

# ICI BROMPTON

Au cœur des gens

PM# 0040007682

AMECQ  
ASSOCIATION DES MÉDIAS ÉCRITS  
COMMUNAUTAIRES DU QUÉBEC

Québec

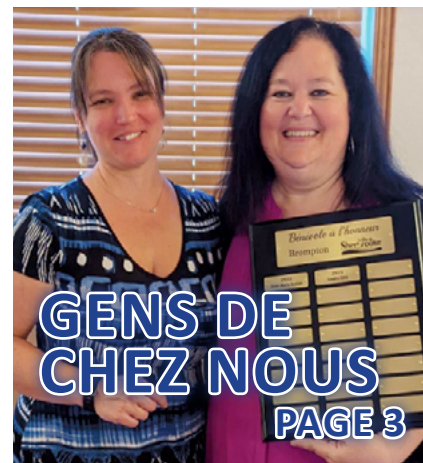
VOLUME 7, NUMÉRO 9

MAI 2023

## BONNE FÊTE DES MÈRES!



Amandine, Lambert, Marie-Claudie et Flavie / Crédit photo : Selfie de Marie-Claudie Jean

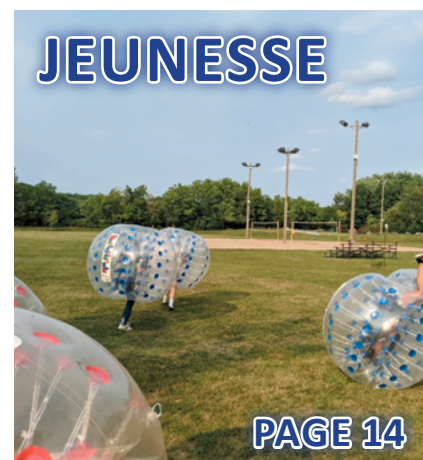


GENS DE  
CHEZ NOUS  
PAGE 3



NOS  
ORGANISMES  
COMMUNAUTAIRES

PAGE 11



JEUNESSE

PAGE 14

UN SOUPER HOMARD!

C'EST LA FÊTE DES Mères

**IGA** Marché Forgues

50, rue Bourgeois / Du lundi au dimanche de 8h à 21h / 819 846-2728

# SOMMAIRE

## Page 3

- Éditorial
- Mieux-être et spiritualité
- Gens de chez nous

## Pages 4 et 5

- Vie culturelle

## Page 6

- Science
- Origine de...

## Page 7

- mots croisés

## Pages 10 et 11

- Vos organismes communautaires

## Page 12

- Vie politique

## Page 13

- Notre histoire

## Page 14

- Jeunesse

## Page 15

- À votre santé



Dépôt légal - Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2023.

# 14 MAI, LA FÊTE DES MÈRES



Amandine, Lambert, Marie-Claudie et Flavie / crédit photo : Marie-Claudie Jean

## Par Anne-Marie Auclair

Le mois de mai annonce le printemps, ce fameux retour du beau temps. On commence nos semis, on prépare nos terrasses et on fait du ménage sur le terrain. Non seulement c'est le retour du soleil, mais c'est aussi le moment de souhaiter bonne fête à toutes les mamans qui nous entourent. Eh oui, c'est la Fête des mères!

Oh que nous aurions pu tirer le portrait de toutes les mamans du village pour faire notre couverture! Toutes le mériteraient haut la main. Mais dans cette édition, nous vous présentons Marie-Claudie Jean qui apparaît en couverture avec ses enfants.

Marie-Claudie Jean habite Brompton depuis 13 ans. Cette jeune femme de 35 ans est mère de trois beaux

enfants: Flavie 8 ans, Amandine 5 ans et Lambert 4 ans. Technicienne en commercialisation de la mode de formation, elle a travaillé pendant dix ans dans différents commerces de Sherbrooke. Elle se consacre à sa famille depuis quatre ans, un choix de vie parfait selon elle: «Ça nous permet d'avoir une routine plus slow la semaine et surtout de passer du temps précieux avec mes enfants»

Être mère au foyer, c'est aussi avoir le temps de faire de bons repas. Marie-Claudie adore cuisiner des plats pour sa famille. Son chum adore sa lasagne et ses enfants, eux, préfèrent ses bols de céréales. Elle dit en riant qu'elle fait d'excellents bols de céréales! Ce n'est pas toujours évident de «popoter» pour nos enfants. Ils sont parfois difficiles.

Marie-Claudie n'est pas seulement une maman à la maison, c'est aussi une artiste qui se spécialise dans le macramé, un art qui la passionne depuis plus de trois ans. Elle a sa boutique en ligne sur Etsy et il est possible de voir ses œuvres sur sa page facebook. Vous pourrez aussi la rencontrer à la prochaine Fête de la rentrée au Parc Nault en août prochain car elle y aura son kiosque.

En terminant, je lui ai demandé ce que c'était pour elle être maman. Voici sa réponse : «Je dirais vivre pleinement toutes les étapes de la vie de mes enfants en nous permettant un rythme de vie plus relaxe.»

Toute l'équipe du journal vous souhaite Bonne Fête des mères!

## COORDONNÉES DU JOURNAL

Sandra Côté, rédactrice en chef  
[icibrompton@gmail.com](mailto:icibrompton@gmail.com) / Tél. : 819 238-6824 / [icibrompton.com](http://icibrompton.com)

TIRAGE : 3200 copies

**ICI BROMPTON**  
Au cœur des gens

## COLLABORATEURS ET COLLABORATRICES

Rédactrice en chef :

**Sandra Côté**

Éditorial :

**Sandra Côté**

## CHRONIQUEURS ET CHRONIQUEUSES :

Équipe, MDJ L'Intervalle

**Hélène Robert**, Chronique littéraire

**Jean-Marie Dubois et Gérard Côté**, Toponymie

**Joanie Lessard**, Science

**Lisette Lahaie**, Comité du patrimoine

**Manon Poulin**, Mieux-être et spiritualité

**Marie-Noël Dupont**, À votre santé

**Rosalie Tellier**, MACB

**Stéphanie Croteau**, Réflexologie

Jeux et divertissement : **Chantal Demers**

Vie politique :  
**Ce mois-ci : Catherine Boileau, conseillère municipale district de Brompton**

Montage, mise en pages et infographie :  
**Anne-Marie Auclair**

Photographie :  
**Mario Hains, Virginie Dukers**

Révision et correction :  
**Myriam Campeau**

DATE PROCHAINE PARUTION : Juin 2023

## LE TEMPS DES SEMAILLES



Sandra  
**CÔTÉ**  
auteure et rédactrice en chef

Sur le chemin Notre-Dame-des-mères, un matin où j'étais pressée par le temps, voilà que je me retrouve à suivre, à pas de tortue, un tracteur de ferme traînant à sa suite une semeuse. Je vous épargne tous les jurons et autres mots gentils qui sont sortis de ma bouche. C'était confirmé : j'allais être en retard. N'ayant d'autre choix que de suivre le convoi maudit, la len-

teur de la vitesse de croisière me ramena doucement dans mes pensées.

Je me revois petite fille, sur la ferme familiale située dans une municipalité voisine, à la même époque de l'année : le temps des semailles. Pour ceux et celles qui ne le savent pas, c'est une période extrêmement intense en agriculture. Plus vite on sème, plus vite ça pousse.

Donc, je me revois attendre l'autobus scolaire le matin, humant l'odeur de la terre prête à être fécondée, ob-

servant mon père et mon grand-père qui s'affairent à la mise au point de la semeuse, des tracteurs et autres machineries agricoles. Et je savais déjà qu'à mon retour de l'école, mon père serait encore aux champs. C'était comme ça à chaque année; des fourmis qui couraient sans relâche au printemps.

Assise au fond de mon banc d'autobus, je me souviens m'être demandé : mais pourquoi mettre tant d'efforts à semer des graines ? Et là, j'ai su. J'ai compris que mon paternel et le sien avaient

une vision : la récolte. Tous deux, ils la visualisaient déjà. Ils ne comptaient pas les heures, en oubliaient presque la faim et la soif. La meilleure des récoltes les attendait.

