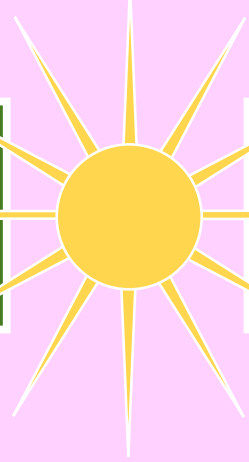


PANORAMA



OUVERTURE HORS-SAISON DE POMMES CROUSTILLANTES



situé au
1535 route 139
(entre Roxton Pond et Roxton Sud
à 3 km du village)

Plusieurs variétés de
pommes
Jus de **pommes** 100% pur
Miel et autres produits
dérivés

**5-6-7-8 février
2026**
**5-6-7-8 mars
2026**

*Nos pommes sont comme
si vous veniez de les cueillir
dans l'arbre, aussi fermes,
croquantes et sans cire!*

À lire en page 6

Centre de Rénovation



- MATÉRIAUX
- QUINCAILLERIE
- PLOMBERIE
- ÉLECTRICITÉ
- PEINTURE / CÉRAMIQUE

Service de livraison



HEURES D'AFFAIRES :

Lundi au vendredi.....8 h à 17 h
 Samedi8 h à 16 h
 Dimanche9 h à 13 h

info@surplusmalouin.com
www.homehardware.ca

450 539-3722

6400, Foster
Waterloo, Qc JOE 2N0



Gino B.

Suis-je le seul à me demander où on s'en va? Suis-je le seul à me demander pourquoi mes taxes et mes impôts servent à financer une police des bancs de neige? Des inspecteurs avec caméras thermiques au cas où un dangereux malfrat aurait décidé de faire chauffer son poêle à bois pour sauver de l'électricité dans la même période où notre société d'état demande à tous de faire attention à l'électricité? On inspecte des poubelles... On habille des policiers en civil afin de prendre en défaut les gens qui oseraient commencer à traverser une rue avant que le petit bonhomme s'allume, même histoire pour les voitures aux intersections. Dans les pays du sud, les policiers allument leurs gyrophares afin de nous avertir de leur présence au cas où on aurait l'idée de traverser un feu rouge. C'est toute une différence quand on parle qu'on veut réellement assurer la protection des automobilistes, on ne se cache pas pour te prendre en défaut, on te prévient que tu es mieux de respecter le code de la route sans quoi... Bref, tout est devenu un prétexte pour taxer. Et tout devient lourd pour un système qui peine déjà à avancer. Je sais que j'en parle souvent de notre système, mais c'est que je crois, que plus que jamais, il faut le changer, l'alléger, parlez-en à quiconque possède une PME. Quand j'étais jeune, je croyais que la fameuse scène du formulaire A38 des *Douze travaux d'Astérix*, était

une caricature de notre société ancrée dans la bureaucratie, je crois que notre beau Québec est devenu une caricature d'Astérix.

Pendant ce temps... Pendant ce temps, on tente de maintenir une économie avec comme principale stratégie de se croiser les doigts. Il y a bien quelques programmes qui existent, avec la BDC entre-autre, afin de favoriser les exportations vers le Mexique, notre troisième plus grand partenaire commercial. Mais, encore une fois, c'est pas si simple. Ce qu'il faut, c'est un vrai accompagnement pour une petite équipe, pas un modèle bureaucratique qui nécessite d'embaucher des gens afin de gérer le programme. Le but d'un entrepreneur, est de générer des profits afin de pouvoir vivre, aujourd'hui il fait vivre le système et lui, il survit.

Je vous raconte une histoire. Cet hiver, j'ai tenté de percer un peu le marché mexicain avec des vélos électriques, le but étant de compenser les pertes occasionnées l'été au Canada. Avec tous les produits chinois disponibles en ligne et dans les grandes chaînes, on doit souvent vendre sans bénéfice afin de survivre. Donc, l'idée de dégager quelques bénéfices l'hiver devient intéressante! Petit hic! Les vélos étant fabriqués en Chine, comme la plupart des vélos, ils sont considérés comme des produits chinois par le gouvernement mexicain et donc surtaxés selon les nouvelles normes douanières mexicaines mises en place au début de l'année afin de

limiter l'importation de produits chinois et favoriser le développement économique local. Au final, lorsque je dois calculer les taxes canadiennes, les taxes mexicaines, le coût du produit, le transport, les taxes canadiennes sur le transport, les taxes douanières et les surtaxes douanières, je me retrouve avec un produit au prix vraiment trop élevé.

C'est cette réalité qui m'a frappé. Le Mexique a mis en place une structure afin de protéger ses commerçants contre l'invasion sans fin de produits peu fiables mais au coût minime pour le consommateur. Il a réalisé que tous ces produits tuaient son marché intérieur et sa croissance du même coup, et ne profitaient qu'aux géants américains et aux fabricants chinois.

Alors, pourquoi le Canada n'emboîte t'il pas le pas lui aussi? La réponse se divise en quelques facteurs, à mon avis. Il est pris dans un système tellement lourd qu'il a besoin de revenus afin de financer tous ces programmes (dont certains m'apparaissent farfelus – voir exemples précédents). Il est donc plus facile de saigner les petits

commerçants et consommateurs, que de s'en prendre à ses deux plus grands partenaires commerciaux, les États-Unis et la Chine. Mais, qu'en est-il lorsque les échanges ne sont qu'en sens unique? Parce qu'aujourd'hui, on est sur le respirateur artificiel. On a l'illusion d'avoir un pouvoir d'achat en consommant des produits chinois, alors qu'en réalité, on tue notre propre économie et on fait fuir les entrepreneurs.

Je terminerai avec un petit rappel. Dans les années 70, notre dollar était à parité et a même dépassé le dollar américain. Pourquoi? Forte demande en matière première et résistance aux chocs économiques mondiaux parce que son marché intérieur était principalement constitué d'entreprises canadiennes offrant des produits canadiens. Alors, quand le Mexique se protège, comme nous dans les années soixante-dix, il n'est pas étonnant de voir qu'il y a un an, on obtenait 13,67 pesos pour un dollar canadien et qu'aujourd'hui on en obtient 12,5. Alors, qu'est-ce qu'on attend pour relever la tête et notre économie du même coup?

LES DOUZE TRAVAUX

**LE JOURNAL
COMMUNAUTAIRE
PANORAMA**

reçoit une
subvention du
ministère de la
Culture et des
communications

Québec

Conseil d'administration
Manon Godard, Linda Villeneuve, Mireille Lessard Labrecque, Denise Lauzière, Pierre Brien, Nicole Brunelle, Ginette Choinière, Marguerite Tate.

Comité de production
Nicole Brunelle, Ginette Choinière, Denise Lauzière, Mireille Lessard Labrecque.

Développement et coordination
Denise Lauzière

Collaborateurs
Gino B, Sylvie Blais, Yvan Cliche, Kelly Ann Ferrigan, Mireille L. Labrecque, Antoine Marchand, Anny Schneider, Marguerite Tate, Guylaine Trachy, Emilee Veluz, Barbara Verhoef, Linda Villeneuve, Étudiants de l'école Wilfrid-Léger, Exit MDJ et tous nos précieux collaborateurs du mois.

Conception et Graphisme
Ginette Choinière

Correction
Chantal Levasseur

Représentante publicitaire
Nicole Brunelle

Distribution
7100 exemplaires distribués par Poste Canada au début de chaque mois.

Couverture géographique
Waterloo, Shefford, St-Joachim, Warden

Impression
Hebdo Litho, Saint-Léonard

Panorama est publié par le Centre d'accès communautaire de Waterloo 650, de la Cour Waterloo (Québec) JOE 2N0

Téléphone : 450 539-2475

Journal : 263 999-0996

Courriel : panorama@journalpanorama.com

Dépôt légal
Bibliothèque nationale du Canada ISSN 1708 - 4105

DÉBOSELAGE ET PEINTURE MICHEL MAROIS, Propriétaire

ANDRÉ MAROIS & FILS ENR.
DEPUIS 1976

Spécialité : Peinture vernis
ESTIMATION POUR ASSURANCES

• Estimation gratuite en tout temps • 74, CHEMIN FOSTER
• Fin de semaine sur rendez-vous • SHEFFORD, Qc

TÉL. : 450 539-3433
FAX : 450 539-2313

Nicole Brunelle
Représentante des ventes

Journal Panorama
Tél. : 450 539-2183
jackimow@live.com

**LA DATE DE TOMBÉE
POUR LA PUBLICITÉ EST
LE 10 DE CHAQUE MOIS**

Associez-vous à votre PANORAMA !

Afin de poursuivre sa mission emballante de « faire » une information différente, instructive et porteuse de changement social, PANORAMA a besoin de solidarité. Votre adhésion à titre de membre traduira votre soutien à notre mission et aux objectifs que l'équipe de bénévoles poursuit avec la plus grande conviction.

Je deviens membre du journal communautaire PANORAMA cotisation annuelle **GRATUITE**

Nom :

Adresse :

Tél. : Courriel :

Journal Panorama, 650 de la Cour, Waterloo, Qc JOE 2N0 / Tél. : 263 999-0996



LE TOURNOI NATIONAL DE HOCKEY M13 DE WATERLOO CÉLÈBRE SES 50 ANS

par : *Yvan Cliche*

L'aréna Jacques-Chagnon de Waterloo était animé en ce jeudi 15 janvier 2026, mais pas pour une rencontre sur glace. Plusieurs personnes s'y étaient plutôt rassemblées afin de souligner le 50^e anniversaire du tournoi national pee-wee M13 de Waterloo, tenu du 20 janvier au 1^{er} février.

Pour l'occasion, les organisateurs de cette 50^e édition, menés par le président Robert Auclair, ont tenu à honorer les anciens présidents du tournoi, et ont procédé au dévoilement d'une plaque commémorative marquant ce demi-siècle d'histoire. M. Auclair en est à sa troisième année à la présidence, ayant dirigé les éditions 2024, 2025 et 2026.

Dans son allocution, le président a mis l'accent sur l'apport essentiel des bénévoles, des commanditaires ainsi que de la Ville de Waterloo. « Il nous serait impossible de présenter un tournoi de cette envergure sans la collaboration extraordinaire de tous ces gens », a-t-il souligné. « Ici, à Waterloo, ce n'est pas seulement du hockey. C'est une histoire de passion et de persévérance », des ingrédients qui expliquent le succès durable de l'événement.

Confiant pour l'avenir, M. Auclair a indiqué que la « belle histoire du tournoi se poursuit, et le plus beau chapitre s'écrit maintenant. »

Une édition 2026 d'envergure

L'édition 2026 a réuni 55 équipes, avec près de 110 matchs disputés dans trois arénas, soit à Waterloo, à Bromont et à Granby. Les organisateurs se réjouissent du retour de la classe participation (A, B et C).

Présent lors de la cérémonie, le maire de Waterloo, Pascal Russell, a souligné que ces 50 années d'existence témoignent de la résilience et de la vitalité de la communauté.

Le maire est d'avis que l'événement est devenu une « tradition intergénérationnelle où d'anciens joueurs reviennent aujourd'hui comme parents ou entraîneurs ».

Le maire Russell tient aussi à souligner la générosité des commanditaires : « La pérennité du tournoi repose sur le soutien financier et matériel des partenaires locaux. Grâce à la générosité des gens d'affaires, le tournoi demeure accessible et de grande qualité, tout en faisant rayonner Waterloo bien au-delà de la Haute-Yamaska. »

En effet, indique-t-il, la réputation de la compétition pee-wee de Waterloo dépasse largement les frontières de la région, une réalité souvent évoquée lors de ses activités de représentation. Le maire Russell est lui-même ancien participant, notamment à titre de joueur et d'entraîneur.

La présidence d'honneur de cette 50^e édition a été confiée à Michael Duff et Sophie Lefrançois, famille propriétaire des Maroons de Waterloo.

