la langue russe; développer la communication en russe; et faire découvrir la culture russe à nos enfants. De plus, dans le futur, nous projetons de créer une école de

langue russe destinée aux enfants et à tous les gens qui aimeraient l'apprendre.

Le 8 mars, la Communauté russe de l'Estrie a souligné la Journée internationale de la femme, en l'honneur de toutes les femmes de notre ville. L'activité a été réalisée grâce au soutien de la Fédération des communautés culturelles de l'Estrie (FCCE). On a donné un spectacle du groupe de théâtre en langue russe et un hommage aux femmes fut rendu par les hommes présents.

Le 11 avril prochain, la Communauté de la langue russe de l'Estrie invite tous les Sherbrookoïses à participer à la Journée Cosmonautics. Celle-ci souligne l'anniversaire du premier vol spatial de l'être humain.

La Communauté de la langue russe de l'Estrie planifie beaucoup d'autres projets visant à développer et intégrer la culture slave dans la société canadienne. Vous êtes les bienvenus dans notre communauté. Pour toutes questions à notre sujet, veuillez écrire au courriel : sherbrus.qc@gmail.com ou info@sherbrus.ca ou au tél. : 819 791 2110

obtenez

5 \$ de **RABAIS**

à l'achat de 25\$ en cartouches d'encre

* offre valide en magasin seulement • EXPIRE LE 30 AVRIL 2014

Stationnement disponible

Ouvert du lundi au vendredi de 8h30 à 17h00

Boutique
LASERPRO
Cartouches | Recyclées

255, rue Galt Ouest, Sherbrooke
Près de la rue Alexandre
(819) 566-2847

Visitez-nous au www.laserpro.ca
ou rejoignez-nous sur



Textes et photos : Daniel St-Onge

Gérard Pierre Ti-I-Taming persiste et signe...

Le 22 février dernier, la librairie Médiaspaul de Sherbrooke accueillait Gérard Pierre Ti-I-Taming pour une séance de signature publique du septième des livres qu'il a publiés à ce jour, et intitulé *Soleil Noir*. Il s'agit du premier de deux tomes, qui retrace le parcours de l'auteur, à l'aube des années 60, depuis sa Martinique natale, en passant par les États-Unis, jusqu'au Québec, sur fond de lutte contre la ségrégation raciale, aux côtés des Malcolm X et Martin Luther King Jr. Le livre de notre collègue du conseil d'administration de *Regards*, est un message d'espoir pour les nouveaux arrivants, un témoignage du rude chemin parcouru pour parvenir à la dignité humaine, nonobstant la couleur de la peau et l'origine sociale. À lire!



Gérard Pierre Ti-I-Taming et sa conjointe Francine Goupil.

« Noir de monde » un parcours historique de la négritude

Le 25 février dernier, Actions inter-culturelles de développement et d'éducation (AIDE) organisait une activité intitulée « **Noir de monde** », dans le cadre du Mois de l'histoire des Noirs. Une soixantaine de personnes s'étaient déplacées, y compris une classe d'immersion française pour immigrants du Cégep. À cette occasion, les gens ont pu entendre l'infirmière à la retraite d'origine haïtienne Rollande Petit (photo), relater le parcours des Noirs à travers les âges, depuis les confins de l'Afrique, en passant par les différents périodes d'esclavagisme, jusqu'à nos jours avec, notamment, la lutte pour les droits civiques aux États-Unis menée par le Dr Martin Luther King. Le tout fut agrémenté d'une prestation musicale aux airs afro-américains de l'organisateur communautaire Eric Akbar Manolson. Un après-midi apprécié de tous.



PARTI QUÉBÉCOIS

Le lundi 7 avril, je choisis
Serge
Cardin
dans Sherbrooke

pq.org

Autorisé et payé par Jean Bernier, agent officiel.



La santé de nos jeunes : un enjeu de société qui ne doit pas passer sous silence



**Par Evelyne Lapierre
coordonnatrice
Action Santé
Mont-Bellevue**

En cette campagne électorale, les discours fusent de toute part, remplis de promesses d'un avenir meilleur. L'un des thèmes abondamment véhiculé est « un Québec en santé ». Cependant, quelle place les candidats donneront à la santé de nos jeunes pour contrer les problèmes de sédentarité et de mauvaise alimentation?