Le bruit de klaxon d'une voiture me tira soudain de ma rêverie et je me dis à moi-même avec un sourire en coin : cet impatient doit sûrement venir de la ville. Mais surtout, il ne voit pas la récolte.

## Mieux-être et spiritualité

## POURQUOI ENVOYER « PLEIN AMOUR INCONDITIONNEL X » À TOUT LE MONDE ?



Manon  
**POULIN**  
Experte en reconstruction  
de l'âme  
[info@manonpoulin.ca](mailto:info@manonpoulin.ca)  
[manonpoulin.ca](http://manonpoulin.ca)

L'envoi de « Plein Amour Inconditionnel X » à tout le monde peut être bénéfique pour plusieurs raisons. Tout d'abord, cela peut aider à promouvoir la paix, la compréhension et la compassion dans le monde. En envoyant de l'amour à toutes les personnes, même celles avec lesquelles nous ne sommes

pas d'accord, nous pouvons aider à réduire les conflits et les tensions entre les personnes et les groupes.

En outre, l'envoi de « Plein Amour Inconditionnel X » peut également être bénéfique pour notre propre bien-être. En pratiquant l'amour inconditionnel, nous pouvons nous sentir plus calme, plus aimant et plus connecté à soi-même et aux autres, ce qui peut nous aider à réduire notre stress, notre anxiété et nous procurer un profond

sentiment de paix.

Enfin, envoyer « Plein Amour Inconditionnel X » peut également être un moyen de manifester notre gratitude envers les autres et de leur montrer que nous les apprécions. Cela peut renforcer les relations et les liens entre les personnes, créant ainsi des communautés plus fortes et plus unies.

En résumé, l'envoi de « Plein Amour Inconditionnel X » à tout le monde

peut être bénéfique à la fois pour les autres et pour nous-même, en contribuant à promouvoir la « P A I X », la compréhension et la compassion, en améliorant notre bien-être personnel et en renforçant les relations et les communautés.

À toi qui viens de me lire ainsi qu'à toutes les personnes de ton entourage, je vous envoie « Plein Amour Inconditionnel X ».

## Gens de chez nous

## HOMMAGE À LA BÉNÉVOLE DE L'ANNÉE

Par  
**Kim Noël et Anne-Marie Auclair**

Lorsque l'on pense à Sandra, nous avons tout plein d'anecdotes qui nous viennent en tête. Nous la reconnaissons par son rire contagieux qui nous entraîne dans une chaîne sans fin. Son optimisme motive les troupes lors de projets d'envergure.

Brompton étant un petit village, nous avons énormément de chance d'avoir un journal communautaire. Nous lui devons. C'est de son idée qu'est parti ce projet, qui au départ pouvait sembler inatteignable. Aujourd'hui, notre village ne serait pas le même sans ce journal qui permet de mettre en lumière notre histoire de page en page.

Sauver notre Église, c'est une mission que s'est donné Sandra en créant avec deux autres membres de la communauté l'organisme Chez Praxède. Grâce à ce regroupement, nous pourrions maintenant continuer de faire briller nos organismes et nos missions à travers ce bâtiment historique. Peut-

être aurons-nous également la chance d'accueillir divers spectacles et événements rassembleurs.

Écrivaine hors pair, elle arrive à nous faire vivre de fortes émotions de par ses mots humains, authentiques et vrais. Vraie, c'est tout ce qu'est Sandra à l'intérieur et à l'extérieur. Notamment lorsqu'elle apporte son aide lors d'événements comme la Fête Nationale ou lorsqu'elle représente les citoyens dans le comité Cœur de Brompton.

Il nous est impossible de nommer tout ce dont nous sommes fiers par rapport à Sandra. Ce qui est sûr, c'est que nous nous comptons extrêmement chanceux de la compter parmi nous, que ce soit au sein des différents comités sur lesquels elle siège ou tout simplement en tant que citoyenne extrêmement impliquée.

Merci Sandra pour ton dévouement, ta gentillesse et ta passion vis-à-vis notre petit patelin.



Catherine Boileau conseillère municipale de Brompton et Sandra Côté

# EXPOSITIONS EN COURS: DERNIÈRE CHANCE POUR VISITER NOS EXPOSITIONS DE CE PRINTEMPS!



Rosalie  
**TELLIER**  
Directrice la Maison des arts  
et de la culture de Brompton

Vous avez jusqu'au 28 mai pour découvrir le travail des artistes et auteures sherbrookoises Johanne Bilodeau et Louise Marois, ainsi que de l'artiste montréalaise Marie-Claude Robillard! Bien que chaque exposition possède son monde singulier, le point de rencontre entre Écrans et enveloppements (Johanne Bilodeau), Tant que je pourrai noircir (Marie-Claude Robillard) et La genèse d'un cercle (Louise Marois) amène à se laisser toucher par l'écriture et la poésie à travers les arts visuels.

## Thématique des Jardins réinventés de la Saint-François: Contrepoids

Avec l'été qui s'en vient déjà, nous sommes en plein dans les préparatifs des Jardins réinventés de la Saint-François, manifestation artistique d'envergure qui prend place dans le parc de la Rive. Cette année, la thématique sélectionnée est Contrepoids et cherche à mettre en valeurs, à travers un parcours d'œuvres, l'équilibre naturel entre le géométrique et l'organique, le rationnel et l'émotif ou encore entre le cartésien et l'intuitif. Témoignage d'un système industriel ordonnancé ou d'une nature résiliente en profond lâcher prise, les œuvres seront disposées en fonction de ces complémentarités tel un jeu de questions/réponses. La discussion demeure : quelque chose peut-il exister sans la présence de son contraire ?



Vernissage du 2 avril / Oeuvres de Johanne Bilodeau dans la grande salle / crédit photo : Simon Gauthier-Brulotte



Vernissage du 2 avril / Oeuvres de Johanne Bilodeau / crédit photo : Simon Gauthier-Brulotte



Oeuvre de Louise Marois / crédit photo : Simon Gauthier-Brulotte



Oeuvre de Marie-Claude Robillard / crédit photo : Simon Gauthier-Brulotte

**HEURES  
D'OUVERTURE**

**MERCREDI AU VENDREDI**

13h00 à 16h30

**SAMEDI ET DIMANCHE**

13h00 à 17h00

fermé du 28 mai au 18 juin

Pour plus d'informations

**ROSALIE TELLIER,**

Directrice à la Maison des arts  
et de la culture de Brompton

1, rue Wilfrid-Laurier, J1C 0P3

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

819-846-1122

# NOUVEAUTÉS LITTÉRAIRES



Hélène  
**ROBERT**

Présidente du conseil  
d'administration des  
Amis-de-la-Bibliothèque



**LE DÉFI DE  
JÉRUSALEM**

DE  
**ERIC-  
EMMANUEL  
SCHMITT**

Invité par le Vatican à un voyage en Terre sainte puis dans la ville-État, l'auteur relate ses deux pèlerinages, entre récit de voyage intime et méditation sur la foi et les religions. Si à Jérusalem sa spiritualité se pare de couleurs et d'odeurs nouvelles, sa rencontre avec le pape François, quelques semaines plus tard, achève de donner corps à sa foi.

## HEURES D'OUVERTURE

**Bibliothèque  
GISELE-BERGERON**

**Lundi 13h - 17 h 30**

**Mercredi 10 h - 17 h 30**

**Vendredi 13 h à 21 h 00**

**Samedi 10 h à 16 h 00**

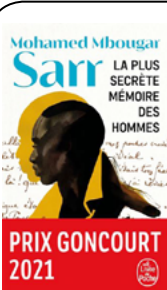
Service " Biblio à domicile"  
Contactez-nous / 819 846-6645  
biblio028@reseaubiblioestrie.qc.ca  
81-1, rue du Curé-LaRocque



**LES DOULEURS  
FANTÔMES**

DE  
**MÉLISSA  
DA COSTA**

Rosalie, Gabriel, Tim, Anton et Ambre formaient une bande d'amis soudés jusqu'à ce qu'un drame les éloigne les uns des autres. Ils se retrouvent cinq ans plus tard quand Rosalie les appelle à l'aide la veille de Noël. Entre regrets et rancoeurs, ces retrouvailles ravivent leurs douleurs mais leur font prendre conscience qu'il n'est jamais trop tard pour changer de vie et être heureux.