Mme Lefrançois a rappelé l'importance du championnat waterlois dans le parcours de nombreux joueurs des Maroons. « Le tournoi est vraiment quelque chose de grand, même d'immense. Il nous a offert 50 ans de plaisir, de sourires et de souvenirs inoubliables. Souvent, l'un des premiers commentaires lorsque nos joueurs se joignent aux Maroons est de rappeler leur participation au tournoi. Le travail du comité organisateur et des bénévoles rend l'expérience encore plus mémorable. »

Une présence importante des élus

Outre le maire Russell, plusieurs dignitaires ont pris part à la cérémonie du 15 janvier, dont la députée fédérale de Shefford, Andréanne Larouche, les membres du conseil municipal de Waterloo, le maire de Saint-Joachim-de-Shefford et préfet de la MRC Haute-Yamaska, René Beauregard, ainsi que le maire de Warden, Philip Tétrault, accompagné de la conseillère Barbara Talbot.

À noter également la présence de Stéphane Desautels, premier joueur à avoir reçu le titre de joueur d'excellence du tournoi, ajoutant une touche historique à cette célébration marquante.



Photo : *Yvan Cliche*

En compagnie du président actuel Robert Auclair, les ex-présidents, ou leur représentant familial, ont dévoilé une plaque commémorant le 50^e anniversaire du tournoi national de hockey M13 de Waterloo, le 15 janvier 2026, à l'aréna Jacques-Chagnon



ISABELLE CHAREST

DÉPUTÉE DE BROME-MISSISQUOI
MINISTRE RESPONSABLE DU SPORT, DU LOISIR ET DU PLEIN AIR
MINISTRE RESPONSABLE DE LA RÉGION DE L'ESTRIE

→ Besoin d'aide ?

- Revenu Québec
- SAAQ
- Hydro-Québec
- Aide sociale
- Autres enjeux

Bilingual services

450 266-7410
isabellecharest.com



ASSEMBLÉE
NATIONALE
DU QUÉBEC



IMPÔTS 2025

SERVICE PERSONNALISÉ | TED
PARTICULIERS | SERVICE RAPIDE
TRAVAILLEURS AUTONOMES | PRIX COMPÉTITIFS

JOCELYNE PATENAUDE, T.E.A.

161, BELLEVUE, WATERLOO, QC JOE 2N0

TÉL : 450 539-2504



**Rejoignez notre équipe
comme nutritionniste ou
ergothérapeute!**

faites la différence dans la vie
des résidents!

Envoyez votre C.V. à
rh.sc@ssss.gouv.qc.ca

CHSLD
**SANTÉ
COURVILLE**
"We Care" depuis 1935

QUAND LE DOCTEUR RACONTE

par : Manon Godard, Espace Familles

Y'a des métiers qui se comptent en heures. D'autres en années.
Pis y'en a, plus rares, qui se mesurent en battements de cœur.

À Waterloo, quand on dit le nom du **Dr Normand Chagnon**, ce n'est pas un titre qu'on évoque, c'est un souvenir. Quarante ans à accompagner l'arrivée au monde, à entendre les premiers cris qui déchire le silence, à calmer les respirations trop pressées, à serrer des mains qui cherchaient du courage... et une voix calme qui dit : *Ça va bien aller.*

Il a vu naître des enfants, oui.
Mais surtout, il a vu naître des familles.

Mercredi 21 janvier, à l'Espace Familles de Waterloo, le Dr Chagnon est revenu là où tout commence : à hauteur d'enfant. Cette fois-là, pas de sarrau, pas de stéthoscope. Juste un veston bien porté, un livre bien ouvert, puis une voix prête à prendre le relais de toutes celles qu'il avait rassurées au fil des ans.

Il a pris part au **Conte en veston**, un conte lu par une figure masculine de la communauté. Un geste simple, mais chargé de sens. Lui qui, toute sa vie, a posé son écoute sur les battements du monde a posé sa voix sur une histoire. Même attention. Même humanité. Autre décor.

Dans la salle, le temps s'était assis avec nous.
Des enfants écoutaient une voix qui, autrefois, avait accueilli leurs parents. Et parfois même leurs grands-parents, que le médecin avait accompagnés bien avant que ces petits-là soient autre chose qu'un espoir.

Celui qui aidait à faire entrer la vie dans le monde se retrouvait maintenant à nourrir l'imaginaire. À semer des mots. À faire pousser des sourires.

Le Conte en veston est né d'un désir à la fois simple et solide : redonner toute sa vitalité à l'Espace Familles et remettre la lecture au masculin à l'honneur. Lancée en décembre dernier avec le maire de Waterloo, Pascal Russell, l'initiative avait déjà fait ses preuves. Les enfants écoutent autrement quand un homme lit. Les parents aussi. Comme si le message passait plus loin que l'histoire.

Les études le confirment, mais les enfants le savent d'instinct: voir des modèles masculins lire stimule le langage, la participation, la motivation. Mais au-delà des chiffres, il y a l'essentiel. Lire, c'est aussi pour les hommes. Prendre le temps. Être là.

Avec le Dr Chagnon, ce message prenait une couleur particulière. Parce qu'il incarnait la continuité. Le fil invisible entre les générations. Il rappelait que les premiers liens se tissent autant dans les soins que dans les histoires. Dans les gestes précis, oui, mais aussi dans les mots qu'on partage et les silences qu'on habite ensemble.

En refermant le livre, le Dr Normand Chagnon n'a pas seulement tourné une page.
Il a ajouté un chapitre.
Un chapitre doux.
Un chapitre vrai.
Un chapitre qui continuera longtemps de se raconter.



Photo : Manon Godard



RETOUR SUR LA MATINÉE FESTIVE AU CENTRE MULTIFONCTIONNEL

par : le Service des Loisirs

Samedi 17 janvier 2026 avait lieu l'activité «Shefford sous la neige» à l'extérieur du Centre multifonctionnel, rassemblant petits et grands autour d'une matinée entièrement consacrée aux activités et jeux extérieurs pour toute la famille. Dès 9h, malgré le froid hivernal, de nombreuses familles se sont réunies dans une ambiance chaleureuse et conviviale, animée par la musique, les rires d'enfants et le plaisir de partager un bon moment dehors.

Les participants, bien emmitouflés, ont pu profiter pleinement d'une variété de jeux et d'animations adaptés à tous les âges, profitant de l'air frais et du décor hivernal. Le chocolat chaud offert gratuitement a rencontré un immense succès, réchauffant les mains et les cœurs, tout comme les surprises à l'érable, très appréciées ! Les sourires étaient nombreux, reflet du bonheur de se rassembler pour célébrer l'hiver en communauté.

Cette activité extérieure, gratuite et ouverte à tous sans inscription, a permis de renforcer les liens entre voisins et de créer de merveilleux souvenirs en famille ou entre amis. Merci à tous pour votre participation enthousiaste et au plaisir de vous revoir l'an prochain!



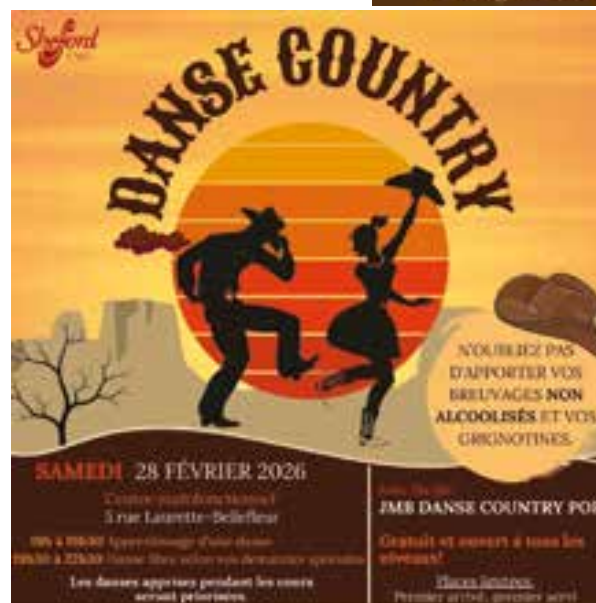
STATISTIQUES 2025

par : le Service incendie

Mission accomplie en 2025! Votre service incendie du Canton de Shefford est fier de vous annoncer que 100 % de nos objectifs ont été atteints, notamment grâce à notre garde interne qui a fait toute la différence sur nos temps de réponse. Nos efforts en prévention ont également payé, avec une belle diminution des appels, une réduction de 20 % des alarmes incendie et de 38 % des feux de végétation. Un bravo à toute l'équipe pour ce travail exceptionnel et merci aux citoyens pour leurs appuis.

ÉVÈNEMENTS DE FÉVRIER

par : le Service des Loisirs



TAXES MUNICIPALES 2026

Les comptes de taxes municipales pour l'année 2026 seront envoyés au courant du mois de février. Voici les dates d'échéance pour les paiements de cette année :

- 9 mars
- 11 mai
- 13 juillet
- 14 septembre
- 16 novembre

Veuillez noter que, comme les années précédentes, vous pouvez consulter votre compte de taxes en format numérique sur le portail Voilà! En optant pour la réception de vos comptes de taxes en ligne, vous réduisez l'utilisation de papier: **aucune copie** papier ne vous sera envoyée mais une copie papier peut être demandée à la municipalité au besoin.

Pour accéder à votre compte de taxes en ligne, deux options s'offrent à vous :

1. Rendez-vous sur le site www.cantonshefford.qc.ca, section Taxes municipales, rubrique « Comptes de taxes en ligne – Application Voilà! »
2. Ou connectez-vous directement au portail citoyen : <https://citoyen.cantonshefford.qc.ca/> et sélectionnez le 2^e onglet « Compte de taxes ».



Nous vous invitons à consulter régulièrement votre dossier en ligne.



LA SAINT-VALENTIN

par : Linda Villeneuve

La St-Valentin s'in-vite doucement en février comme un murmure au creux de l'hiver, posant ses cœurs rouges sur le bord des fenêtres, dans les vitrines, et parfois, dans nos silences. La St-Valentin nous rappelle que même dans le froid, quelque chose de chaud continue de battre. On dit que c'est la fête des amoureux, mais l'amour ne porte pas toujours une bague brillante. Peut-être un café chaud laissé sur le bord d'une table en jasant avec son amoureux, une main tendue dans le froid de février, un message écrit trop tard, mais pensé très fort. Elle nous rappelle que chaque cœur a son propre rythme.

L'amour est fait de patience, de tendresse, et parfois d'attente silencieuse, un regard qui s'attarde, une voix familière qui rassure. Aimer c'est aussi dire (Je suis là) sans mots compliqués, c'est dans un sourire, un geste discret. C'est se souvenir, pardonner, espérer encore. C'est aimer la vie malgré ses détours et toutes ses formes. Croire que la beauté existe dans la simplicité. Alors en ce 14 février, laissons les cœurs parler, ils ont tous une histoire à raconter. Peut-être est-ce là, la plus belle définition de l'amour.

COMMENT SURVIVRE AU COMPTOIR DE YOGOURT

par : Guylaine Trachy

Dans l'allée réfrigérée, le comptoir de yogourt s'étire comme un paysage nordique : lumineux, glacé, vaste. On avance un peu, on recule, on hésite. Les produits se bousculent du regard : faible en sucre, sans édulcorant, 0 % gras, riche en protéines, sans lactose, bio. Une chorale de promesses qui donne presque envie de sortir un carnet de notes.

Le choix est devenu une expérience en soi. Fruits au fond, fruits mélangés, nature, grec, dessert, textures crémeuses ou ferme, formats mini pour les lunchs, formats géants pour les familles. Chaque produit raconte une histoire différente : celle du sportif matinal, du parent pressé, de l'amateur de crème caramel ou du fidèle adepte des probiotiques. Le rayon ressemble à un petit festival où chaque marque tente de voler la vedette.