La prévalence de l'obésité chez les jeunes de 0-17 ans ne cesse de croître en raison des nombreux changements sociétaux que nous vivons : réduction du transport actif, nature sédentaire de plusieurs loisirs, culture de l'alimentation rapide, etc. Les jeunes d'aujourd'hui ont une espérance de

vie inférieure à celle de la génération qui les précède. Cela représente une première dans l'histoire. Si cette tendance n'est pas renversée, les conséquences de ce fléau engendreront une pression énorme sur un système de santé déjà trop sollicité.

Les dépenses en santé attribuables à l'obésité représentent actuellement 816 millions de dollars. Les facteurs qui influent sur l'obésité peuvent être personnels, mais aussi sociaux et environnementaux. Ce qui signifie que les élus ont le pouvoir et la responsabilité d'agir sur la santé de la population, dont celle des jeunes.

Outre le fait de prévenir l'embonpoint et plusieurs maladies chroniques, l'activité physique contribue notamment au développement global du jeune et à la prévention du décrochage scolaire. L'argent injecté en faveur des saines habitudes de vie représente donc un investissement gagnant pour avoir des communautés en santé, et assurer

ainsi un avenir prometteur pour le Québec.

L'Estrée compte neuf regroupements locaux pour les saines habitudes de vie, tels Action Santé Mont-Bellevue, réunissant plus de 140 partenaires provenant du milieu municipal, scolaire, communautaire, des loisirs, ainsi que de la santé et des services sociaux. En mettant en commun leurs ressources et expertises, ces derniers œuvrent ensemble pour améliorer les habitudes de vie des 61 697 enfants de 0 à 17 ans de notre région.

Ces partenaires espèrent un engagement ferme de la part des candidats pour renverser la tendance : des lois ou budgets dédiés à l'aménagement pour faciliter la marche et le vélo, pour rendre les parcs plus attrayants pour bouger, pour soutenir une offre alimentaire saine dans les milieux fréquentés par les jeunes, etc. En résumé, ils souhaitent que le 7 avril, ces décideurs votent pour la santé des jeunes, de nos jeunes!



Avril, mois des becs sucrés



**Marilou
PERRON-TESSIER
Cuisine collective
Le Blé d'Or**

Jadis, les sucreries étaient interdites pendant la période du carême, la fête de Pâques marquait ainsi la fin de la restriction. De nos jours, Pâques est synonyme de la cabane à sucre en famille, les œufs et les lapins en chocolat qui font le bonheur des tout-petits et des grands. Mais qu'en est-il de toutes ces variantes du sucre ? Est-il faux de croire qu'il y en a des meilleurs pour la santé?

Le plus commun des sucres est le sucre blanc dit de table que l'on utilise pour sucrer son café. C'est un sucre raffiné extrait de la canne à sucre ou de la betterave. Contrairement à l'idée reçue, le sucre brun, ou la cassonade, n'est pas meilleure pour la santé puisque celle-ci n'est qu'en fait du sucre blanc additionné de mélasse, selon la couleur et le goût souhaité. Nos grands-mères

ont longtemps cru que la mélasse était une bonne source de fer, mais dans les faits, elle contient la même quantité qu'on retrouve dans une tranche de pain.

Le sirop d'érable quant à lui contient une infime quantité de vitamines et minéraux. En effet, pour une portion de 30 ml (2 c. à soupe), il comble 50 % de nos besoins quotidiens en manganèse en plus de contenir un peu de zinc, de magnésium, de calcium et de potassium. Cependant, il est préférable de combler nos besoins en minéraux avec des aliments plus nutritifs tels que le lait au chocolat. Surpris? Sachez qu'à portions égales, le lait chocolaté ne contient pas plus de sucre qu'un verre de jus de pomme. En plus, c'est un breuvage très nutritif qui contient les mêmes 15 éléments essentiels que le lait nature soit du calcium, du phosphore, du magnésium, des vitamines A et D ainsi que des protéines.

Et le miel dans tout cela? Il a un profil nutritionnel plus intéressant car il contient effectivement une quantité appréciable d'antioxydants.

En résumé, retenir que les sucres sous toutes leurs formes, sont traités de la même façon par notre organisme et procurent tous 16 calories par cuillère à thé. Bref, pour Pâques, on consomme le sirop d'érable et le miel parce qu'ils sont peu raffinés et qu'ils sont des produits d'ici qui encouragent nos producteurs locaux. Et on offre des cœurs en chocolat noir pour ces vertus anti oxydantes!