**LA PLUS  
SECRÈTE  
MÉMOIRE DES  
HOMMES**

DE  
**MOHAMED  
MBOUGAR SARR**

Paris, 2018. Diégane Latyr Faye, jeune écrivain sénégalais, rencontre sa compatriote Siga D. La sulfureuse sexagénaire lui transmet Le labyrinthe de l'inhumain, un livre paru en 1938 et écrit par un certain T.C. Elimane. Fasciné, Diégane part sur les traces de cet homme mystérieux. Prix Transfuge du meilleur roman de langue française 2021, prix Goncourt 2021, prix Hennessy du livre 2021.



**À LA CROISÉE  
DES CHEMINS  
T.01 LA DÉRIVE**

DE  
**LOUISE  
TREMBLAY-  
D'ESSIAMBRE**

Connor Fitzgerald et son épouse Ophélie Vaillancourt vivent un quotidien de misère avec leurs treize enfants. Le salaire de mécanicien pour le Canadien Pacifique de Connor ne suffisant pas à nourrir sa famille, les enfants sont contraints de contribuer très jeunes à la subsistance et aux tâches de la maisonnée, quitte à s'exiler.

C'est ainsi que Marjolaine, l'aînée, se retrouve séparée de son jumeau Henry pour la toute première fois. Démenté, loin de celui qui a toujours partagé son quotidien et ses moindres pensées, elle découvre néanmoins à Montréal une vie étonnante qui lui permet de rêver à un avenir meilleur.

Lorsqu'un drame frappe la famille demeurée en Estrie, chacun en subit les pénibles conséquences. Certains d'entre eux, dont la petite Delphine, feront face à des défis beaucoup trop astreignants pour leur âge. Toutefois, avec la Seconde Guerre mondiale qui n'est pas terminée et l'effort de guerre déjà exigeant, Marjolaine et Henry arriveront-ils à secourir leurs plus jeunes frères et sœurs ?



**FORTERESSES  
ET AUTRES RE-  
FUGES**

DE  
**RAFAËLE  
GERMAIN**

Il y a les souvenirs dont elle a hérité, ces histoires qui lui ont été tellement racontées qu'elles ont fini par faire partie intégrante de sa mémoire. Il y a les images floues qu'elle garde de son enfance et les récits à partir desquels elle s'est construite. Il y a aussi les souhaits qu'elle porte, des projections dans le futur qui prennent racine dans son passé. À travers l'histoire des premières années de sa mère et celle de ses dernières semaines, en passant par le souvenir des petits chaperons de toutes les couleurs que son père a imaginés pour elle enfant, Rafaële Germain tente de trouver des réponses à la question : que veut-on garder de ce que le monde a déposé en nous ?



**JE FERAI LE  
TOUR DU MONDE**

DE  
**ALEXANDRA  
SZACKA**

Derrière chaque reportage, il y a toujours un contexte, un supplément d'âme, une histoire qu'on n'a pas pu raconter, mais qui éclairent et ajoutent un fil invisible au canevas des vies qui y ont été à peine effleurées. C'est ce fil invisible qu'Alexandra Szacka fait dérouler ici pour nous en montrant l'envers du décor des grands reportages qui nous fascinent à la télévision.

Bibliothèque



## AVIS DE CONVOCATION

À tous nos membres et partenaires,  
Par la présente, vous êtes invités à  
l'assemblée générale annuelle  
de l'organisme Les amis de  
la Bibliothèque.

Nous comptons sur vous !  
L'équipe de la Bibliothèque  
Gisèle-Bergeron



## AGA édition 2023

Les amis de la bibliothèque

*Bibliothèque Gisèle-Bergeron*

**Mercredi 17 mai 2023 à 19h**

**Au 81-1, rue du Curé-Larocque, Shebrooke**

### Projet d'ordre du jour

1. Mot de bienvenue/ouverture de séance
2. Lecture et adoption du projet d'ordre du jour
3. Lecture et adoption du procès-verbal du 4 mai 2022
4. Mots de la présidente et de la coordonnatrice

5. Activités, réalisations et statistiques 2022

6. Présentation des états financiers 2022

7. Projets 2023

8. Dévoilement surprise

9. Élections (3 postes à pourvoir)

10. Période de questions et/ou  
annonce(s) de

proposition (s)

11. Divers

12. Remerciements

13. Levée de l'assemblée

# VOUS ÊTES DES SCIENTIFIQUES DANS VOTRE PROPRE CUISINE



Joanie  
**LESSARD**  
Chimiste

On m'a souvent dit, durant mes études, que la chimie c'était comme la cuisine. Ce fut à mon grand désarroi puisqu'à cette époque, j'étais à peine capable de ne pas faire brûler mes toasts... Heureusement, les choses ont bien changé depuis. Mais il est vrai que la chimie et la cuisine sont intimement liées. Sans le savoir, chacun de nous effectue des transformations chimiques et physiques sur les aliments à tous les jours.

Un des principes de base de la chimie est que les molécules ont une affinité pour un milieu qui leur ressemble. Par exemple, le sucre est une molécule polaire. L'eau est aussi une molécule polaire. On peut donc dissoudre beaucoup de sucre dans l'eau facilement, même chose pour le sel, aussi polaire. La polarité est une caractéristique déterminée par les atomes et leur disposition les uns par rapport aux autres. Par exemple, un lien carbone-oxygène est relativement polaire (l'oxygène tire sur les électrons du carbone) tandis qu'un lien carbone-hydrogène est non polaire (les deux tirent également sur les électrons).

Au contraire, certains aromates (paprika, ail, piments forts, fines herbes) sont composés de groupements moins polaires, principalement des liens carbone-hydrogène. Elles sont donc plus solubles dans les huiles, le beurre ou le gras qui sont de même type. C'est pourquoi on fait souvent revenir les épices dans un corps gras en début de recette afin de bien en extraire la saveur.

Cela explique aussi le fait que l'huile et l'eau se séparent dans une vinaigrette. Cependant, il existe plusieurs produits alimentaires qui contiennent les deux en même temps. Il s'agit d'émulsions. Il faut savoir que les deux produits ne sont pas officiellement «mêlés» l'un à l'autre. L'eau et le gras sont encore présents dans le mélange dans des zones séparées qui sont simplement trop petites pour être vues par l'œil. Afin d'obtenir une émulsion, il faut mélanger vigoureusement, puis stabiliser avec une molécule capable «d'accommoder» les deux parties en même temps. Dans le cas des aliments, l'agent le plus souvent utilisé pour cela est la caséine, une protéine présente dans le lait et les jaunes d'œuf. Le lait est en fait lui-même une émulsion stable, la mayonnaise est aussi un bon exemple.

Un autre phénomène très courant dans la cuisine est la cuisson des aliments. Lorsqu'on apporte une certaine quantité de chaleur à une molécule, celle-ci s'agite plus rapidement. Si on chauffe de l'eau dans une casserole... nous obtenons de l'eau chaude. Cependant, si on place un œuf dans la même casserole, celui-ci se transforme. On ne peut pas avoir notre œuf de départ après l'avoir cuit. Ce sont principalement les protéines de l'œuf qui changent de conformation dans un processus qu'on appelle la dénaturation. Les protéines sont d'immenses molécules repliées sur elles-mêmes dans une conformation très spécifique pour remplir un rôle au sein des cellules. Cependant, les protéines ne sont stables et fonctionnelles que dans des conditions très précises. La chaleur brise donc leur conformation ce qui rend l'œuf cuit. Selon l'aliment, les protéines se dénaturent, les sucres se caramélisent (oxydation), l'eau s'évapore, les fibres se brisent et certaines composantes réagissent même ensemble (réaction de Maillard entre sucres et protéines).