Pourtant, derrière cette mise en scène, le yogourt reste un aliment simple : du lait fermenté, naturellement riche en lactose, en protéines et en gras. Ensuite, tout se joue dans la recette. Le grec mise sur la force (plus de protéines), les versions plus riches (plus de gras) et plusieurs produits ajoutent du sucre pour flatter les papilles.

Avant de choisir, il suffit parfois de revenir à l'essentiel : qu'est-ce qu'on cherche vraiment? Une douceur qui remplace avantageusement un dessert? Une collation rassasiante? Ou simplement l'option la plus économique du moment?

Les chiffres, eux, parlent clairement. Certains yogourts montent à 15 g de sucre par 100 g, parfois davantage. Les versions sans sucre ajouté, elles, se situent entre 4 et 8 g/100 g.

La nouvelle réglementation canadienne vient simplifier les choses. Désormais, tout yogourt contenant 15 g de sucres totaux par 100 g ou plus doit afficher un symbole « Élevé en sucres » sur le devant de l'emballage. Une indication directe, pensée pour guider le consommateur sans qu'il ait à décoder une étiquette entière.

Alors, la prochaine fois que vous vous retrouverez devant ce comptoir coloré, respirez un instant. Laissez vos yeux parcourir les couleurs, les textures, les promesses et les saveurs. Choisissez selon vos besoins, vos envies, ou votre curiosité du jour. Et si un produit vous fait un clin d'œil — une saveur intrigante, une texture nouvelle — pourquoi ne pas vous laisser tenter? Le comptoir de yogourt est vaste, et il réserve parfois de belles surprises.

Déclarations d'impôts

Services offerts :



- Production de vos déclarations d'impôts
- Service rapide et confidentiel
- Transmission électronique (TED)

Fédéral et Provincial

À partir de **75\$** taxes incluses

- Et encore plus :
- États financiers
- Tenue de livres
- Service de paies
- Service de paies CCO
- Assistance comptable
- Remises TPS/TVO
- Déclarations fiscales corporatives
- Achat et vente d'entreprise
- Conseils divers



Bazinet et Roberge, comptables

22, rue Taylor, Waterloo

Tél. : 450 539-4766

bazinetjonathan22@gmail.com / bazinetcomptable.com

DINDE OU COCHON

par : Anne-Marie

Dinde ou cochon pour le repas de Noël ?

Quelle surprise pour les résidents de la rue Western à Waterloo le matin du 24 décembre 2025, de constater que de nombreux cochonnets étaient tombés d'une remorque en marche!



René Tremblay



Christine Marion



À LA RENCONTRE DE JEAN WIEDRICK

par : Mireille L. Labrecque

Studio Musical W

<http://jeanwiedrick.com>

Comment résumer ma rencontre avec Jean Wiedrick? Un moment intense empreint de générosité et surtout de passion pour la musique.

Serez-vous surpris d'apprendre que petit bonhomme ce garçon était un enfant plutôt particulier? - Je n'étais pas du monde! me dit-il. J'étais fils unique, choyé et élevé dans la ouate à tel point que j'ai quitté la maison à l'âge de 28 ans! Plutôt solitaire, je me sentais plus à l'aise avec les adultes qu'avec les jeunes de mon âge. Je n'avais pas les outils pour sociabiliser. Jean me confie que c'est le piano au secondaire qui l'a sorti de sa coquille! Il a rapidement réalisé que si les gens prennent plaisir à l'écouter, le contact se fait, la générosité s'installe et la magie opère. Ce qui le caractérise encore aujourd'hui!

- J'ai toujours voulu jouer du piano, dit-il. - Même si on n'en avait pas chez moi! Ma grand-mère, qui donnait des leçons de piano me trouvait trop jeune à cinq ans pour suivre des cours. C'est quand même à cet âge que j'ai commencé pour me rendre jusqu'à l'obtention de deux lauréats en piano classique à la réputée école de musique Vincent d'Indy à Montréal! Il n'avait que 16 ans lorsqu'il a obtenu son premier lauréat! Ce petit garçon de Boucherville pourrait s'en péter les bretelles mais Jean n'a pas cette attitude. Il est fier de son parcours mais c'est surtout un immense amour de la musique qui transcende chez lui.

J'ai aussi constaté que cet artiste veille à satisfaire autant les spectateurs que les choristes qu'il dirige. Durant l'interview, Jean a souvent mentionné ce souci du respect de chacun des choristes afin qu'ils aient du plaisir autant les soirs de répétition que pendant les spectacles. S'il devine qu'un choriste n'est pas heureux avec sa partition, il voit à changer la situation. Pour avoir assisté à plusieurs de ses spectacles, je peux témoigner de son enthousiasme contagieux et de sa capacité à transmettre l'émotion de chaque pièce à ses choristes ainsi qu'à ses musiciens.

À Waterloo, la chorale **Les Voixsins** présentera son spectacle les 29-30-31 mai prochain à la Maison de la Culture. Depuis 2012, autour d'un thème différent à chaque représentation annuelle, Jean fait les arrangements musicaux, voit à la sonorisation et à la direction musicale. À Granby, Jean dirige **Le Chœur de l'Amitié** (depuis 2019) et le spectacle est prévu les 18-19 avril à la salle l'Apparté du Verbe Divin. Jean dirige aussi l'ensemble vocal **Les Anschanteurs**, un groupe de voix d'hommes qui fêteront leurs 25 ans d'existence (2001) par un spectacle le 25 avril à la salle des Pères Trinitaires de Granby.

Parlant spectacle, Jean me décrit avec enthousiasme le « band » dont il fait récemment partie : « **Mich and the Blues Bastards** ». Le groupe qui compte 7 membres dont 5 musiciens et 2 choristes se produira entre autres en mai 2026 au Palace de Granby. Jean débordait de plaisir en me parlant du « band » et de Mich (Michel) qu'il a côtoyé il y a maintenant 28 ans. Il revit cette aventure aujourd'hui. Je me suis d'ailleurs promis d'aller les entendre au Palace en mai!

Jean s'implique aussi au sein de l'agence Kaméli, où il participe en tant que musicien-pianiste et claviériste, à plusieurs spectacles organisés par l'agence.

Comme vous pouvez le constater, Jean est un artiste *multidisciplinaire*.

Maintenant, comment est-il devenu *multi-instrumentaliste*? À la fin de ses deux lauréats, sœur Provost la directrice de l'école Vincent d'Indy à l'époque lui suggère de poursuivre ses études comme chef d'orchestre, un défi que Jean n'est pas prêt à relever à ce moment-là. Il décide donc d'apprendre par lui-même la guitare et la basse électrique et poursuit ses études en didactique de la musique à l'UQAM. C'est par le biais de ce cours qu'il entre en contact avec tous les groupes d'instruments d'un orchestre.

Puis en 1998-99, il enseigne la musique au primaire et au secondaire (Wilfrid-Léger entre autres) pendant une dizaine d'années. À l'école, durant les pauses, il répare les

instruments et, soucieux de rendre la musique plus accessible aux jeunes et de capter ainsi leur intérêt, Jean adapte pour eux les pièces jouées à la radio. Le salaire n'étant pas suffisant, Jean applique sur un poste à Massey-Vanier à Cowansville et c'est ainsi qu'il quitte à regret Wilfrid-Léger.

Durant cette période, Jean a accompagné d'excellents artistes de tous les styles tels Marc Hervieux, Gino Quilico, Sylvie Desgroseillers ainsi que des artistes de Star Académie et de La Voix. Au fil du temps, il devient directeur musical. Puis à 47 ans, il entreprend un deuxième baccalauréat, cette fois-ci en piano jazz à l'Université de Sherbrooke. Riche de toutes ces habiletés et de tout ce talent, on comprend pourquoi il a écrit que la musique coule dans ses veines!

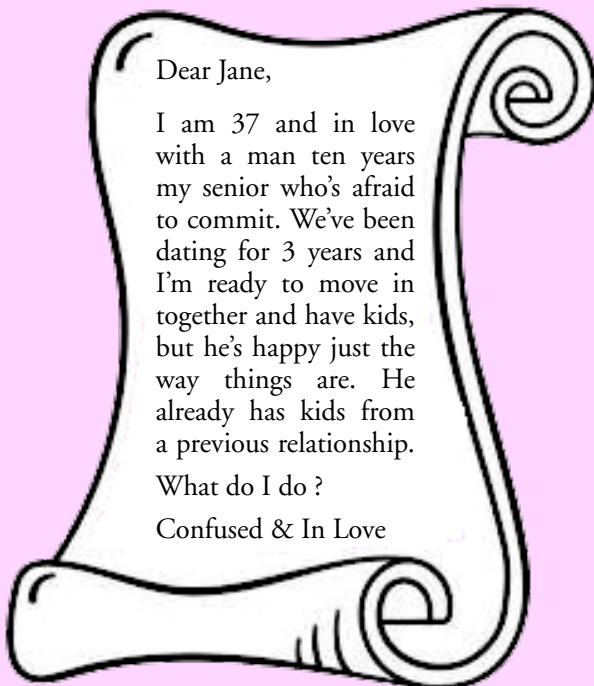
Comme si c'était insuffisant, Jean possède aussi un DEC en électronique de l'institut Teccart qu'il est allé chercher lorsqu'à l'adolescence, ses parents lui ont dit quelque chose du genre : - Fils, il te faut un métier! Tu ne peux pas te cantonner uniquement dans la musique. Toutefois, un aspect lui déplait beaucoup en électronique c'est le fait que les clients sont toujours mécontents de payer pour les réparations. Il s'est alors orienté vers un cours de sonorisation à l'institut Trebas à Montréal qui a confirmé son intérêt pour la programmation et le volet informatique de la musique et des spectacles. Afin de satisfaire cet intérêt, il a complété un DEC en informatique.

Le croiriez-vous si je vous disais que Jean Wiedrick n'a jamais rêvé d'être une vedette? C'est pourtant vrai! Ce qui importe pour lui est clair! C'est de faire partie d'un groupe! Ils sont quinze musiciens à se relayer pour répondre à diverses demandes et grâce à son studio musical, Jean reçoit des appels de tous les genres : location d'appareils, mariages, funérailles... Avec quatre enfants à la maison, on se demande où Jean trouve le temps de relaxer! En réalité, la musique est son gagne-pain et son moment de bonheur!





ATTENTION ANGLOPHONES & FRANCOPHONES WHO WANT TO LEARN ENGLISH! NEW COLUMN IN THE MARCH EDITION! SEND ME YOUR QUESTIONS BEFORE FEBRUARY 10!



Dear Jane,

I am 37 and in love with a man ten years my senior who's afraid to commit. We've been dating for 3 years and I'm ready to move in together and have kids, but he's happy just the way things are. He already has kids from a previous relationship.

What do I do ?

Confused & In Love

Hello *Panorama* readers, how many of you remember *Dear Abby* in *The Montreal Gazette*?

Now Waterloo/Shefford/St-Joachim/Warden have their very own *Dear Jane* with real advice from a real person!

I am a 60-something retiree whose career as an adult educator spanned 4 decades during which I had the privilege of helping thousands of people change their lives for the better.

What's bothering you? What personal problem are you struggling with? New

Year's resolutions, family issues, relationship woes, disrespectful neighbours, your job, your health, getting older and retirement, depression and anxiety, too much change, post-pandemic blues, feeling stuck?

I may have solutions you never even thought of!

So, send your ANONYMOUS question to dearjane@post.com and look for the answer in next month's edition!

It could change your life!

UN CADEAU INATENDU

par : *Linda Villeneuve*

Le 2 janvier dernier, je suis allée faire une petite épicerie toute simple. Deux pommes, un jus d'orange, une banane, trois boîtes de soupe, une litre de lait... juste l'essentiel pour les 2 prochains jours.

Avec mon panier à la main, j'avais tranquillement vers la caisse. Derrière moi, un monsieur n'avait que 3 articles. Avec un sourire, je l'ai invité à passer devant moi. Il m'a remerciée, m'a souhaité la bonne année... et la vie a poursuivi son cours, du moins, c'est ce que je croyais.