Quantité de sucre dans...	
Aliments	En nombre de sachets de sucre
15 ml de miel, de sirop d'érable ou de mélasse	3
1 tranche de pain blanc	1/2
1 tablette de chocolat (50 g)	6 à 7
1 canette de boisson gazeuse (355 ml)	8
1 pointe de tarte aux pommes	8
250 ml de crème glacée molle (vanille)	8
30 jelly beans	16



Par Johanne Audet, Ascot en Santé

Une invitation spéciale : un conte pyjama pour enfants et un conte pour les parents

Une deuxième invitation toute spéciale, une rencontre préparée pour vous, parents d'enfants entre 0 et 7 ans. Nous vous proposons une version différente du conte en pyjama que vous connaissez bien. Le conte présenté à l'école Des Quatre-

Vents, le mercredi 23 avril, aura un volet spécial pour les parents. Pendant que les enfants se feront faire la lecture d'une histoire, les parents aussi auront la chance de se faire lire des histoires pour eux. Venez redécouvrir le plaisir de se faire lire. La

collation et les livres seront encore au rendez-vous.

Pour informations :

Johanne Audet, Ascot en Santé

819 342-0996

Courriel : ascotensante@csrs.qc.ca

LA PIÈCE DE THÉÂTRE *BOBÉPINE*

Invitation pour voir la pièce de théâtre intergénérationnelle *Bobépine* avec des grands-parents de la Maison des Grands-Parents de Sherbrooke et des adolescents de l'école Mitchell-Montcalm, et Alexandre Leclerc comme metteur en scène.

La pièce aura lieu le mercredi 28 mai et le jeudi 29 mai 2014 à 20 h à la salle Du Parvis, 987, rue du Conseil, Sherbrooke. Le coût : 10 \$ pour adultes et 8 \$ pour

étudiants. Vous pouvez passer prendre vos billets à la Maison des Grands-Parents, 1265, rue Belvédère sud (ancien presbytère St-Joseph) à Sherbrooke ou en réservant par téléphone au 819 820-9803.

Résumé de la pièce : Spectacle à sketches écrit en collaboration avec Jocelyne Corbeil, Larry-Michel Demers, Jacques Girard, Ginette Guay, Pierre Potvin et Pierrette Robitaille. Synopsis : Rollande Rouleau et Shirley Champoux célèbrent

les 40 ans de leur salon *Bobépine*. Leur reviennent les moments importants de leur carrière : un concours de teinture; la visite d'un mystérieux maniaque sexuel...; la visite de la grosse Charlotte, entrant dans un salon de coiffure pour la première fois; la crise de mademoiselle Bourboin insatisfaite de sa coupe quelques heures avant la veillée des Chevaliers de Colomb, etc. Vraiment, être coiffeuse n'est pas un métier de tout repos!



Jean Coutu

François Maltais

1363, rue Belvédère Sud, Sherbrooke

819 565-9595

Lundi au mercredi 8h30 à 21h00

Jeudi, vendredi 8h30 à 22h00

Samedi 8h30 à 20h00

Dimanche 9h00 à 20h00



AIR MILES Jean Coutu

Payez maintenant vos achats directement avec vos miles de récompense AIR MILES.

5\$ de rabais

Sur tout achat de 30\$ et plus en pharmacie

Pharmacie François Maltais Belvédère Sud SEULEMENT sur présentation de ce coupon-rabais.

Valide jusqu'au 30 avril 2014

* Sauf sur prescription

Rien de plus simple!
Ayez en main votre carte AIR MILES et votre NIP et le tour est joué.



RUISSEAU DE L'HOSPICE : premier hôpital de Sherbrooke



**Jean-Marie DUBOIS et
Gérard COTÉ**
membres du Comité
de toponymie de la
Ville de Sherbrooke

Ce ruisseau de près de 4 km de longueur prend sa source dans le secteur des rues de Beaupré et du Fort-Chambly ainsi que dans le parc du Mont-Bellevue. L'embranchement dans le parc du Mont-Bellevue est encore naturel jusqu'à la rue Dunant mais il est canalisé avant de se jeter dans le bassin de rétention Pierre-Théberge, construit en 1992. L'embranchement principal du ruisseau est naturel au sud de la rue Aline mais souterrain jusqu'à la rue Thibault. Au nord de la rue Thibault, il est redressé à l'air libre jusque dans le bassin Pierre-Théberge puis souterrain jusqu'à

son embouchure. Du bassin Pierre-Théberge, il se dirige vers l'intersection des rues Dunant et des Boisés, suit les rues Dunant et Belvédère Sud, passe dans le parc Alfred-Élie-Dufresne et se jette dans la Saint-François en face de l'île des Sœurs. Le ruisseau est progressivement canalisé dans des conduites souterraines des années 1930-1940 à Sherbrooke jusqu'aux années 1990 dans Ascot.