La fabrication du pain repose également sur une série de phénomènes chimiques et biologiques. D'abord, farine, eau, sel et levure sont combinés. La farine contient de longues

protéines (qui composent le gluten). Lorsqu'on ajoute l'eau, ces protéines s'entremêlent et créent un réseau, ce qui lie la pâte. Le pétrissage permet d'accentuer ces interactions. La pâte est ensuite laissée à lever. La levure est un microorganisme (un être vivant) qui brise les liens de l'amidon dans la farine afin de produire des sucres. Ces sucres sont ensuite consommés par les mêmes levures qui le convertissent en dioxyde de carbone (CO<sub>2</sub>) et en éthanol. Les bulles de dioxyde de carbone sont celles qui provoquent la levée du pain. Puis, pendant la cuisson, l'éthanol s'évapore et l'amidon en surface du pain se brise en plus petites molécules appelées dextrines, qui sont de couleur dorée.

Au final, dans un laboratoire de chimie, c'est comme une cuisine, mais idéalement on ne doit pas lécher la cuillère.

## Références

Burton, J. (2011, Octobre). *What is a Emulsion? A Cook's Guide*. Récupéré sur *Stella Culinary*

Compound Interest. (2016, January). *Baking Bread: The Chemistry of Bread Making*. Récupéré sur *Compound Chem*

## ORIGINE DE...

### ORIGINE DU BARBECUE

Au début de la civilisation, les Hommes chassaient et tuaient des animaux qu'ils mangeaient crus. Après la découverte du feu, ils faisaient cuire lentement la bête au-dessus de ce dernier. Ce qui permettait de conserver la viande plus longtemps, d'autant plus que la fumée éloignait les insectes.

Le mot BARBACOA (en langue amérindienne) était utilisé par la tribu ARUWAK. On peut y voir une certaine connotation. Signification logique du mot par rapport à un animal en particulier, qui était une chèvre, embrochée

de la barbe à la queue : barbequeue = barbecue !

Note : En 1952, Georges Stephen a inventé l'appareil en métal pour la cuisson. Il avait coupé en deux une bouée. Il a obtenu ainsi un couvercle et un gril auquel il ajouta une poignée sur l'un des deux.

*Rosanne*



source photo : <https://www.weber.com/CA/fr/company/%C3%A0-propos-de-nous/weber-31372.html>



**Axe-ion Santé**

CENTRÉ SUR L'HUMAIN

Médecine alternative et conditionnement physique



279 rue St-Lambert, Sherbrooke / 819-674-8153 / [info.axeionsante@gmail.com](mailto:info.axeionsante@gmail.com) / Facebook Axe-ion Santé

**HORIZONTAL**

1. Se dit d'une proposition dont le verbe n'a pas de complément d'objet.
2. Explorateur.
3. Ancien do - Nouvel ut - Entre le pas et le galop du cheval.
4. Mathématicien britannique, père de l'informatique, de l'intelligence artificielle et d'une machine à calculer fictive, portant son nom - Un peu.
5. Terminaison de verbe - Salutation familière italienne - Commune d'Italie.
6. Se dit de ce qui vit ou se trouve en bordure ou dans un lac - Monnaie de Roumanie.
7. Pronom personnel - Prénom masculin - Relation passagère.
8. Travailleur de l'acier.
9. Face d'un dé - Qui m'appartient - Attaché temporaire d'enseignement et de recherche.
10. Gentilé féminin de Benest, une commune de France.
11. Préposition de localisation - En cas de problème, on peut tomber sur lui - Il dure douze mois.
12. Émotive.

**VERTICAL**

1. Qui ne sert à rien.
2. Normalise.
3. Télévision - Préfixe marquant la nouveauté.
4. D'une manière grotesque.
5. Déclineras.
6. Affirmation enfantine - Nom de famille - Signifie chemin ou Être suprême dans la philosophie chinoise.
7. Abréviation de sainte - Métal précieux - Grande ville du Brésil.
8. Id est - Dans le nom d'une entreprise de transport de Drummondville - Formée d'un atome.
9. Jupes de tulle sur les costumes de danseuses classiques - Amas.
10. Inconscient de la réalité.
11. Accueillante - Aluminium.
12. Se dit d'une grossesse se développant en dehors de l'utérus (mot composé).

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												
11												
12												

**LA PETITE ANNONCE**

**Recherché**

Je suis une enseignante qui souhaite acheter une maison ou un duplex en campagne ou bien entouré de nature, à Sherbrooke et dans les environs.  
Isabelle 819-620-4452



**Hon. Marie-Claude Bibeau**  
 DÉPUTÉE COMPTON • STANSTEAD M.P.  
 MINISTRE DE L'AGRICULTURE ET DE L'AGROALIMENTAIRE

175, rue Queen, bureau 204  
 Sherbrooke, Qc J1M 1K1  
 www.mcbibeau.ca  
 info@mcbibeau.ca  
 819 347-2598  
 mclaudbibeau

**P**

**LE PRINCIPAL**

20 LA TRADITION 10  
 DE  
 BROMPTON

**PROMO DU MOIS DE MAI**

**PIZZA LARGE AU PRIX DE LA MOYENNE**

VALIDE SUR LES GARNIES, PEPPERONIS OU VÉGÉTARIENNES

RESTOLEPRINCIPAL.COM  
 819 846-6533  
 38, rue St-Lambert, Sherbrooke



Une **INFIRMIÈRE**  
présente à  
**votre pharmacie**



**PLUSIEURS SERVICES INFIRMIERS  
OFFERTS SUR RENDEZ-VOUS**

[clients3.clicsante.ca/64038](https://clients3.clicsante.ca/64038)

CLIC  
SANTÉ

**Lundi • 15h30 à 19h30**  
**Mardi • 8h30 à 17h00**  
**Jeudi • 8h30 à 12h00**

- Prélèvements sanguins\*
- Injections de médicaments\*
- Vaccination préventive\*
- Vaccination contre la grippe (*quantité limitée*)
- Examen des oreilles et nettoyage au besoin\*
- Retrait de points de suture\*
- Changement de pansement et soins de plaies mineures\*
- Consultation et vaccination en santé voyage\*
- Suivi maladies chroniques  
*Prise de tension artérielle, glycémie et accompagnement*
- Conseils santé
- Bas support (bas de compression)  
*Prise des mesures, commande et conseils*

\*Des frais s'appliquent

**On est là pour vous!**

**Proxim**

**Pharmacie Marie-Noël Dupont inc.**  
103 rue St-Lambert, Sherbrooke, QC J1C 0N8  
819 846-2713

**Catherine Boileau**

Conseillère municipale de Brompton  
Présidente de la Commission  
de la sécurité et du développement social  
Arrondissement de Brompton-  
Rock Forest - Saint-Élie - Deauville  
District de Brompton



Bureau d'arrondissement  
133, rue Laval  
Sherbrooke QC J1C 0P9  
T. (bur) 819 846-2757  
T. (bur) 819 674-5817  
catherine.boileau@sherbrooke.ca

**LA PETITE ANNONCE**

**LOCATION DE SALLE** Les Loisirs de Notre-Dame-des-Mères Inc.  
731, chemin de Notre-Dame-des-Mères, Sherbrooke (district de Brompton)  
Tél.: 819-846-3767

**VENTE DE BANCS  
DE L'ANCIENNE ÉGLISE  
SAINTE-PRAXÈDE**

20 et 21 mai 2023  
9h à 16h  
35, rue du Curé-LaRocque

De magnifiques bancs fabriqués par  
l'ébéniste Louis Blais seront mis en vente  
par l'organisme Chez Praxède, afin de  
faire place à de nouveaux projets!  
Prix: 250\$ et plus selon la dimension



Au plaisir de vous  
rencontrer pour discuter  
de ce beau projet de  
communauté!



**GENEVIÈVE HÉBERT**

**DÉPUTÉE DE SAINT-FRANÇOIS**  
(BROMPTON, FLEURIMONT,  
LENOXVILLE - MRC DE COATICOOK)

819 565-3667  
373, rue King Est, bur. 203-B  
Sherbrooke, QC J1G 1B4  
Genevieve.Hebert.SAFR@assnat.qc.ca



**Naturellement engagé(e)  
et dynamique?**

Cascades recrute dans la région!