Lorsque vint mon tour, la caissière m'a regardée avec douceur et m'a dit : Vous avez un cadeau de 20\$ du monsieur qui était devant vous. J'ai été énormément émue. J'ai cherché ce visage inconnu dans le magasin pour le remercier, mais il était déjà parti, laissant derrière lui un geste silencieux, mais immense.

J'ai longtemps fait du bénévolat, et je continue encore aujourd'hui à donner de mon temps et de mon coeur, sans jamais rien attendre en retour. Ce jour-là, j'ai compris que certains cadeaux tombent du ciel quand on ne les attend pas et on est surpris.

Dans ces instants d'échange, il est important de cultiver l'équilibre. Donner avec générosité, oui...mais aussi accepter de recevoir. Recevoir n'est pas une faiblesse. C'est offrir à l'autre la joie de donner et de contribuer à ton bien-être et de partager un fragment de leur coeur. C'est un cercle de lumière. Un échange profond, discret, mais nourrissant pour les 2 côtés.

Parfois, il suffit d'un sourire...et le monde devient un peu plus doux.

AN UNEXPECTED GIFT

On January 2nd, I went out to do a small grocery run. Two apples, an orange juice, a banana, three cans of soup, a litre of milk-just the essentials for the next couple of days. With my cart in hand, I moved calmly toward the checkout.

Behind me was a gentleman with only three items. With a smile, I invited him to go ahead of me. He thanked me and wished me a Happy New Year... and life seemed to continue on as usual - or so I thought.

When it was my turn, the cashier looked at me gently and said: 'You have a \$20.00 gift from the gentleman ahead of you.' I was deeply moved. I looked around the store, hoping to find him and thank him, but he was already gone, leaving behind a quiet yet powerful gesture.

I have done a great deal of volunteer work over the years, and still give with my heart today, never expecting anything in return. That day, I understood that some gifts fall from heaven when least expected.

In moments of exchange, we must remember to cultivate balance. To give generously, yes-but also to accept receiving. To receive is not a weakness. It allows others the joy of giving, the chance to contribute to your well-being, to share a small piece of their soul. It's a circle of light. A deep, silent almost discreet exchange that nourishes both sides.

Sometimes, all it takes is a smile...and the world becomes a little gentler.



SOCIÉTÉ DES COLLECTIONNEURS D'ARMES DU QUÉBEC

EXPOSITION CHASSE ET PÊCHE

HISTOIRE ET MILITARIA / HÉRITAGE ET INDIGÈNE L'ART ET L'ARMURIER / ARMES DE COLLECTIONS

Évaluation, échange, achat et vente

SAMEDI 7 MARS 2026, de 9 h à 15 h

Salle la Légion, 77 Lewis, Waterloo, Qc J0E 2N0

ENTRÉE : 10 \$ / Enfants 12 ans et moins et Vétérans et Officiers de sécurité : Gratuit

INFO: Wolfgang Adlhoch 450 539-3809

CHIROPRATIQUE FAMILIALE



Dr André Paquin

Chiropraticien, D.C.

450 539-4999

566, rue de la Cour
Waterloo, Qc
J0E 2N0



LAVALLÉE, LACASSE & POIRIER

NOTAIRES - NOTARIES

4547 RUE FOSTER, WATERLOO QC J0E 2N0

WWW.LLPNOTAIRES.COM

Téléphone: 450 539-4228 • info@llpnotaires.com





Barbara Verhoef

LA VITALITÉ

Tout récemment, j'ai assisté à une conférence de Nicole Gratton sur « Les secrets de la vitalité » et j'avais envie de vous partager une courte synthèse de cette rencontre. La vitalité est bien plus qu'un simple niveau d'énergie : c'est un état d'équilibre où le corps et l'esprit travaillent en harmonie. Elle se manifeste par une sensation de dynamisme, de clarté mentale et de joie intérieure, et se repose à la fois sur des fondements physiques et émotionnels étroitement liés.

Sur le plan physique, la vitalité naît d'abord du respect des besoins essentiels du corps. Une alimentation variée et vivante apporte les nutriments nécessaires au bon fonctionnement des cellules, tandis qu'une hydratation suffisante soutient les processus vitaux. Le mouvement joue également un rôle clé : bouger régulièrement, sans excès, stimule la circulation, renforce les muscles et libère des hormones favorables au bien-être. Le sommeil, souvent sous-estimé, agit comme un réparateur profond; c'est durant le repos que le corps se régénère et retrouve sa pleine capacité d'action. Enfin, la respiration consciente permet d'oxygéner l'organisme et de calmer le système nerveux, créant une base solide pour une énergie durable.

La dimension émotionnelle est tout aussi déterminante. Les émotions refoulées, le stress chronique ou le sentiment de pression constante peuvent épuiser les réserves d'énergie autant qu'un manque de sommeil. À l'inverse, cultiver des émotions positives, comme la gratitude, la joie ou la sérénité, nourrit la vitalité intérieure. Apprendre à reconnaître et à accueillir ses émotions, plutôt que de les combattre, permet de libérer des tensions profondes. Le lien aux autres, la qualité des relations et le sentiment d'appartenance contribuent également à renforcer l'élan vital.

Atteindre une vitalité durable passe donc par une approche globale. Il s'agit d'adopter des habitudes simples mais cohérentes : écouter son corps, respecter ses limites, prendre du temps pour soi et donner du sens à ses actions. Lorsqu'on aligne ses besoins physiques avec son monde émotionnel, l'énergie circule librement. La vitalité devient alors un état naturel, entretenu jour après jour, et non un objectif à atteindre dans l'effort.

Pour une plus grande profondeur sur le sujet, je vous invite à lire le livre de Nicole Gratton « Les secrets de la vitalité » des éditions Flammarion.

VITALITY

I recently attended a conference on "The secrets of vitality" by Nicole Gratton and I wanted to share a brief summary of this meeting with you.

Vitality is much more than a simple level of energy; it is a state of balance in which body and mind work in harmony. It shows itself through a sense of dynamism, mental clarity, and inner joy, and it rests on physical and emotional foundations that are closely intertwined.

On a physical level, vitality begins with respecting the body's essential needs. A varied, wholesome diet provides the nutrients required for proper cellular function, while adequate hydration supports vital processes. Movement also plays a key role: regular, moderate physical activity stimulates circulation, strengthens muscles, and releases hormones that promote well-being. Sleep, often underestimated, acts as a deep restorer; it is during rest that the body regenerates and regains its full capacity. Finally, conscious breathing helps oxygenate the body and calm the nervous system, creating a solid base for lasting energy.

The emotional dimension is just as crucial. Repressed emotions, chronic stress or constant pressure can drain energy reserves as much as a lack of sleep. Conversely, cultivating positive emotions such as gratitude, joy, and serenity nourishes inner vitality. Learning to recognize and welcome one's emotions, rather than fighting them, helps release deep-seated tension. Connection with others, the quality of relationships, and a sense of belonging also contribute to strengthening vital energy. Achieving lasting vitality therefore requires a holistic approach. It involves adopting yet simple consistent habits: listening to the body, respecting its limits, taking time for oneself, and giving meaning to one's actions. When physical needs are aligned with the emotional world, energy flows more freely. Vitality then becomes a natural state, sustained day by day, rather than a goal to be reached through effort.



Cette année le Cercle de Fermières Waterloo célèbre ses 45 ans! Un impact communautaire remarqué!

Cette année notre cercle a beaucoup amélioré son impact dans la communauté et ça se remarque! D'abord au niveau du membership qui a crû de plus de 20 % en moins d'un an. Nous comptons plus de X membres provenant des environs.

Nos actions contribuent à l'amélioration des conditions de vie de la femme et de la famille, à la préservation et la transmission du patrimoine culturel et artisanal. Elles visent aussi à briser l'isolement des membres.

Quotidiennement, nous participons activement à la vie communautaire. Membre du comité Watt, nous avons participé à l'halloween et à la parade de Noël. Nous avons organisé la présence de la communauté à un tapis rouge et à un moment cinéma autour du film les Furies. Nous organisons des conférences et offrons à nos membres des ateliers, des formations et des activités sociales. Le 31 mai, nous vous offrirons un défilé de mode. Le 10 février, 18h45, vous pourrez assister à un témoignage sur le cancer du sein.

Nous soutenons activement les organismes locaux et partenaires des environs :

- Don de laine, couture et tricot de tuques, cache-cous et foulard pour les enfants, jeunes et moins jeunes qui en ont besoin;
- Chapeaux et pantoufles de bébés remis à deux hôpitaux;
- Courtepointes, toutous et jouets remis à des enfants de refuges pour femmes ou fille-mères;
- Dons de denrées et confection de boîtes à lunch et de courtepointes pour les personnes utilisant les services du CAB aux 4 vents;
- Dons à la Guignolée, à Préma-Québec et au souper communautaire de Noël;
- Atelier intergénérationnel avec l'Exit;
- Collaboration avec la TVCW et le Panorama.
- Etc.

Vous croyez que nous pourrions aider votre organisme? Nos services et nos projets vous interpellent? Vous partagez nos valeurs d'accueil, d'engagement de respect, d'entraide et d'audace? Pour plus d'information, Vous pouvez me contacter par courriel communication.fed17.waterloo@outlook.com ou rejoindre la présidente Angèle Arès au 450-522-7773. Chaque lundi, vous êtes les bienvenues au 101 du Centre paroissial, 5005 rue Foster à Waterloo afin de découvrir notre cercle par vous-même!

Diane Lavoie

VUE D'ENSEMBLE : DES OBJECTIFS POUR LES PROJETS EN 2026

Par : Kelly Ann Ferrigan, tricoteuse invétérée

Dans votre entourage de personnes créatives, vous avez certainement remarqué qu'on a

différentes façons de tenir un registre de nos projets et de nos accomplissements. Un carnet papier n'est jamais trop loin, pour noter les détails ou les petites modifications faites pour personnaliser le patron en cours, compter les rangs ou les répétitions d'un motif.

Il existe bien sûr des outils informatiques qui nous permettent d'accéder à tout un monde de créativité. Les différentes plateformes de médias sociaux regroupent des gens de partout dans le monde, pour y partager leurs expériences, traditions, et opinions (pour le meilleur, et pour le pire...) L'explosion des outils de médias sociaux, notamment Instagram, sont utilisés pour la connectivité, une belle vitrine pour retrouver des personnes créatives, des conceptions, des initiatives de projets collectifs et levée de fonds, mais aussi des projets qui deviennent 'viraux': la publicité et les 'influenceurs' de ces sphères ont forcément un impact sur les projets que l'on a envie de faire. Malheureusement, les plateformes véhiculent énormément de publicité, et il est souvent difficile de faire la part entre le vrai et le faux. Le fil des propositions est constant, implacable, proposant de nouveaux projets toujours plus intéressants, et souvent de plus en plus coûteux, aussi. Où est l'authenticité?

Établir ses priorités

La finition - Avant d'embarquer dans le dernier projet 'viral...' Avant de faire l'achat de nouveaux matériaux... Mon premier objectif cette année est de finir mes projets "en cours", ou *WIPs* -- j'en ai facilement un projet dans chaque pièce chez moi.

La connexion - J'apprécie beaucoup les rencontres 'virtuelles' que j'ai faites grâce aux sites de créativité, grâce à Internet. Voyages, échanges postaux, le para-social est quand même enrichissant. Mais il sera important pour moi de choisir des rencontres en vrai en 2026, pour contrer le brin de distance qui se creuse quand notre vie est rendue trop virtuelle. Ma communauté de créatifs se trouve près de chez moi.

FÉVRIER 2026

TA VILLE

T'INFORME!

Des questions ? Consultez notre site Web ou appelez-nous!



www.ville.waterloo.qc.ca



450 539-2282

NOUVEAUTÉ

COMPTE DE TAXES EN LIGNE

WATERLOO.APPVOILA.COM

Inscris-toi,
dès maintenant!