Le nom du ruisseau est utilisé depuis au moins les années 1960 et vient du fait qu'il passait en façade de l'ancien hospice du Sacré-Cœur. Cet hospice est construit par les Sœurs de la Charité de Saint-Hyacinthe en 1886-1887. Il remplace un premier hospice installé en 1875 près de l'intersection des rues Galt Ouest et Wellington Sud. À cet hospice pour vieillards et orphelins, on ajoute en 1954 une aile qui prend le nom d'hôpital D'Youville. L'hospice, lui, devient alors le pensionnat



Photo : Archives des Sœurs de la Charité de Saint-Hyacinthe.

du Sacré-Cœur. En 1969, les Sœurs cèdent l'établissement au Gouvernement du Québec. En 1996, cet établissement devient le pavillon D'Youville de l'Institut universitaire de gériatrie de Sherbrooke. Le toponyme est officialisé par la Commission de toponymie du Québec le 5 décembre 2013.



Préserver son identité



Jn-Guy SAINT-GELAIS
Surveillant de quartier
Arr. du Mont-Bellevue



Quand le bras articulé a soulevé le bac de récupération pour vider le contenu dans la benne à ordures, des papiers se sont envolés au vent. Plus loin, mon ami Denis a vu ces papiers dans sa cour et les a ramassés. SURPRISE! Il avait entre les mains le brouillon de la déclaration d'impôts de son sixième voisin.

Il y avait son nom, son adresse son numéro de téléphone, mais, surtout, son numéro d'assurance sociale. De plus, il y avait toutes les informations sur sa conjointe. Quelle manne pour un fraudeur. Avec ces renseignements, il est très facile de se forger une nouvelle identité ou de procéder à toutes sortes d'activités illicites. Denis est allé voir son voisin.

Denis est membre de la surveillance de quartier. Quand il a expliqué à son voisin les

immenses risques qu'il avait pris en jetant ses documents aux ordures, ce dernier a réalisé les implications d'une telle négligence. Nous ne le répétons pas assez : DÉCHIQUETEZ VOS DOCUMENTS RENFERMANT DES DONNÉES NOMINATIVES.

Depuis plusieurs années, nous vous recommandons d'acheter une déchiqueteuse (environ 30 \$) pour détruire vos documents. Spécialement au printemps quand nous faisons nos rapports d'impôts. C'est une bonne occasion de faire le ménage dans les documents accumulés au cours de l'année. Également, avec cette machine, vous pourrez détruire au fur et à mesure les comptes d'électricité, les relevés de cartes de crédit ou les offres des institutions financières qui inscrivent des données nominatives dans leur correspondance.

La prudence est la meilleure protection contre la fraude. Dans une prochaine chronique, nous vous indiquerons quels documents garder et pour combien de temps. En attendant, PENSEZ À PRÉSERVER VOTRE IDENTITÉ.

À la prochaine.

Surveillance de quartier
de l'arrondissement du Mont-Bellevue
info@surveillancedequartier.org
www.surveillancedequartier.org

**solution
du
sudoku
de la
page 23**

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



Votre entreprise



**Guillaume
CORRIVEAU**
Notaire fiscaliste et
médiateur familial

Vous désirez démarrer votre propre entreprise. Avez-vous pensé à votre structure légale? Souhaitez-vous vous incorporer? Devez-vous vous procurer vos numéros de TPS-TVQ?

La société par actions

La société par actions, aussi appelée « compagnie », a deux avantages majeurs à vous offrir. Premier avantage : vous pouvez bénéficier de la protection des actifs. Une société détient son propre patrimoine. En cas de faillite de la société, vous n'avez généralement pas à craindre pour vos biens détenus personnellement, tels que votre maison. La faillite de la société n'entraîne donc pas

votre faillite personnelle. Il peut s'agir d'un bon moyen de ne pas tout risquer lors du démarrage d'une nouvelle entreprise. Cependant, prenez garde à l'endossement personnel qui peut nuire à la protection de vos propres actifs.