**Journalier(ère) de production**

- + Horaire stable
- + Progression salariale rapide
- + Programme d'assurances collectives complet



**Pour en savoir plus :**  
Communique avec Camille à  
camille\_pelletier@cascades.com  
ou scanne le code QR



**Respectez votre nature.**  
[choircascades.com](https://choircascades.com)





La  
fête  
de  
la

23 JUIN  
à Brompton

# STEAM

Cantine  
sur place   
à prix populaires

Spectacle sur  
la grande scène  
IGA

*Les Rats  
d'Swomppe*  
www.lesrats.ca

LA FÊTE NATIONALE  
DU QUÉBEC 

# 2023

Feux d'artifice  
musical



**FAE**  
PYROTECHNIE

Depuis 1985

Ouverture du site  
dès 16h

**Bénévoles  
recherchés!**

Communiquez par courriel  
ou téléphone:  
icibrompton@gmail.com  
819-238-6824

**IGA** Marché  
Forgues

En partenariat avec:

Québec 



Stéphanie-Claude  
**LECLERC**  
 Directrice générale  
 www.sercovie.org/popote-roulante.  
 Anne  
**MARMEN**  
 ( Pour vous joindre à l'équipe )  
 819-565-1066, poste 117

À la popote roulante de Sercovie, nous offrons des repas chauds et congelés livrés à des personnes âgées ou en perte d'autonomie dans une perspective de maintien à domicile. Livraison des repas entre 10h45 et 12h30. Le repas chaud sur la route est de 8,00\$.

Critères d'admissibilité pour recevoir la popote : Il faut avoir au moins 70 ans pour recevoir des repas chauds.

Avec un papier d'un professionnel de la santé, les moins de 70 ans peuvent recevoir des repas congelés seulement.

Toute commande (819-565-5522) doit se faire une semaine à l'avance, du lundi au jeudi entre 8h30 et 12h. Il est préférable de passer votre commande pour le mois au complet. Il est possible de commander des repas congelés en tout temps de l'année. Annulez votre repas le jour même avant 9h45, sinon

il vous sera facturé. Les menus sont sujets à changement sans préavis.

Si vous désirez obtenir davantage d'informations concernant le service de popote roulante ou si vous désirez effectuer une inscription pour vous ou l'un de vos proches, communiquez avec nous au 819 565-5522 ou aller sur le site Internet de Sercovie au www.sercovie.org/popote-roulante.

Menu : MAI 2023

Deuxième choix du mois : **SPAGHETTI**

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	1	Porc à la dijonnaise 2	Pain de viande 3	Ragoût de poulet à l'indienne 4	Boulettes sauce aux pêches 5	6
7	8	Sauté de poulet thaïlandais 9	Jambon à l'érable 10	Pâté au saumon sauce aux oeufs 11	Lasagne sauce à la viande 12	13
BONNE FÊTE DES MÈRES 14	15	Côtelette de porc à la chinoise 16	Filet d'aiglefin 17	Mijoté de boeuf 18	Tourtière 19	20
21	FÊTE DES PATRIOTES 22	Fusillis sauce au poulet 23	Pâté au poulet 24	Porc sauce aux champignons 25	Pâté chinois 26	27
28	29	Pavé de saumon 30	Boulettes sauce aux pêches 31			

Menu : JUIN 2023

Deuxième choix du mois : **SAUCISSES**

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
/// Horaire estival /// <b>BUREAUX FERMÉS</b> /// dès 13h le <b>vendredi du 2 juin au 1er septembre</b> inclusivement				Hamburger steak oignons frits 1	Suprême de poulet 2	3
4	5	Porc à la dijonnaise 6	Boeuf bourguignon 7	Assiette froide (soupe froide à réchauffer) 8	Filet d'aiglefin 9	10
11	12	Côtelette de porc à la chinoise 13	Tournedos de poulet 14	Lasagne sauce à la viande 15	Feuilleté de légumes et jambon 16	17
18	19	Sauté de poulet thaïlandais 20	Pâté au saumon sauce aux oeufs 21	Salade César au poulet (V-8) 22	FERMÉ 23	24
25	26	Fusillis sauce au poulet 27	Assiette froide (soupe froide à réchauffer) 28	Filet d'aiglefin 29	FERMÉ 30	31

# LE 23<sup>E</sup> GROUPE GEYSER DE BROMPTON



Raymond  
**GAUDREULT**  
Animateur au 23<sup>e</sup> Groupe  
Scout de Brompton

Plusieurs d'entre vous savez que notre communauté Bromptonvilleoise a son groupe Scout. Ça fait déjà 70 ans (eh oui!) que vous voyez des Scouts dans différents événements. Nous profitons de l'occasion pour vous présenter brièvement le Groupe Scout Geysers de Brompton.

Nos activités, dans le scoutisme, sont orientées près de la nature. Nos jeunes ont ainsi un petit 'break' de l'électronique. Ceci devient possible grâce au dynamisme de nos bénévoles qui vivent le scoutisme avec beaucoup de fun. Pour ceux que ce type d'aventure intéresse, nous vous invitons à faire partie de notre équipe pour venir rire avec nous!

Le scoutisme est accessible à différents groupes d'âge et nous avons la chance d'avoir cinq unités différentes à Brompton. Chaque unité accueille autant des

filles que des garçons.

Tout d'abord, il y a les plus jeunes. Ce sont les Castors, de 7 à 8 ans. Nous leur faisons vivre des activités qui travaillent le développement physique et social adapté pour leur âge. Le tout dans une thématique imaginaire unique qui change chaque année. C'est l'approche « apprendre en s'amusant ».

Par la suite, il y a les Louveteaux pour les jeunes de 9 à 11 ans. Les activités sont adaptées à l'histoire du Livre de la jungle. Les jeunes faisant partie des Louveteaux vont jusqu'au bout pour devenir les « Loups de la Meute ». Pour y arriver, les jeunes apprennent de nouvelles techniques dans le plaisir.

Les Éclaireurs suivent pour les jeunes de 11-14 ans. "Sois prêt !" est la devise mondiale des Éclaireurs. Cette devise a été créée par le fondateur des scouts, Baden-Powell. Les Éclaireurs apprennent à s'engager selon les principes scouts créés par Baden-Powell lui-même.

Après les éclaireurs, nous avons l'unité des Pionniers pour les jeunes de 14 à 17 ans. Des défis sportifs aux voyages, en passant par les services à la communauté et la participation au Jamboree (les fameux événements scouts qui rejoignent des jeunes de partout), les Pionniers ont des projets stimulants pour des jeunes engagés.

Pour l'année 2023-2024, le groupe aura une nouvelle unité. Il s'agit des Routiers pour les jeunes adultes de 17 à 24 ans. Les Routiers ont comme devise de «servir». Ces jeunes sont à la recherche de leur développement personnel à l'intérieur des valeurs véhiculées par notre mouvement.

### Défi Grand Prix : 3 juin au Parc Nault

Bientôt, vous pourrez nous voir en action lors de la fête de quartier organisée par le Groupe Scout de Brompton Le défi Grand Prix. Cette année, cette fête aura lieu le Samedi 3 juin en après-midi au Parc

Nault avec des jeux gonflables et de nombreux défis à réaliser. C'est ouvert à tous. Toute la population est la bienvenue. Vous pouvez vous inscrire sur notre site WEB : <https://defigrandprix.org/>. Que s'y passera-t-il? En équipe, vous devrez relever des défis. Plus il y aura des défis relevés, plus nous planterons d'arbres en collaboration avec la Ville de Sherbrooke à une date ultérieure. Vous êtes invités à vous déguiser afin de participer dans l'ambiance de notre thématique de cette année : La forêt enchantée.