Waterloo
PARTENAIRE DE VIE

RELÂCHE TON FOU! RELÂCHE TON FOU! RELÂCHE TON FOU!

PROGRAMATION EN LIGNE

DÈS LE 20 FÉVRIER!

>VILLE.WATERLOO.QC.CA/RELACHE



PROCHAINE SÉANCE DU CONSEIL :
10 FÉVRIER, 19 H



TAXES MUNICIPALES

ÉCHÉANCES DE PAIEMENT

Voici les dates d'échéances de
paiement pour l'année 2026 :

1^{er} versement : **18 février 2026**

2^e versement : **20 avril 2026**

3^e versement : **19 juin 2026**

4^e versement : **1^{er} octobre 2026**

>VILLE.WATERLOO.QC.CA/TAXES-MUNICIPALES

SÉCURITÉ HIVERNALE

AS-TU DÉNEIGÉ TA TOITURE?

La neige et la glace sur les
toits, c'est un danger à ne
pas sous-estimer!



Pour éviter les accidents et protéger les
bâtiments, la Régie du bâtiment du Québec
recommande aux propriétaires de :

- Retirer la neige accumulée pour prévenir les risques d'effondrement.
- Prendre les mesures nécessaires pour assurer la sécurité des passants qui circulent près du bâtiment.
- Surveiller les charges de neige sur les toitures voûtées ou arrondies, surtout si elles sont inégales.
- Faire appel à des pros équipés pour un déneigement sécuritaire.



CONSEILS DE PRÉVENTION INCENDIE



CHAUFFAGE D'APPOINT

- ✓ TON APPAREIL EST-IL CERTIFIÉ? Recherche l'homologation CSA ou ULC.
- ✓ STABILITÉ AVANT TOUT! Installe l'appareil sur une surface stable pour éviter les renversements.
- ✓ PAS DE RALLONGE! Branche-le directement dans une prise murale pour éviter les surcharges.
- ✓ JAMAIS SANS SURVEILLANCE! Et oui, même pour un court moment.
- ✓ ÉTEINS-LE QUAND TU QUITTES LA MAISON OU AVANT D'ALLER AU LIT.
- ✓ CHOISIS UN MODÈLE SÉCURISÉ. Un interrupteur ou un disjoncteur de sécurité qui l'éteindra automatiquement (surchauffe ou renversement).
- ✓ PAS DANS LES ENDROITS HUMIDES! Comme une salle de bain ou près d'une source d'eau.
- ✓ HORS DE PORTÉE DES ENFANTS ET DES ANIMAUX!

PATINOIRES

OUVERTES OU FERMÉES ?

Pour connaître les conditions des patinoires extérieures, consulte notre site Web !



> VILLE.WATERLOO.QC.CA/PATINOIRES

14 FÉVRIER - 13 H À 16 H

PLAISIRS D'HIVER AU PARC ROBINSON !

Rendez-vous pour une avalanche d'activités gratuites pour toute la famille!

GLISSADE SUR TUBE

PATIN LIBRE

GÉOCACHING AVEC LES CADETS

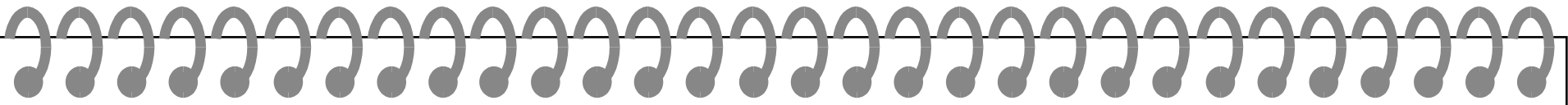
DESSIN LUDIQUE AU CHAUD AVEC JESSICA RUEL

CHOCOLAT CHAUD · BISCUITS

ET PLUS ENCORE !

*Certaines activités peuvent être reportées ou annulées en raison des conditions météo.





**L'UNITÉ PASTORALE
VOUS INFORME...**

ST-BERNARDIN ET ST-JOACHIM

Soyez l'âme du monde

« Les chrétiens ne se distinguent des autres hommes ni par le pays, ni par le langage, ni par les vêtements. Ils résident chacun dans leur propre patrie, mais comme des étrangers. »

Qui a écrit ces lignes? Elles viennent tout droit d'un texte du 2^e siècle, la *Lettre à Diognète*. Il y a 1 800 ans! À une époque où le christianisme était minoritaire et souvent suspect, son auteur cherchait à répondre à une question simple : qui sont les chrétiens, qu'est-ce qui rend leur manière de vivre si particulière?

Sa réponse surprend par sa sobriété : les chrétiens ne forment pas une société parallèle, ils partagent la langue, les lois, le travail et les responsabilités de leurs contemporains. Ils passent leur vie en étant pleinement engagés dans ce monde. Pourtant, précise la lettre, ils sont aussi citoyens du ciel. Cette double appartenance ne les coupe pas de la société : elle fonde une manière singulière de l'habiter, sans se laisser enfermer par des logiques de pouvoir, de violence ou de réussite (*normalement!*).

« *Les chrétiens sont dans le monde ce que l'âme est dans le corps* », illustre l'auteur : invisibles, mais essentiels, discrets, mais porteurs de vie. Ils ne dominent pas le monde et ne s'en retirent pas ; ils le maintiennent en vie de l'intérieur, souvent sans reconnaissance.

Prier, jeûner, partager

Cette manière de décrire la vie chrétienne pourrait nous servir de guide pour bien vivre ce carême qui commence le 18 février avec le mercredi des Cendres.

Il s'agit d'un temps pour apprendre à vivre *autrement*, au cœur même de l'ordinaire. Il ne s'agit pas de quitter le monde, mais de se recentrer pour ne pas se laisser définir par lui. Au fond, à l'image des chrétiens décrits dans la *Lettre à Diognète*, il s'agit de laisser grandir en soi une liberté intérieure qui transforme sa manière de consommer, de parler, de juger, de désirer.

On peut traverser ces 40 jours en suivant trois chemins : la prière, le jeûne et le partage. La prière recentre l'existence sur Dieu, rappelant que l'identité chrétienne se construit d'abord par *relation*. Le jeûne aide au détachement : non par mépris du corps, mais pour apprendre à résister à ce qui asservit. Le partage ouvre à l'autre : il rend visible cette loi nouvelle de l'amour du prochain dont a témoigné le Christ.

Le carême est un chemin pour être, comme l'évoque la *Lettre*, une présence discrète, mais vivifiante, devenir *l'âme du monde*. Un temps pour redevenir étranger à ce qui déshumanise, mais présent à ce qui est au service de la vie. « Le poste que Dieu a fixé aux chrétiens est si beau qu'il ne leur est pas permis de le désertier », conclut l'auteur anonyme de cette lettre millénaire parvenue jusqu'à nous.

Laurent fontaine, diacre (laur.fontaine@gmail.com)

Mercredi des Cendres : 18 février — messe à 19 h à St-Bernardin (Waterloo)
OU témoignage (17 h 30) + messe des Cendres (19 h) à l'église St-Luc, Granby (100 rue Langlois, 450 378-6115)



**CHEVALIERS DE COLOMB
DE WATERLOO - 1919-2019**

RETOUR SUR LA GUIGNOLÉE DES CHEVALIERS 2025: quelques 28000 \$ et quelques 6 tonnes de denrées non-périssables ont été recueillis ont été recueillis lors de cette Guignolée. Ce montant a servi à acquérir des bons d'achat (cartes) au Metro, au Dollarama et au Centre d'action bénévole pour les 126 familles et personnes dont la demande a été acceptée. Les denrées ont été remises en entier au Centre d'action bénévole (CAB). Au nom de tous les bénéficiaires, merci beaucoup à tous les généreux donateurs et bénévoles dont les Cadets de la Marine.

BRUNCH DE LA ST-VALENTIN: dimanche le 8 février prochain aura lieu le brunch mensuel, quelque 6 jours avant la St-Valentin. Amenez-y votre amoureux, amoureuse, vos enfants et amis au sous-sol de l'église St-Bernardin, de 8h30 à 12h. Coûts: 0-6 ans, gratuit; 7 ans à 12 ans inclusivement, 6\$ et pour les autres, 12\$. Invitation cordiale à tous et toutes.

BRUNCH DE MARS: n'oubliez pas le brunch de dimanche le 8 mars prochain dont les profits iront au Club des petits déjeuners de l'école primaire St-Bernardin de Waterloo. Voir le paragraphe précédent pour les heures et prix.

COLLECTE DE SANG: cette année encore, les Chevaliers sollicitent votre don de sang pour la collecte qui se tiendra le mardi 3 mars prochain, conjointement avec Héma-Québec, de 13h à 19h au sous-sol de l'église St-Bernardin. Vous devez au préalable prendre rendez-vous en vous enregistrant, soit en appelant au 1-800-343-7264 soit en rejoignant par internet l'adresse hema-quebec.qc.ca. Seules conditions: être en santé et avoir au moins 18 ans. L'objectif est de 75 donateurs. Un seul don peut faire une grande différence!



FADOQ CLUB WATERLOO

(Salle communautaire St-Bernardin (103))

- 04 fév. - Bingo à 19 h
- 11 fév. - Souper ST-VALENTIN - Buffet froid : 17 h 30 - 12\$
Bingo à 19 h
- 18 fév. - Pétanque-atout et cartes à 19 h
- 25 fév. - Bingo à 19 h

Participer aux activités de la FADOQ de Waterloo, c'est fuir l'isolement, partager et s'amuser.

Pour info : Louise Wigger : 450 777-3480

DÉJEUNER, SALLE LA LÉGION

DÉJEUNER MENSUEL À LA LÉGION ROYALE CANADIENNE

77 Lewis Est, Waterloo

Le 15 FÉVRIER 2026 de 8 h 30 à 12 h 30

Pour information, contacter Carol Padner au : 450 539-1253

SOIRÉE DE DANSE / DANCE PARTY

Soirée de danse avec la musique country rock du groupe Austin City

Limitz. Le samedi 21 février, de 19h à 23h. 15\$ par personne

Réserver vos billets au 450 539-1253.

Salle la Légion, 77 Lewis Est, Waterloo

Dance party with country rock band Austin City Limitz.

Saturday, February 21st, from 7pm to 11pm. \$15 per person,

call 450 539-1253 to book your tickets.



PORTES OUVERTES CHEZ ENTR'ELLES

Mercredi 28 janvier 2026 de 14h à 19h
Au Centre de femmes à Granby
80 rue d'Ottawa

Le mercredi 28 janvier, de 14 h à 19 h, auront lieu la journée portes ouvertes et le lancement de la programmation hiver-printemps 2026. Venez, accompagnée d'une amie, rencontrer l'équipe d'Entr'elles et découvrir les activités offertes !

INSCRIPTIONS AUX ATELIERS DE CHEMINEMENT

Horaires : de 13h15 à 16h15 (jour) ou de 18h à 21h (soir)
Lieu : Centre de femmes Entr'elles – 80 rue d'Ottawa à Granby

Chaque atelier, offert de jour ou en soirée, accueille 8 participantes et commence dès 6 inscriptions. Le coût par atelier est de 25\$. * Carte de membre annuelle de 10\$ requise.

- Musclez vos méninges.** Du 12 janvier au 19 mars (de jour seulement)
- Le syndrome de l'imposteur.** Du 16 janvier au 23 mars
- Prendre soin de moi dans mes relations.** Du 17 janvier au 24 mars (de jour seulement)
- Bien-être et douceur dans mon quotidien.** Du 31 mars au 5 mai
- Ma petite voix mon guide intérieur.** Du 13 avril au 4 mai ** 4 sem.
- La régulation des émotions.** Du 15 avril au 20 mai
- Expression et communication.** Du 16 avril au 21 mai (de jour seulement)

ATELIER SPÉCIAL – Durée de 5 semaines

Ma relation avec l'argent. Du 12 mars au 9 avril de 10h à 12h

** Inscription gratuite.

MOMENTS POUR TOI !