Deuxième avantage : une PME n'est imposée qu'à environ 19 % de ses bénéfices, contrairement à un particulier travailleur autonome qui peut être imposé jusqu'à un taux maximum d'environ 50 %. La différence de taux est très intéressante, mais il est très important de ne pas utiliser tous les bénéfices de la société pour vivre, mais plutôt d'en réinvestir une partie dans l'entreprise pour bénéficier pleinement de ce taux avantageux.

L'inscription ou non aux taxes?

Oui, sans aucune hésitation, et ce, malgré que l'inscription n'est pas obligatoire si vous avez des revenus d'entreprise de moins de 30 000 \$. Tout d'abord, avoir ses numéros de taxes peut vous apporter de la crédibili-

té. En obtenant vos numéros de TPS et de TVQ, vous aurez aussi droit de réclamer les taxes que vous payez sur les biens qui sont utilisés pour votre entreprise. Plusieurs m'ont mentionné que Revenu Québec ne vous suggérera pas de vous inscrire tant que vous n'atteindrez pas 30 000 \$ de revenus d'entreprise. Prenez vous-même la décision, mais n'oubliez pas que c'est au démarrage de votre entreprise que vous avez généralement le plus de dépenses, il est donc intéressant de réclamer les taxes payées dans le cadre de votre entreprise.

Consulter un professionnel

Nous ne pouvons que vous rappeler de consulter un professionnel en la matière. Bien que les règles mentionnées soient la réalité pour la plupart des entreprises, il existe de nombreuses exceptions. Assurez-vous que votre entreprise démarre du bon pied. Les quelques dollars investis pourraient vous éviter de nombreux problèmes.

Vittoria[®]
Café

- **Torréfaction personnalisée sur place**
- **Grande variété de cafés venant des quatre coins du monde**
- **Produits spécialisés**

**Boutique ouverte au public
du lundi au vendredi, de 8 h à 17 h**

1625, rue Belvédère Sud, Sherbrooke
819 564-8226
www.cafevittoria.com
boutique@cafevittoria.com

Torréfacteur de café reconnu en Amérique du Nord, Café Vittoria a décidé d'offrir sa vaste sélection de cafés directement au grand public dans sa toute nouvelle boutique située au 1625, rue Belvédère Sud.

Nous avons une grande sélection de produits : chocolat chaud, sirops, tisanes, thés et bien évidemment du café, en grains et moulu présentés en emballages variés (sacs et cannes), de toutes les couleurs de torréfaction.

Vous pouvez même choisir de faire torréfier un café à votre choix parmi, entre autres, le Colombien Supremo, le Jamaïcain Blue Mountain ou encore l'Antigua du Guatemala. Durant les dix minutes nécessaires à la torréfaction qui se déroule devant vos yeux, profitez-en pour déguster gracieusement un café sous les bons conseils du personnel attentionné.



CLUB DES COPAINS DE L'ÂGE D'OR PRÉCIEUX-SANG

Programmation 2013-2014 : Début des activités : 13 h à 16 h. Cartes, dards, baseball poches, dominos et crible. Chaque 1^{er} jeudi du mois : bingo de 10 h à 11 h 30, suivi d'un repas.

3 avril : Dîner léger.

1^{er} mai : Dîner des Fêtes des mères et des pères.

15 mai : Élections, suivies du dîner de fin d'année.

Cordiale invitation à tous nos membres et à toutes les personnes désireuses de se joindre à notre groupe et de passer un bon moment.

Informations : Madeleine Côté : 819 346-7829

JARDIN COMMUNAUTAIRE MARCEL-TALBOT

Assemblée générale annuelle de Jardin communautaire Marcel-Talbot. Jardin communautaire Marcel-Talbot invite ses membres à l'assemblée générale annuelle qui aura lieu le lundi 7 avril 2014, à 19 h à l'église du Précieux-Sang, salle Nazareth. **Pour plus d'informations, contactez Marina Starman 819 346-5706 ou par courriel : jardins.marcel-talbot@hotmail.com.**

FAMILLE ESPOIR ET CARREFOUR COMMUNAUTAIRE D'ASCOT

Activités/Famille

Groupe d'achats économiques

Coopérons pour faire des économies. Coût d'adhésion 5 \$.