### Inscription aux Scouts

Notez que si vous voulez inscrire vos jeunes au groupe Geysers de Brompton, vous pouvez nous contacter. Toutes les unités sont accessibles même si le jeune n'a pas vécu de scoutisme au préalable. Nous avons un site WEB <https://scouts-brompton.org/>. Vous pouvez aussi nous contacter par courriel à [info@scouts-brompton.org](mailto:info@scouts-brompton.org)



## AVIS DE CONVOCATION

À L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE  
DES MEMBRES

DE LA CORPORATION  
*LES LOISIRS NOTRE-DAME-DES-MÈRES*

MERCREDI 17 MAI À 19 h 30

À LA SALLE DES LOISIRS

AU 731 CH. DE NOTRE-DAME-DES-MÈRES  
SHERBROOKE

CARTE DE MEMBRE OBLIGATOIRE

(CARTES DE MEMBRE DISPONIBLES AVANT LA RÉUNION  
POUR LES NON-MEMBRES AU COÛT DE 5\$)

TU VEUX T'IMPLIQUER !  
TU VEUX ÊTRE INFORMÉ !  
TU VEUX FAIRE PARTIE DU COMITÉ !

POUR INFORMATIONS : TEL. 819-846-3767 (Nicole ou Jean-Yves)

AUCUN PERMIS OU INSCRIPTION NÉCESSAIRES\*

## GRANDE TOURNÉE DES VENTES- DÉBARRAS

Faites des trouvailles et contribuez à réduire le gaspillage!

Date	Arrondissement
20 et 21 mai	de Brompton-Rock Forest-Saint-Élie-Deauville
27 et 28 mai	de Lennoxville et des Nations
3 et 4 juin	de Fleurimont

\* Pour toutes autres dates, un permis délivré par la Ville est obligatoire.

[sherbrooke.ca/ventesdebarras](http://sherbrooke.ca/ventesdebarras)



# LE BUDGET PARTICIPATIF



**Catherine BOILEAU**  
Conseillère municipale de Brompton

[catherine.boileau@sherbrooke.ca](mailto:catherine.boileau@sherbrooke.ca)  
819 674-5817

Depuis le temps qu'on en parle, on a enfin les résultats du premier budget participatif ! Petit récapitulatif, question de vous faire languir :

Le budget participatif est un budget total de 12 000\$, dont 2000\$ pour l'ESB, 2000\$ pour l'école primaire des Deux-Rives et

8000\$ pour les organismes, à raison de deux projets pouvant aller chercher un maximum de 4000\$ chacun ;

- Tous les organismes de Brompton avaient jusqu'au 13 mars pour présenter des projets ;
- Le 20 mars, nous dévoilions les projets dans le cahier de projet accessible sur le site web de la ville de Sherbrooke ;
- Le 28 mars, lors d'une soirée au bureau de l'arrondissement rue Laval, les organismes ont pu présenter leurs projets aux

citoyens venus les rencontrer.

• À la suite de cette soirée, les gens pouvaient voter en ligne du 29 mars au 6 avril : quelques centaines de citoyens ont d'ailleurs pris le temps de voter : un grand merci à vous pour votre implication !

• Lors du dernier conseil d'arrondissement, nous avons finalement dévoilé les projets gagnants.

Alors, les citoyens de Brompton ont choisi dans l'ordre :

1) Le service d'aide aux devoirs et activités pédagogiques de la Maison des jeunes L'Intervalle (3000\$) ;

2) Le changement d'imprimeur pour le Journal Ici Brompton (4000\$)

3) Le Grand-Prix des Scouts de Brompton (2000\$)

Nos deux projets gagnants sont donc ceux présentés par la Maison des jeunes et le Journal Ici Brompton ! Je tiens d'ailleurs à remercier la Maison des jeunes L'Intervalle, le Journal Ici Brompton et le Groupe Scout Geyser pour leur participation au premier budget participatif, et surtout, merci à vous d'avoir voté et participé en grand nombre ! On récidivera l'an prochain !



Nicholas Boisvert, coordonnateur de l'arrondissement et Catherine Boileau



Franz Gauthier de la Maison des jeunes L'Intervalle de Bromptonville



Yves Michaud et Dominique Provost du groupe des Scouts de Bromptonville



Virginie Dukers du Journal Ici Brompton

**L'Ancienne Forge**  
Nanobrasserie

49, rue Saint-Lambert,  
Bromptonville  
819 636-0506  
[Vieilleforgebrompton@gmail.com](mailto:Vieilleforgebrompton@gmail.com)

**OUVERT**  
Mercredi au vendredi : 14 h à 22 h  
Samedi : 12 h à 22 h

**DE 19:00 À 21:00**  
La programmation de MAI

- **5 MAI** **JAM SESSION - MUSIQUE TRAD**  
ANIMATION DE KEVIN HINSE
- **6 MAI** **DUO NOTE SON**  
SOIRÉE ENDIABLÉE
- **12 MAI** **AGATHÉROSS**  
AGATHE THÉRIAULT ET ROSAIRE ANCTIL
- **13 MAI** **FRED PELOQUIN**  
CONTES ET MUSIQUES
- **19 MAI** **RICHARD PERRON**  
ROCK, FOLK ET COUNTRY
- **20 MAI** **ACOUSTIC REMEMBER**  
JULIE VERDON ET FRANÇOIS GLAUDE
- **26 MAI** **LE TRIO GOULET**  
MUSIQUE EN TOUT GENRE
- **27 MAI** **LE DUO FREESTYLE**  
YVES GANON ET RÉJEAN CHÉNARD
- **2 JUIN** **JAM SESSION - MUSIQUE TRAD**  
ANIMATION DE KEVIN HINSE
- **3 JUIN** ARTISTE SURPRISE
- **9 JUIN** **AGATHÉROSS**  
AGATHE THÉRIAULT ET ROSAIRE ANCTIL

À l'occasion du Mois de l'arbre et des forêts,

l'ACEVS présente une conférence sur

**L'IMPORTANCE DES ARBRES ET BOISÉS EN MILIEU URBAIN**



Crédit photo : Passion Sherbrooke

**Mercredi le 17 mai 2023 - 19 hres**  
**Centre culturel et communautaire du Coeur-immaculé**

**(2e étage, au-dessus du Parvis)**

**987, rue du Conseil, Sherbrooke**  
**Entrée libre**

**En accord avec notre mission, comme association œuvrant à la conservation et à la protection des espaces verts à Sherbrooke, nous choisissons de mettre l'accent sur l'importance des arbres en milieu urbain pour tous les avantages qu'ils procurent.**

**Arbres et boisés en milieu urbain : mille et une raisons de les conserver !**

Plusieurs recherches, menées partout sur la planète, pointent dans la même direction : les arbres matures en grand nombre et les boisés bien répartis sur le territoire d'une ville sont en mesure d'atténuer les effets pervers de l'urbanisation et de maintenir la qualité de vie dans les villes. Comment cela se peut-il?

**Mme Suzanne Hardy**, phytotechnicienne, botaniste, illustratrice-botaniste et autrice de plusieurs ouvrages sur les arbres remarquables est la conférencière invitée. Elle est la cofondatrice de « Enracinart », un OBNL voué à la sensibilisation à notre patrimoine végétal, indigène ou horticole et plus particulièrement aux arbres remarquables du Québec (<https://enracinart.org>)

**Merci de partager ce courriel le plus largement possible dans vos réseaux.**

Au plaisir de vous y retrouver !

Lien FB : <https://www.facebook.com/events/1691917747908651?ef=newsfeed>

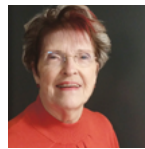
--

Lucie Desgagné,

pour l'Association citoyenne des espaces verts de Sherbrooke (ACEVS)

819 821-3338

## ACADÉMIE DU SACRÉ-CŒUR (LA 1<sup>ÈRE</sup>)



Lisette  
**LAHAIE** ( Lemire )  
Responsable communications  
[lahaie210@gmail.com](mailto:lahaie210@gmail.com)  
819 636-0217

FONDATION en 1905

Le chanoine J. Siméon Larocque, curé de la paroisse Sainte Praxède (1902 à 1937) est le concepteur de cette Académie.

Le 28 août 1905, la commission scolaire de la paroisse décide que sa direction devra être confiée à des instituteurs religieux. Alors le curé Larocque intervient auprès des Frères du Sacré-Cœur. Et incessamment, le 11 septembre 1905, arrivent les frères Paulus, Bertin, Clovis et Victorin.

Ils logeront temporairement dans la sacristie et dormiront dans la chapelle désaffectée du couvent. Ils enseigneront à 104 élèves dans les locaux de ce dernier.