- Soutien informatique sur mesure, adaptée à votre rythme pour la session hiver-printemps 2026.
- 05/02** Mon profil de 13h15 à 16h15
- 27/02** Cercles de parole de 10h à 11h30

CAFÉS-RENCONTRES

- 11/02** Prendre soin de moi dans mes relations (9h à 11h30)
- 18/02** Résilience (9h à 11h30) et Communication bienveillante (18h à 20h30)
- 25/02** Validation (9h à 11h30)

CLINIQUE COMMUNAUTAIRE

- 02/02** Dépistages du cancer du col de l'utérus (Pap test) et des ITSS (Infections transmissibles sexuellement ou par le sang). De 10h à 13h. ** Réservez votre place!

POINT DE SERVICE À WATERLOO

Situé au CAB aux 4 Vents (107 Lewis Ouest), Entr'elles offre **des activités gratuites de 9h à 11h30** pour toutes les femmes de la région. Une intervenante est aussi disponible pour des rencontres individuelles sur rendez-vous.

Jeudi 29 janvier 2026 de 9h00 à 11h30

Portes ouvertes et lancement de la programmation hiver-printemps 2026

Les activités d'Entr'elles sont de retour et on vous attend avec grand plaisir! Venez rencontrer une communauté de femmes inspirantes, découvrir notre nouvelle programmation et en apprendre davantage sur les services offerts par Entr'elles à Waterloo.

Activités gratuites de 9h à 11h30

- 05/02** Parlons ménopause et des cancers féminins
- 12/02** La beauté
- 19/02** Avoir confiance en soi
- 26/02** À quoi ça sert un conjoint ou une conjointe?

RENCONTRES INDIVIDUELLES

Besoin d'aide ? Profitez de rencontres individuelles disponibles durant les heures d'ouverture à Granby et à Waterloo.

HÉBERGEMENT DE CRISE HALTE-CRISE

450 375-0487 | www.entrelles.ca/halte-crise/

- Intervention de crise
- Écoute et soutien
- Accompagnement dans les démarches
- Hébergement court terme
- Suivi post-séjour



Tu es une femme et tu cherches un espace pour briser l'isolement, mieux comprendre tes droits ou entreprendre une démarche de cheminement personnel ? Chez Entr'elles, tu n'es pas seule. Contacte le centre de femmes.

Pour information : 450 375-4042 ou info@entrelles.ca. Entr'elles est situé au 80 rue d'Ottawa à Granby.



AÎNÉS ACTIFS+ DE SHEFFORD

Le **Club de Marche** continue ses activités tous les vendredis,
Nouvel horaire à 13h30

Pour **connaître les détails** ou **changements de dernière minute**, visitez notre page facebook <https://www.facebook.com/AinesActifsdeShefford/>

PROCHAINES ACTIVITÉS:

- Fév. 4 13h30** Après-midi Ludique (jeux de société)
- Fév. 18 08h00** Café-Rencontre
- Fév. 21 18h30** Vin & Fromage 75\$/billet
(pour membres et non-membres)
- Fév. 25 13h30** Conférence – Patrimoine Numérique
- Fév. 27 17h00** P'tite Guinguette (potluck et danse)

Gratuit pour les membres

Pour les détails, visitez notre **nouveau site Web** : <https://ainesactifs.com>

Inscrivez-vous à nos infolettres!

Contacts: aaplusshford.ressources@gmail.com ou 450-539-2258 poste 231

Concours club Lion AFFICHE DE LA PAIX



Encore cette année les clubs Lions de la région participent au concours Affiche de la Paix. Il s'adresse aux jeunes de 11 à 13 ans qui doivent représenter le thème déterminé par Lions International.

Le thème de cette année est : **Ensemble et Unis un enfant à la fois**

Waterloo fait partie du district Lions U4 et nous sommes très heureux de remettre un montant de 50\$ à Mlle Lyane Picard de l'école secondaire Wilfrid-Léger.

L'affiche de Lyane a remporté la première place parmi la sélection reçue au club.

Nous tenons à remercier Mme Noémie Tétreault et l'école Wilfrid Léger de leurs participations à notre concours.

Lion Daniel Bell
Gouverneur district U4 2024-2025

CHEVALIERS DE COLOMB DE WATERLOO

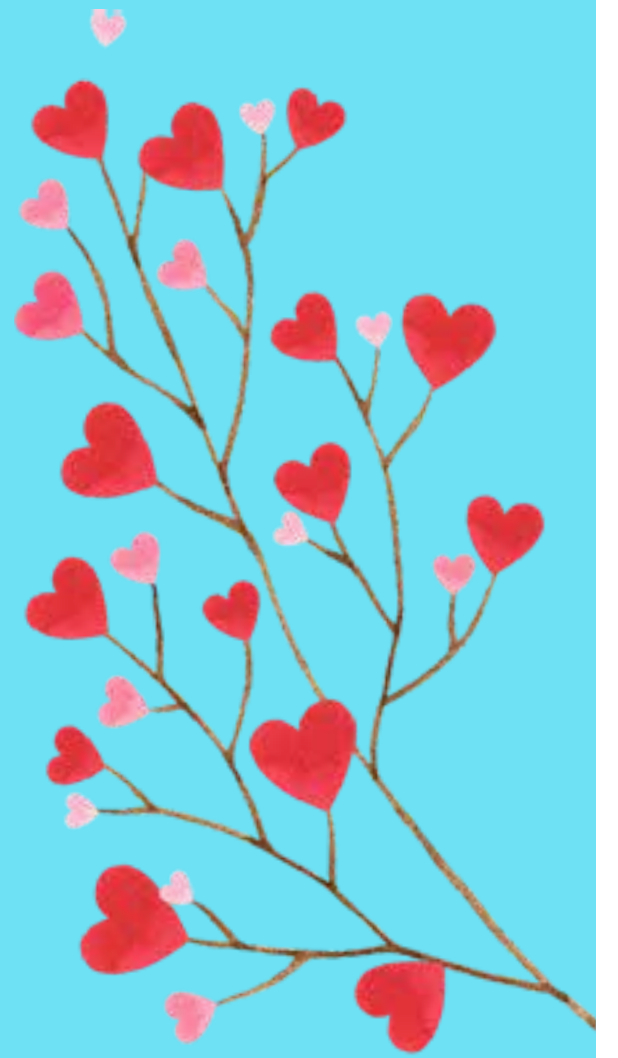


Remise d'un montant de 500\$ par les Chevaliers à Mme Sophie Paquette, directrice de l'École l'Orée-des-Cantons, aidant à défrayer les coûts d'effets scolaires et de reproduction pour certains élèves. Au centre, Mme Paquette, à gauche et à droite, M. André Rainville et M. Stephen Sullivan, respectivement secrétaire-trésorier et Grand Chevalier des Chevaliers de Colomb.



Sème l'AMOUR, achète LOCAL !

- ♥ boutiques
- ♥ créations locales
- ♥ divertissement
- ♥ restos, bars, cafés
- ♥ services professionnels
- ♥ spectacles
- ♥ soins personnels



**DÉCOUVRE
TOUTES LES
ENTREPRISES
D'ICI !**

Wat

  @villewaterloo · #jacheteawat



LE BASKET-BALL FÉMININ ET MASCULIN À WILFRID-LÉGER

Le basket-ball parascolaire est présent à Wilfrid-Léger depuis quelques années maintenant. Jimmy Royer est le coach de la plupart des équipes et aussi il est un professeur de géographie et d'histoire. Ce dernier a apporté une équipe féminine pour la première fois l'an passé.



Jimmy Royer, le coach de l'équipe de basket-ball de Wilfrid-Léger et enseignant d'histoire est photographié avec une des joueuses de la nouvelle équipe féminine, **Mariah Wilson**.

Avec Jimmy comme coach, les équipes à cette école sont chanceuses d'avoir un coach avec de l'expérience. Plusieurs équipes de Wilfrid-Léger se sont rendues loin à cause de lui car il les poussait à leurs limites pour se rendre à la victoire. Selon cet entraîneur : « Les pratiques commencent toujours par un échauffement, c'est très important. » Ensuite, l'entraînement se poursuit par la routine habituelle qu'ils font avant chaque match. Il termine la préparation par une activation et un travail de collaboration entre l'équipe et cela se finit par une mise en jeu.

Chaque année, les équipes jouent dans la ligue de la RSEQ des Cantons de l'Est. Elles vont donc jouer contre plusieurs équipes dans différentes villes à travers l'est du Québec. En jouant à ce sport au secondaire, cela peut apporter quelques petites conséquences ou

quelques changements dans la vie habituelle des élèves. D'après Jimmy, se garder en forme à la maison peut apporter quelques bienfaits, surtout pendant les vacances. Par

exemple, au lieu de perdre du précieux temps à recommencer le cardio et à se remettre en forme, l'équipe peut juste continuer à s'entraîner plus et à aller chercher d'autres victoires. L'alimentation joue un grand rôle aussi; les protéines avant les matchs donnent plus d'énergie et pendant plus longtemps. Alors, ne pas trop manger avant les matchs mais ne plus rien manger peut faire un gros changement en jouant. Finalement, un élément très important à garder en tête dans un sport est de prendre du repos.

À chaque année, les équipes de basket-ball étaient masculine, mais Jimmy a eu l'idée d'y essayer une équipe féminine l'an passée. Mais avec le manque de connaissance dans ce sport pour chacune des joueuses, cela a fait en sorte que les filles ne prenaient pas ce sport autant au sérieux que les gars. « Avec le bas niveau de celle-ci, cela faisait en sorte que la majorité des filles ne prenaient pas ce sport au sérieux, [elles jouaient] plus pour le fun », mentionne Rose Maria. Contrairement à ce que rapporte Jérémy, celui-ci mentionne qu'il y avait un haut calibre dans l'équipe masculine. Donc pour eux la compétition était très présente et la volonté de victoire était très importante à leurs yeux.

Au sujet des entraînements, dans l'équipe féminine, il y a eu deux coachs en une seule saison. « Les deux ne poussaient pas assez les filles pour le faible calibre qu'elles avaient, précise Rose Maria, ça a eu un impact avec la collaboration de l'équipe avec les différents niveaux. » Tandis que pour les garçons, les entraînements avec Jimmy sont très durs et disciplinés, mais cela apporte le respect, la discipline, le travail d'équipe et le vouloir de devenir meilleur pour chaque individu.

Un élément pour lequel Jérémy et Rose Maria sont en accord serait la notion des devoirs scolaires. Celle-ci explique que ce n'est pas difficile de gérer les travaux d'école et le basket-ball car ce n'est pas assez compétitif pour devoir fournir autant d'efforts. Jérémy avait la même opinion mais il précise que c'était seulement parce qu'il n'avait pas beaucoup de devoirs pour déranger son implication dans ce sport.

Mariah Wilson
4^e secondaire

LES DÉFIS ET LES DIFFICULTÉS DU MÉTIER DE TES AU SECONDAIRE

Le métier d'une TES est beaucoup plus difficile qu'on pense. Marie-Andrée Côté, technicienne en éducation spécialisée (TES), Marie-Claude Malmedy enseignante d'anglais et Éric Brodeur enseignant de mathématiques ont expliqué les difficultés et les défis qu'il faut surmonter dans ce métier à l'école secondaire Wilfrid-Léger.



Marie-Andrée Côté, technicienne en éducation spécialisée à Wilfrid-Léger, et **Alexia Vallières**, étudiante de 4^e secondaire.

Ce métier n'est pas toujours facile et même souvent très fatigant. « Tous les jours, il faut faire face à des interventions d'urgence, donc il faut réfléchir vite pour répondre au besoin des élèves des enseignants et des directrices, alors il faut une très grande flexibilité », précise Marie-Andrée. Selon la TES, toutes les journées sont différentes, selon les élèves à rencontrer et selon les interventions dans les classes.