Les jeudis 3 avril et 17 avril de 13 h à 15 h.

Café-causerie familial

Parents, enfants et aînés sont bienvenus! Un lieu de rencontre pour échanger, faire du bricolage ou du tricot autour d'un bon café! Tous les jeudis matin, à partir de 9 h.

Dîner-rencontre

Dès 12 h, une soupe est servie, suivie d'une séance de formation, d'une activité de groupe ou d'une sortie. C'est l'occasion de s'enrichir et de partager en groupe. Le jeudi 10 avril le sujet de la rencontre, « La diversité : une menace ou une plus value? » et le 24 avril, le sujet est à venir.

Soirée cinéma familiale

Le mardi 25 mars à partir de 18 h

Chorale « Harmonie des peuples »

Le vendredi de 18 h 45 à 20h45 à l'église Précieux-Sang.

Activités occasionnelles

- Sorties Culture du Cœur

- Soirées Interculturelles

- Soirées cinéma familiales

- Sorties familiales

Informez-vous!

Activités jeunesse!

Samedi Jeunesse

Ateliers de peinture à l'eau, sports, bricolages pour les enfants de 4 ans à 13 ans. Activités spéciales pour les jeunes de 9 à 13 ans. Tous, les samedis de 10 h à 11 h 30 et de 13 h à 14 h 45.

Une place pour moi!

Activités pour les jeunes de 9 à 13 ans à tous les mercredis, de 18 h à 20 h.

Halte-garderie

Répit parental pour enfant de 6 mois à 5 ans le mercredi de 9 h à 16 h et le vendredi de 9 h à 12 h. Places limitées. Informez-vous.

Famille Espoir est situé au 1520, rue Dunant à Sherbrooke.

Tél.819 569-7923 / info@familleespoir.ca/www.familleespoir.ca

FAMILLE PLUS

Pour les familles ayant des enfants entre 0 et 5 ans.

• Lundis animés : les lundis de 9 h à 11 h (Parent-Enfant)

• Matinées Parents : les jeudis de 9 h à 11 h

(Halte-Garderie gratuite disponible pendant l'activité)

• Halte-Garderie : mercredi, jeudi et vendredi de 8 h à 16 h 30

(Réservations le lundi matin entre 9 h et midi)

• Activités Familiales

• Divers programmes les mardis

(Halte-Garderie gratuite disponible pendant les divers programmes)

• Cotisation familiale annuelle : 10 \$

Pour informations : 991, rue Kingston Sherbrooke, (Québec) J1H 3S2. Tél. : 819 822-0835 / Téléc. : 819 822-0835 / familleplus@qc.aira.com Blog : www.famille-plus-sherbrooke.blogspot.com

MÉGA VENTE DE GARAGE AU PROFIT DE LA FONDATION DU PHARE



Venez faire de bonnes affaires à la vente de garage de la Fondation du Phare.

Des objets de toutes sortes vous y attendent : pelles à neige, jouets, vêtements pour enfants, outils et combien d'autres surprises.

C'est un rendez-vous!

**Le samedi 12 avril de 8 h à 15 h
À l'école du Phare**

**Pour plus d'informations ou pour réserver une table
contacter**

Patrice Guay 819 822-5455 poste 14831



Jean Rousseau
Député
Compton—Stanstead



Circonscription
5142, boul Bourque
Sherbrooke (Québec)
J1N 2K7
Tél. : 819-347-2598
Téléc. : 819-347-3583



INTERVENTION DE QUARTIER ASCOT CLSC

Local : 1945, rue des Grands-Monts, app. 9 et 10

Intervenantes de quartier Ascot :

Marie-Pier : 819 570-4000 / Arzemina : 819 829-8098

DEMANDE D'AIDE sans rendez-vous

Tous les MARDIS de 13 h à 16 h. Tous les JEUDIS de 9 h à 12 h.

LOCAL OUVERT : échanges, loisirs et invités

Tous les MARDIS entre 16 h et 19 h (pour adultes).

FRIPERIE GRATUITE ET CAFÉ-RENCONTRE

Tous les VENDREDIS entre 9 h et 12 h.

BÉBÉ TRUCS ASCOT

Les DERNIERS JEUDIS du mois de 13 h à 15 h.

Infirmière, éducatrice et travailleuse sociale sur place.