Le 3 novembre 1905, ils intégreront l'Académie, située dans le haut d'une butte sur la rue De La Croix (voir la photo). Plus tard, cette résidence sera convertie en édifice à logements.

En 1959, une Académie plus adéquate et moderne sera construite sur la rue St-Jean-Baptiste (voir photo).

Brochure 50e anniversaire de l'Académie.



## RUE ROGER-LANDRY : MÉCANICIEN D'ENTRETIEN ET PROPRIÉTAIRE



Gérard  
**CÔTÉ**  
amateur d'histoire  
[gerardcote29@gmail.com](mailto:gerardcote29@gmail.com)

Cette rue est ouverte en 1977 et complétée en 1980 dans le développement domiciliaire Lavallée. Le nom de rue Landry est attribué en 1979 parce que Roger Landry et Réjeanne Gagné en sont les premiers résidents. Ce développement avait débuté en 1959 avec l'ouverture du chemin Lavallée (rue Wallace depuis 1976) sur la ferme de Wallace Lavallée (1921-1992). Le nom actuel de la rue avec l'ajout du prénom est attribué en 2005 par le conseil municipal de Sherbrooke, puisqu'à la suite de la fusion municipale de 2002, une autre rue Landry est plus peuplée dans le secteur de Sherbrooke. Le changement entre en vigueur en 2006.

Roger Landry est né en 1953 à Bromptonville. Il est le fils de Cécile Gendron (1914-1994), originaire de Saint-Élie-d'Orford, et d'Honoré Jean Landry (1917-2009) originaire de Limoilou. Roger fait ses études primaires au juvénat du Sacré-Cœur de Bromptonville (1959-1966) et ses études secondaires



Jean-Marie  
**DUBOIS**  
Géographe et professeur émérite,  
Université de Sherbrooke  
[jean-marie.dubois@USherbrooke.ca](mailto:jean-marie.dubois@USherbrooke.ca)

au juvénat du Sacré-Cœur pour les terminer à l'école Montcalm (1967-1972). Roger épouse Réjeanne Gagné en 1975 à Saint-Malo et le couple a une fille, Carolyne Jill. Roger travaille sur la production, de 1973 à 1986, puis comme mécanicien d'entretien à la Domtar de Windsor, de 1986 à sa retraite en 2010. Réjeanne, elle, travaille comme agente administrative à l'Institut universitaire de gériatrie de Sherbrooke (IUGS), de 1974 à 2010, d'abord au pavillon D'Youville, puis au pavillon Argyll. Leur fille est hygiéniste dentaire et demeure dans l'arrondissement de Lachine, à Montréal. Les activités de retraite de Roger sont le golf extérieur dans une ligue, le golf intérieur l'hiver avec des amis, le tir à l'arc à l'occasion dans un club et des exercices en gymnase, quelques fois par semaine. Avec son épouse, en été, il passe quelques semaines à garder leurs petits-enfants pour les conduire à leurs camps de canot ainsi qu'à leurs activités de tennis et de soccer. Le couple fait partie d'une



Photo : courtoisie de Roger Landry, Sherbrooke

ligue de quilles en hiver et, en plus des exercices au gymnase, tous les vendredis soir c'est la soirée de danse.

# UNE PROGRAMMATION D'ÉTÉ ADOS À BROMPTON



GABRIELLE-ÈVE  
**LANE**

Animatrice à la Maison des jeunes L'Intervalle de Bromptonville

L'été s'annonce passionnant et diversifié à Brompton avec une programmation d'événements spécialement conçue pour les jeunes de 12 à 17 ans. Toutes les activités sont gratuites et sur inscription. Voici un aperçu de ce qui les attend dans les prochaines semaines.

Notre horaire estival sera le suivant : du lundi au mercredi, de 12 à 17h et les jeudis et vendredis de 15h à 21h.

Du 26 juin au 30 juin 2023, les ados participeront à diverses activités et jeux festifs, afin de célébrer le début de la période estivale.

Du 3 au 7 juillet, le Festival Bomb'art Brompton plongera les adolescents



dans le monde fascinant de l'art urbain. Cet événement annuel offrira aux jeunes l'occasion d'exprimer leur créativité et de découvrir les différentes facettes de cette forme d'expression artistique. Les ados auront également la chance de peindre sur une voiture qui participera, en septembre, à un derby de démolition, ajoutant une touche unique et colorée à cet événement spectaculaire.

La semaine du 10 au 14 juillet sera consacrée à la pratique de sports atypiques. Cette initiative permettra aux participants de sortir des sentiers battus et d'essayer des activités sportives moins connues, mais tout aussi amusantes et stimulantes.

Du 17 au 21 juillet, Nature Brompton invitera les amoureux de la nature à explorer et apprécier les espaces verts de notre coin. Une semaine d'activités en plein air, de randonnées et d'éducation environnementale attend les participants.

Un camps défi, prévus du 25 au 28 juillet, proposera aux jeunes une série d'activités afin de leur faire vivre des sensations fortes. Au menu : tyroliennes, vélo-volant et activités aquatiques.

La semaine aquatique, du 31 juillet au 4 août, offrira une variété d'activités nautiques pour profiter des plaisirs de l'eau pendant les chaudes journées d'été.

Du 7 au 11 août, la semaine d'art initiara les participants à l'art du graffiti

et leur permettra de créer des œuvres d'art sur un cabanon.

La semaine techno, du 14 au 18 août, sera dédiée à la découverte et l'expérimentation des nouvelles technologies et innovations.

Enfin, du 21 au 25 août, la semaine Bouffe ton été invitera les gourmands à explorer la cuisine locale, déguster de délicieuses recettes et apprendre sur l'art culinaire.

L'inscription est obligatoire pour participer à ces activités gratuites. Il est possible de s'inscrire seulement pour les semaines qui vous conviennent. Ne manquez pas cette occasion unique de profiter d'un été riche en expériences et découvertes à Brompton !

Communiquez avec nous aux 819-846-6008, pour l'inscription.



## Vernissage du Brompton Art

Depuis près de 4 mois, 12 adolescents s'investissent dans le projet du Brompton Art en collaboration avec l'artiste Anne-Marie Auclair de l'Atelier St-Joseph. La totalité des œuvres créées sera présentée à la Maison de jeunes le mardi 16 mai sous forme de 5 à 8. Des bouchées et des boissons seront offertes sur place. Venez encourager ces jeunes talentueux et dévoués.



## ESPACE ENTREPRENEUR

Le Cœur de Brompton et Entreprendre Sherbrooke sont fiers de vous faire découvrir votre communauté d'affaires locale !

Tout au long de l'année 2023, une demi-page sera mise à la disposition des entrepreneurs.es bromptonnois.es afin d'accroître leur visibilité. Le but de cette initiative est de faire découvrir aux citoyens et citoyennes les entreprises de Brompton, à travers les éditions 2023 du Journal ICI Brompton.

### Mise en valeur de votre entreprise

Si vous avez des questions ou si vous démontrez de l'intérêt dès maintenant, vous pouvez contacter Serge Langlois ou Eric Gauthier, de chez Entreprendre Sherbrooke, aux adresses courriel suivantes:

Serge Langlois: [slanglois@entreprendresherbrooke.com](mailto:slanglois@entreprendresherbrooke.com)  
Eric Gauthier: [egauthier@entreprendresherbrooke.com](mailto:egauthier@entreprendresherbrooke.com)



## Les entreprises Bo-Jig

[bo-jig.ca](http://bo-jig.ca)

Amateurs de pêche, pensez aux entreprises Bo-Jig! Nous sommes fabricants et distributeurs de leurres de pêche. D'ailleurs, nos leurres sont fabriqués à la main avec des composantes de qualités, depuis maintenant 30 ans. Vous voulez personnaliser vos leurres? Pas de problème, on prend vos commandes spéciales! [bo-jig.ca](http://bo-jig.ca)



## Rôtisserie Chantecler BBQ

185, rue Laval, Bromptonville

819-636-0358

Qu'il soit grillé, rôti ou frit, votre poulet est toujours soigneusement préparé par notre Chef. Laissez-vous tenter par les meilleures côtes levées en ville ainsi que nos savoureuses crevettes papillon à l'ail. Pour terminer en beauté, sucrez-vous le bec avec nos généreux desserts maison qui sauront certainement vous satisfaire!