Le métier de TES n'est pas juste difficile, il faut surmonter beaucoup de défis. « Les défis les plus durs pour moi sont le manque de temps et de ne pas pouvoir aider et répondre aux besoins de chacune des personnes dans l'école », explique Marie-Andrée. « Ce métier est très difficile car il y a de plus en plus de cas chaque année alors il y a beaucoup moins de temps pour tous », explique Éric enseignant de mathématiques. « Marie-Andrée doit s'adapter directement quand une intervention d'urgence arrive selon les crises ou les situations d'urgence », indique Marie-Claude enseignante d'anglais. « Cependant un autre défi qu'il faut surmonter est quand il faut rester neutre quand un élève est arrogant envers les enseignants », précise Marie-Andrée.

« Mais surtout dans ce métier, il faut avoir beaucoup d'empathie, une bonne capacité d'accueil, de la bienveillance, de l'écoute, du respect mais surtout être prêt à recevoir l'autre, si on n'est pas prêt à le recevoir, on ne pourra pas l'aider », explique Marie-Andrée.

« Pour être TES, je pense qu'il faut être très patient et empathique car cela n'est pas toujours facile », indique Éric Brodeur, l'enseignant en mathématiques. Selon l'enseignante d'anglais, Marie-Andrée met énormément de cœur dans son travail et apporte une très belle énergie à tous les élèves qu'elle rencontre. Marie-Andrée a mentionné : « Malgré ses difficultés, cela reste le meilleur métier du monde. »

Alexia Vallières
4^e secondaire



**Sylvie
Blais**

Waterloo autrefois

UNE MURALE EN MOSAÏQUE À WATERLOO

Comme je l'ai souvent mentionné, il y a plusieurs types de patrimoine (architectural, industriel, agricole, etc.). Le patrimoine artistique d'une communauté, souvent méconnu ou sous-estimé, fait aussi partie de nos trésors même s'il est relativement récent. On l'a vu à Granby alors qu'en 2020 lors de la reconstruction de l'édifice de la MRC de la Haute-Yamaska, une murale en mosaïque de l'artiste Alfred Pellan représentant saint Patrick, réalisée en 1958, allait être démantelée et remise. En 2025, la murale est enfin mise en valeur et accessible au public dans le bâtiment que se partagent désormais la Société d'histoire et la MRC de la Haute-Yamaska.

À Waterloo, nous avons la chance de pouvoir admirer une dizaine de sculptures qui font partie d'Artria, le musée à ciel ouvert. Sont ainsi mises en valeur le talent et le savoir-faire d'artistes de renommée internationale. En effet, les oeuvres d'art ont été créées majoritairement lors des cinq symposiums internationaux de sculptures monumentales, qui ont eu lieu à Granby de 1997 à 2000 et en 2015.

On parle donc d'un patrimoine très récent; nul besoin d'être ancien pour être admiré, protégé et mis en valeur. De plus, le patrimoine est aussi un actif à bâtir et à enrichir au fil des années. C'est pourquoi le « Plan d'action 2025-2026-2027 » de la « Politique culturelle et patrimoniale de Waterloo » comprend des actions pour l'acquisition d'art public et la création éventuelle d'une oeuvre majeure.

Cela dit, est-il possible de créer bientôt à Waterloo une oeuvre monumentale, impliquant des artistes de renom et dans laquelle toute la communauté serait impliquée et pourrait se reconnaître? C'est le pari audacieux auquel s'est attaqué Allison Lampron, enseignante en arts à la Waterloo Elementary School. Son ambition : créer une murale en mosaïque d'une centaine de pieds sur le triste muret en ciment devant l'école, sur la rue de la Cour.



La murale sera installée le long du muret, la vague représente là où seront les mosaïques.
Photo : Allison Lampron.

Réunir dans le projet les trois écoles de Waterloo ainsi que la communauté autour d'une oeuvre collective, est une première ici. On parle de presque une année de démarches et de demandes de subventions à gauche et à droite. Allison nous résume le défi :

« Je tenais à faire appel à des artistes et artisans émérites de la région, dont la compétence, acquise par une longue pratique, était démontrée. Pourquoi ne pas les inviter à créer une oeuvre ici, dans notre ville, modeste mais authentique? J'ai donc sollicité Isabelle Marissal, mosaïste de renom, ainsi que Michel-Louis Viala et Sara Mills, deux céramistes bien connus et de grand talent. Il fallait s'entendre et se coordonner car réaliser et installer une murale en céramique implique un processus complexe, étalé sur plusieurs mois. »

Je comprends qu'il y a plusieurs étapes et demande à la mosaïste, Isabelle Marissal, de les résumer.

« Il faut d'abord et avant tout réaliser des dessins. Des élèves des 3 écoles seront invités à participer. À partir des dessins, j'élabore ensuite une maquette. Ensuite, ce sera la fabrication et le glaçage des tuiles. Il faudra finalement les casser en morceaux (qu'on appelle des tesselles) puisqu'on parle d'une mosaïque.

Les tesselles sont ensuite assemblées comme un casse-tête en fonction des dessins à recomposer, selon les formes et les couleurs de ceux-ci. Ces fragments sont ensuite collés et un joint est finalement appliqué et nettoyé. »



L'artiste mosaïste Isabelle Marissal en plein travail de création.

Les élèves des 3 écoles de Waterloo seront donc sollicités à différentes étapes du projet, dont l'un des défis est de réunir deux commissions scolaires différentes autour d'un même grand projet, une initiative peu fréquente. Et comment d'autres citoyens seront-ils amenés à participer? Ce sont Les Ateliers créatifs W qui assumeront cette partie du projet, grâce à l'aide financière de la Ville de Waterloo, d'Entraide Jeunesse François Godbout et de la ministre Isabelle Charest. Caroline Lanctôt-Benoit, la nouvelle directrice de l'organisme, est enthousiaste :

« Beaucoup de jeunes vont participer au projet et la réponse promet d'être à la hauteur des attentes. Mais si l'on veut que d'autres points de vue puissent s'exprimer, et surtout d'autres générations, il faut créer autant d'occasions en ciblant différents groupes. On a choisi de créer plusieurs petites bulles, en présence d'Isabelle qui explique sa démarche artistique et ses techniques, et avec le merveilleux conteur de Waterloo, Paul Bradley. Ce sera l'allumeur d'idées, le raconteur d'histoires locales, celui qui saura faire rêver les participants et les amener à dessiner. On sait que ce n'est pas toujours facile de créer un climat de confiance, souvent les gens se disent qu'ils ne savent pas dessiner, qu'ils ne sont pas des artistes. Notre expérience à ce niveau pour créer un climat créatif est précieuse... ».

L'art de la mosaïque prend tout son sens dans ce projet, où une myriade d'idées, d'images, de thèmes et de couleurs, sera mise en valeur dans un projet artistique d'envergure où tous pourront se reconnaître. Ce sera à suivre dans les prochains mois sur la page Facebook créée pour l'occasion : **Projet Murale en Mosaïque de Waterloo**. Bravo à toute l'équipe!



Mosaïque réalisée à Bromont. Photographie : Isabelle Marissal.

Suite du mois de janvier

ÊTRE ÉCRIVAIN AU QUÉBEC

par : Antoine Marchand

En 1866, les écrivains au Canada n'étaient pas bien rémunérés et quelques-uns, comme Crémazie, décidèrent de s'exiler en France, où leur travail serait mieux récompensé. Ce dernier mentionnait à Casgrain : « Pour qu'un écrivain puisse ainsi se livrer à un travail assidu, il faut qu'il soit sûr au moins de ne pas mourir de faim. »⁶ Il constatait également que la littérature au Québec resterait « amateur » tant que les auteurs ne pourraient être payés honnêtement pour le fruit de leur travail. Encore aujourd'hui, très peu d'écrivains québécois peuvent vivre uniquement par l'écriture. La rémunération pour l'écrivain est encore très faible dans la province. L'auteur gagne généralement 10% de la valeur du livre à chaque achat. Pas étonnant que l'écrivain d'aujourd'hui doit encore avoir un autre emploi pour subvenir à ses besoins. Malgré le fait que l'auteur de nos jours peut être n'importe qui, une importante quantité d'écrivains évoluent dans le monde des lettres, un peu comme dans le temps des correspondances de Crémazie-Casgrain. Cependant, depuis pratiquement toujours, les hommes de lettres n'ont jamais été rémunérés à la hauteur de leur travail. Crémazie amène le point que : « chez tous les peuples de l'Europe, les lettres n'ont donné signe de vie que lorsqu'il s'est rencontré des princes pour protéger les auteurs. Avant la Renaissance, les couvents possédaient le monopole des travaux intellectuels, parce que les laïques qui auraient le goût et la capacité de cultiver les lettres ne pouvaient se vouer à un travail qui n'aurait donné du pain ni à eux ni à leurs familles. »⁷ Crémazie, lui-même, a dû délaisser sa librairie à Québec et s'exiler à Paris à la suite de « quelque malversation financière ». Malheureusement, le milieu littéraire à travers le monde est un univers très compétitif et il est très difficile de pouvoir vivre de sa plume, seulement quelques chanceux dans l'histoire ont eu la chance de pouvoir satisfaire leur besoin grâce à leur passion.

Malgré la faible rémunération de l'auteur au Québec encore à ce jour, le système d'édition permet à un grand nombre de livres de se faire publier. Généralement, les maisons d'édition, souvent subventionnées, publient les livres, après avoir signé un contrat avec l'auteur, et l'envoi au distributeur. Pour ce qui est des nouveautés, des ouvrages sélectionnés sont prêtés aux librairies pour un délai d'environ un an. Les librairies les vendent en faisant un profit équivalent habituellement 40% de sa valeur et au bout d'un an, ils rendent la quantité de livres qu'ils n'ont pas vendus. Les librairies ont toutefois le droit d'en redemander à tout moment. Avec ce système, les librairies sont pratiquement assurées de pouvoir survivre puisqu'ils payent aux maisons d'édition uniquement les livres qu'ils ont vendus. Le système de distribution au Québec est très efficace et rapide, comme Socadis, Scholastic ou Ada pour ne nommer qu'eux. De plus, les maisons d'édition sont ordinairement subventionnées par le gouvernement, ce qui leur permet de survivre si elles remplissent certaines conditions, comme un nombre minimum d'ouvrages à publier, par exemple.

Dans les correspondances, Crémazie expliquait comment il était compliqué de se faire publier: « [...] dans les œuvres contemporaines, il faudrait d'abord les acheter, ensuite il faudrait payer un rédacteur pour cueillir cette moisson; or vous savez que nous avons à peine de quoi payer l'imprimeur. »⁸ Très souvent, les écrivains de l'époque publiaient leur travail dans des revues (Le Foyer canadien ou la Revue canadienne) ou se faisaient publier par une personne fortunée qui avait bien voulu payer pour que leur œuvre soit disponible au public, comme voulait le faire Casgrain pour Crémazie. Depuis les vingt dernières années, le système d'édition a permis à plusieurs écrivains, amateurs ou professionnels de publier leur manuscrit. Gilles Marcotte se permet de dire que : « beaucoup d'ouvrages littéraires publiés au Québec ne le sont pas en vertu de leurs qualités propres ou parce qu'ils peuvent se vendre, mais pour nourrir un appareil d'édition proliférant et servir un impératif idéologique fondé sur les valeurs de communauté. »⁹ On laisse beaucoup d'auteurs amateurs publier leur ouvrage pour permettre à plus de publications possibles d'être disponibles à la population québécoise. « [...] le Québec est sans doute le lieu au monde (le pays si vous le voulez) où il est le plus facile de se faire publier. Si ce n'est dans une « grande » maison, ce sera dans une petite. [...] (les maisons d'édition) doivent soutenir un programme d'édition plus considérable que ce qu'autorisent les ressources d'écriture du milieu. L'édition québécoise se nourrit des écrivains plutôt qu'elle ne les nourrit. »¹⁰ Même si les écrivains ne sont pas bien rémunérés pour leurs œuvres, comme cela a presque toujours été le cas, le système d'édition permet à un grand nombre d'auteurs de se faire publier. C'est une méthode qui fonctionne bien pour la survie des livres au Québec, mais qui n'améliore pas la situation des écrivains qui souhaitent pouvoir vivre uniquement de leurs écrits.