SERVICE DE PÉDIATRIE SOCIALE

Dre G. Beaulieu et Dr F. Livernoche : 819 570-4000

Local fermé le lundi

COMMUN'ACTION STE-JEANNE D'ARC

Commun' Action Ste-Jeanne d'Arc Inc. est un organisme sans but lucratif qui œuvre depuis plus de 13 ans dans la communauté. Notre objectif : briser l'isolement et favoriser la prise en charge des besoins par la communauté.

Activités et services proposés :

Repas-dépannage :

Repas complet pour aussi peu que 2 \$ / personne.

Les mercredis et jeudis entre 11 h et 12 h. Réservation nécessaire.

Partici-bouffe :

Pour préparer, cuisiner et manger en bonne compagnie, à coût modique. Les mardi de 13 h à 18 h.

Inscription obligatoire 819 239-9444

L'inter-génération:

Pour ceux qui aiment créer de leurs mains; tricot, artisanat, etc.

Tous les lundis de 13 h à 16 h. Activité gratuite.

Dépannage vestimentaire :

Vêtements et accessoires à prix très modiques.

Ouvert du lundi au jeudi de 13 h à 15 h.

Toutes nos activités ont lieu au sous-sol de l'église Sainte-Jeanne-D'Arc, 1000, rue Galt Ouest, accès via la porte de coté sous la passerelle.

Activités à venir : Vente de garage!

4 et 5 avril au sous-sol de l'Église Sainte-Jeanne-d'Arc.

INFORMATIONS: 819 239-9444



petites annonces

Seulement 1 \$ / ligne

SOUTIEN INFORMATIQUE

Je suis dans la cinquantaine, alors j'ai beaucoup d'expérience, et j'en suis un passionné. Formation personnalisée, mise à niveau, réparation d'ordinateur, réinstallation du système d'exploitation avec sauvegarde des données à partir de 40 \$. Pour me contacter, demander Marc (ou laisser un message) : 819 823-9110 ou labroi2006@yahoo.fr.

GARDERIE LES YEUX DU CŒUR INC

Installation de 42 places à 7 \$ par jour. Située en face du parc Belvédère, au 505, rue Thibault. Linda ou Denis (propriétaires), au 819 346-2936. *Bienvenue!*

CRÉATIONS YOGY (Huguette Joannette)

Cartes pour toutes occasions. Cours sur demande, démonstrations sur demande : joannetehuguette@videotron.ca / Tel : 819 791-4634

GESTION MARC-ANDRÉ GIGUÈRE

Déclarations de revenus des particuliers, transmission électronique. magiguere51@hotmail.com 819-565-9229

ACTION-SOLUTION

Fini les dettes! action-solution.ca /

Brigitte Mc Mahon : 819 446-6393 / N° de REQ : 2265735326

GRANDS 3 ½ et 4 ½ À LOUER POUR MAI ET JUILLET

Immeuble propre, tranquille, rénové et de qualité supérieure. Clientèle de choix. Planchers de céramique et flottants. Comptoirs neufs. Frais peint. Environnement boisé. Arr. du Mt-Bellevue. 819 823-1698 / www.appartementsplacedubreuil.com

CONCIERGE RECHERCHÉ – JUILLET

Recherchons personne retraitée ou travailleur autonome pour immeuble de qualité supérieure (arr. Mt-Bellevue). Clientèle adulte de choix. La personne devra demeurer sur les lieux. Aucune réparation, tournée des loyers (chèques) ou pelouse à faire. Tâches : entretien ménager des espaces communs et déneigement des escaliers. 819 823-1698 / www.appartementsplacedubreuil.com

À VENDRE

1 meuble à CD (capacité 300 CD), 10 \$. 1 banc d'exercice, 15 \$. Lecteur vidéo VHS, 15 \$. Informations : 819 822-3299



sudoku

Solution en page 20

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



COOPÉRATIVE
FUNÉRAIRE
DE L'ESTRIE

819 565-7646, 24 heures par jour

www.coopfuneraireestrie.com

Quoi qu'il arrive, vous n'êtes pas seul!

Services complets

Cimetière traditionnel

Cimetière naturel

Arrangements préalables

Columbariums

Mausolée

Chapelle

Accompagnement personnalisé

Cérémonies personnalisées



Sept salons, dont le complexe de la rue du 24-Juin
Sherbrooke, Windsor, Asbestos, Weedon et East Angus



Salon du 505, rue Short, à Sherbrooke