Suite au mois prochain (mars)

Jouons dehors au chaud (Let's play outside & Stay warm) A project that demonstrates that solidarity and the ability to work together lead to positive results for our little ones.

In the September edition of the *Panorama*, I called on you to support a citizens' initiative project called *Jouons dehors au chaud (Let's play outside & Stay warm)*. I am proud to present to you today the records for this project.

You will remember that the objective of this project, overseen by the *Centre d'action bénévole aux 4 vents*, was to collect donations to allow children from low-income families in our community (Waterloo, Shefford, Saint-Joachim de Shefford and Warden) to be able to enjoy brand new snowsuits, caps, mittens, neck warmers and winter boots.

This project did much more than simply give children clothing; it was an opportunity to offer them rich and varied experiences. As an African proverb says: "it takes a village to raise a child". Education is not limited to what is learned at home or in school, it is the result of a variety of experiences, contacts and relationships in several different environments. Thank you to those who believe in this proverb and who helped create these different experiences for the children of our territory.

We are pleased to name the following donors:

Anonymous donors	\$1,083
Andréanne Larouche, MP for Shefford.....	\$500
Ladies Auxiliary, RCL Branch 77.....	\$500
Royal Canadian Legion Branch 77 Shefford.....	\$500
Knights of Columbus, Council 2077	\$500
Robert Ossington	\$1,000
Ville de Waterloo.....	\$2,000
Municipalité de St-Joachim-de-Shefford.....	\$500
Municipalité du Canton de Shefford	\$2,500
St-Paul's United Church.....	\$1,000
The Fondation Bon Départ de Canadian Tire du Québec.....	\$1,500

Also: Sponsorship and discount at the Canadian Tire store in Granby
Discount at the Aubainerie store in Granby
Discount from Chaussures Acton

All donations received were entirely spent on purchasing boots, snowsuits, and accessories. Thanks to these generous contributions, nearly 70 children were dressed from head to toe to be able to PLAY OUTSIDE & STAY WARM. We are grateful to the volunteers who completed all the work. A special mention to the *Cercle de Fermières de Waterloo*, whose members participated in making more than 50 caps and neck warmers in the colours of the snowsuits. They also provided socks as well as cuddly toys to keep the little ones entertained during the fitting sessions.

We would also like to express our gratitude to the children for their patience during the fitting sessions and for their remarkable maturity while waiting. They gave us cherished memories, including beautiful cards and drawings.

A special thank you to our major donors:



From left to right: Angèle Arès, France Laramée, Nicole Plante, Cécile Guillemette and Mireille Lessard from the *Cercle de Fermières de Waterloo* in front of some of their handiwork.



From left to right: Diane Lavoie, Fernand Huard and Ruth Dupont having fun while waiting for the kids to arrive for a fitting session.

Pharmacie R. Ferrier, S. Fiset et D. Rodriguez

membre affilié à
Proxim



Rodolphe Ferrier Stéphane Fiset Damien Rodriguez

**SERVICES INFIRMIERS
ET
PRISE DE SANG**

5351, rue Foster, Waterloo | 450 539-1686 | Fax : 450 539-5154

Couturière

Mosaïste - Vitrailliste

Carole Ferrer

Recyclage - Réparation - Création

www.caroleferrer mosaiste.com

77 chemin de Fulford, Shefford ☎ : (514) 718-2342



Visitez notre site web
pour consulter nos calendriers!

Mdjexit.ca

Scannez-moi!



Mdj L'Exit de Waterloo

Email: exitdewaterloo@gmail.com

Saint-Joachim-de-Shefford

567 1er Rang Ouest

450 539-2222

Waterloo

350 Rue Waterloo

450 539-4578



RÉNOVATIONS

Avant

Après

RBQ : 5753-1030-01

ENTREPRENEUR SPÉCIALISÉ

Pour tous travaux de rénovation: rallonge, sous-sol, salle de bain,
installation portes et fenêtres, bois franc, céramique, plancher flottant,
deck de piscine et travaux de finition.

Rénovation salle de bain



Avant

Après

Galerie/Patio/Deck



ESTIMATION GRATUITE GRANBY ET RÉGION

Nous joindre : 450 375-6023

Courriel : robinduchesne40@gmail.com

Suivez-nous sur

Venez faire le changement de
vos pneus et l'entretien de
votre véhicule chez :



DALTON CHARBY | MÉCANICIEN AUTOMOBILE

**RECHERCHE MÉCANICIEN
(compagnon A, B ou C)**

450 539-2851

Au plaisir de vous servir !

**6561, RTE 243
SHEFFORD J2M 1G3**

L'AMOUR A MILLE VISAGES



Photographe: Sophie d'Ayron

Anny Schneider,

autrice, conférencière, herboriste, Shefford

“Là où il y a de l'Amour, il y a de la vie”

Mahatma Gandhi

Nous le savons tous, l'amour doit être célébré et surtout partagé tous les jours de l'année, pas juste en février.

Aussi, l'amour n'est pas le monopole des couples amoureux, surtout celui de la passion du début de la relation d'un jeune couple, sentiment le plus intense et bouleversant, je m'en souviens encore avec précision. Ah Fabien! le grand Amour de mes dix-huit ans, jamais oublié...

Sinon comment décrire la plénitude de l'Amour d'une maman pour son nouveau-né, en lui offrant son concentré sous la forme de doux lait sucré, câlins en prime, de jour comme de nuit. L'Amour d'une maman déplace les montagnes et donne une confiance indéfectible en la vie et en soi-même. Quand il manque dès le début de l'existence, ça engendre bien des souffrances. L'enfant épanoui a une grande capacité d'aimer ceux qui s'approchent de lui et lui offrent leur attention et leur présence. Comme les animaux domestiques, ils ont cet instinct sûr pour s'approcher ou s'éloigner des individus, et cette magnifique qualité de présence totale à l'instant, autant pour découvrir la nature, faire un dessin ou s'inventer une histoire insolite.

Une autre magnifique et solide preuve d'amour durable est l'amitié. Idéalement celle d'une complicité complémentaire, de présence et de partage, sans attentes autres que de mieux connaître la vision de l'autre dans un moment partagé dans l'instant, d'une promenade en forêt, d'un film, d'un fait politique, voire d'une recette de cuisine dégustée de concert. Pour moi, immigrée plutôt solitaire, au-delà de mes milliers de connaissances virtuelles, ce sont les êtres fidèles que je revois avec un bonheur partagé qui enrichissent ma vie. Les plus anciens datent de ma petite enfance, des femmes surtout, ici aussi, car là n'interviennent ni attentes, ni intérêts, ni enjeux de séduction.

Le problème principal dans les relations de couple, c'est la dépendance et la propension au contrôle qui minent bien des relations. Le secret principal de l'harmonie durable est la communication. L'absence, c'est quand l'autre n'est pas là où on voudrait qu'il soit, et ce manque cause bien des souffrances, souvent inutiles.

Pour moi, qui ai beaucoup mais aussi mal aimé, la liberté de l'individu et de son intégrité est primordiale, c'est pour ça que je vis seule et que je n'ai que moi-même à chicaner quand je dérape! Pas évident de s'ajuster aux bruits, aux odeurs, à la cuisine, à la musique, aux loisirs et aux valeurs de l'autre. Bref, de s'entendre sur l'essentiel du quotidien. C'est là que les enfants et le beau chaos qu'ils installent, et l'amour qu'ils suscitent en nous deviennent de doux liants pour le couple, ou comme l'argent, les premières sources de conflits.

Ce rappel aussi: nous ne sommes aucunement responsables de l'amour des autres, uniquement de celui que nous éprouvons nous-mêmes pour les autres humains. Un des seuls autre contrôle que nous ayons, c'est celui sur notre corps et notre individualité, mais là aussi intervient l'amour! Évidemment l'amour de soi qui lui aussi comporte bien des enjeux. J'y reviendrai, foi de naturothérapeute vieillissante qui sait que la santé est garantie de liberté. Cela dit, je comprends et salue le bel amour durable comme celui de mes amis Patricia et Paul-Alain ci-contre!

En attendant, en février et toute l'année : je m'aime, je t'aime, fais de même, tour à tour, vive l'Amour!



Photo : P.A. Charbonneau



YLC'S Alphabits: Your Next Book is Just a Click Away

By : Emilee Veluz

It's cold outside. The roads are slippery and slushy. It's the perfect time to get cozy and let a book whisk you away. You want to visit your local bookstore or library, but you just can't get yourself to go? Great news— your next book is a click away!

In this digital age, downloading reading apps (applications) on your electronic devices allows you to:

- Borrow or buy digital books (text or audio)
- Read on phones, tablets, e-readers, and computers
- Adjust text size, background colour, and audio options to support literacy

There are many book reading apps and websites available in Canada. Here are some popular suggestions:

- **Kindle** (access to the Amazon eBook store)
- **Kobo** (access to the Kobo eBook store)
- **Apple Books** (access to the Apple eBook store)
- **Google Play Books** (access to the Google eBook store)
- **Libro.fm Audiobooks** (allows you to buy audiobooks, while supporting your favourite indie bookstore)
- **Project Gutenberg** www.gutenberg.org (access to free e-books focusing on older literary works)

There is another app that allows you to visit selected public libraries, browse through their catalogue, borrow eBooks, e-magazines and audiobooks all for free and from the comfort of your own home. The **Libby** app allows you to do all that. If your local library is not on their list, you can create yourself a free online membership to the *Bibliothèque et Archives nationales du Québec*. This library is free for everyone to join and is compatible with the app.

Follow the steps below so you can start using the **Libby** app to download your next book:

1. Download **Libby** from the **Apple App Store** or **Google Play**
2. Open the **Libby** app and select your country (**Canada**)
3. **Enter your local library** that you are a member of in the **Search tab**, if your local library is not on their list, visit <https://www.banq.qc.ca/banq-glance/> and create a free membership by clicking **Join BANQ**
4. Go back to the **Libby** app and **sign-in with your library card**
5. Browse, borrow and enjoy your books

Now that you can borrow books from home, we have a reading challenge for you. From February 22 to 28, 2026 we celebrate **Freedom to Read Week** across Canada. It is an opportunity for Canadians to focus on issues of intellectual freedom as they affect your community, your province or territory, our country, and countries around the world. We are fortunate to have this freedom, so why not read a banned book and decide for yourself if censorship is justified. Here are some suggestions:

- *The Great Bear* and *Sisters of the Wolf* by David A. Robertson
- *The Handmaid's Tale* by Margaret Atwood
- *The Apprenticeship of Duddy Kravitz* by Mordecai Richler
- *Lullabies for Little Criminals* by Heather O'Neill

Visit us at our YLC Waterloo office, 5403 rue Foster, we have FREE used books for the whole family to enjoy. To learn about our free literacy services, call us at 450 204-2787 or email Emilee at emileeveluz@yamaskaliteracy.ca. Happy Reading!



Tout est une question de bon tri

BAC BLEU



- 1 **Contenants.**
Emballages.
Imprimés.
- 2 **C'est tout.**

BAC BRUN



- 1 **Ce qui se mange.**
- 2 **Ce qui se jardine.**
- 3 **Les papiers et cartons souillés.**

ÉCOCENTRES

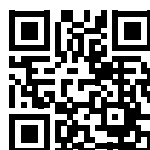


- 1 **S'informer.**
- 2 **Regrouper.**
- 3 **Déposer.**

BAC NOIR



Le peu qui reste.



GENEJETER.COM