La Rôtisserie Chantecler BBQ, là où le poulet est ROI!



## Les Jardiniers de Notre-Dame

819 349-4834

Savourez le printemps avec Les Jardiniers de Notre-Dame et dégustez les saveurs de plus d'une trentaine de variétés de légumes biologiques! Profitez de notre kiosque de légumes directement à notre libre-service, ouvert de 8 h à 20 h. Chaque semaine, nous annonçons les légumes disponibles sur notre page Facebook. Dès la mi-mai, vous pourrez déjà acheter vos plants potagers!



## Déménagement Martin

819 846-1853

Qui dit printemps, dit préparation de déménagement! Que ce soit résidentiel, commercial ou institutionnel, Déménagement Martin vous offre la crème de la crème des services. Peu importe où vous êtes au pays, on est là! Service d'entreposage intérieur privé, chauffé et sécurisé. Avec Déménagement Martin, il n'y a pas de soucis, vous serez bien servis!

# Entrepreneurs.es, cet espace est POUR VOUS!



# ALLERGIES SAISONNIÈRES, QUAND LE PRINTEMPS ARRIVE...



Marie-Noël  
**DUPONT**

pharmacienne propriétaire  
affiliée Proxim

La belle saison est à nos portes mais malheureusement pour certains, elle peut apporter son lot de symptômes.

Aussi appelées rhinite allergique, les allergies saisonnières peuvent apparaître tôt au printemps et ce, dès la venue des bourgeons dans les arbres. Tout au long du

printemps et de l'été, le pollen des arbres et des graminées est relâché dans l'air et provoque des symptômes chez 10 à 30% de la population. Le pollen agit comme un allergène. Les particules de pollen entrent dans le corps par le nez et les yeux et déclenchent une libération d'histamine. L'histamine est une substance chimique qui provoque des symptômes tels : le larmoiement, les éternuements répétitifs, la rougeur des yeux, une sensation de démangeaison au nez, aux yeux et au palais.

Les allergies saisonnières peuvent être très inconfortables pour les gens affectés.

Le meilleur traitement est évidemment de se tenir loin des allergènes. Pas évident lorsque l'allergène est présent dans l'air ambiant.

Le fait de fermer les fenêtres de la maison, de rincer les yeux avec des larmes artificielles et de rincer les voies nasales avec une solution saline peut grandement contribuer à réduire l'impact des aller-

gènes dans le corps.

Heureusement, il existe plusieurs médicaments et traitements en vente libre qui peuvent vous aider à contrôler les symptômes et vous permettre de profiter de la belle saison.

Venez consulter notre équipe de pharmaciens qui saura bien vous conseiller.

Votre équipe de pharmaciens Proxim est là pour vous!

## LA CONSTANCE



Stéphanie  
**CROTEAU**  
Réflexothérapeute

stephaniecroteau@gmail.com

La définition du mot constance :

Persévérance dans ce que l'on entreprend.

Moi je dirais plus : La constance, c'est la clé du succès.

Pourquoi avoir de la constance est difficile?

Manque de motivation, problème d'organisation, épuisement, manque de confiance en soi...

La constance est le cheval de bataille pour plusieurs. Cependant, sans la constance, atteindre ses objectifs peut devenir inatteignable. Rome ne s'est pas faite en un jour.

Il faut comprendre que la constance demande une vision claire d'où on s'en va, pour saisir le sens du pourquoi de nos actions nécessaires à poser, jour après jour après jour, pour arriver au succès, quel qu'il soit.

La constance est un grand défi pour moi, et j'y travaille en prenant conscience que c'est la seule et unique façon d'arriver à accomplir de grandes choses. Je suis une femme de vision, une femme d'ambition et de grands rêves. Je suis aussi de la doctrine «tout ou rien», et ça c'est manquer de flexibilité. Vous savez ce que je veux dire? Les grandes résolutions du nouvel an qui ne durent que deux semaines parce que les «résultats ne sont pas aux rendez-vous assez rapidement», ou «je ne l'ai pas fait depuis 2 jours alors ça ne vaut rien, j'abandonne tout.»

Si la constance avait fait partie de ma vie depuis longtemps, je serais une femme bien différente. J'aime croire que j'aurais atteint mon plein potentiel quelque part.

Depuis un certain temps, j'en fais une priorité dans ma vie. Voici quelques principes qui m'aide à y parvenir :

Avoir un objectif clair : il est essentiel d'avoir un objectif clair en tête, car cela vous aidera à vous concentrer et à maintenir votre motivation.

Planifier : établissez un plan d'action détaillé pour atteindre votre objectif. Cela vous aidera à rester organisé et à vous concentrer sur les étapes nécessaires pour atteindre votre objectif.

Créer une routine : établissez une routine

qui vous aidera à maintenir la constance dans votre vie quotidienne. Cela peut inclure des horaires pour se lever et se coucher, faire de l'exercice régulièrement, travailler sur votre projet chaque jour à la même heure, etc.

Garder sa motivation : trouvez des moyens de vous motiver lorsque vous vous sentez découragé ou fatigué. Cela peut inclure des affirmations positives, des pauses régulières pour vous ressourcer, des récompenses pour avoir atteint des étapes importantes.

La plus importante de toutes : avoir une attitude positive. Cultivez une attitude positive envers vous-même et envers votre projet. Cela vous aidera à rester motivé et à surmonter les obstacles qui se dressent sur votre chemin. Douceur envers vous.

À travers ma profession de Réflexologue, j'ai ajouté quelques cordes à mon arc, dont le Focusing.

Mariée à la réflexologie, j'utilise cette méthode pour vous aider à retrouver la motivation qui dort en vous.

Je vous aide à retrouver et à maintenir un équilibre, à remettre de la clarté dans votre tête et votre esprit.

Cela peut se faire, avec un accompagne-

ment complet, soutenu, et constant.

Je vous invite à me contacter pour plus de renseignements au sujet de l'accompagnement pour obtenir la constance dans votre vie.

«Que vos choix soient le reflet de vos espoirs et non de vos peurs». – Auteur inconnu

«La constance est la clé de toute réussite.» – Beethoven

«La constance est la qualité principale de la nature.» – Auteur inconnu

À bientôt !

### SOLUTION MOTS-CROISÉ #67

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	I	N	T	R	A	N	S	I	T	I	V	E
2	N	A	V	I	G	A	T	E	U	R	X	
3	U	T		D	O		E		T	R	O	T
4	T	U	R	I	N	G		L	U	E	U	R
5	I	R		C	I	A	O		S	A	V	A
6	L	A	C	U	S	T	R	E		L	E	U
7	I	L		L	E	O		F	L	I	R	T
8	S	I	D	E	R	U	R	G	I	S	T	E
9	A	S		M	A		I		A	T	E	R
10	B	E	N	E	S	T	O	I	S	E		I
11	L		E	N		A		O	S		A	N
12	E	M	O	T	I	O	N	N	E	L	L	E

## GRAND SONDAGE CHEZ PRAXÈDE

*Chers citoyens. chères citoyennes.*

Comme vous le savez peut-être, une pétition a été signée par 1500 citoyens du quartier Brompton pour éviter la fermeture et l'abandon du bâtiment abritant l'église Sainte-Praxède, un bâtiment patrimonial construit en 1904, qui a pris feu en 1981 et qui a été rebâti bénévolement par les citoyens.

Malheureusement, en août 2021, s'y est tenu le dernier culte, et un groupe de citoyens s'est mobilisé avec madame Catherine Boileau afin d'acquérir le bâtiment et d'en redonner à l'ensemble de la communauté. De là est né l'organisme sans but lucratif Chez Praxède, espace collectif multifonctionnel de Brompton. C'est dans ce contexte que nous vous sollicitons pour répondre à ce court son-

dage qui nous permettra de connaître vos besoins et votre intérêt dans la participation au projet.

De toute l'équipe de l'OBNL Chez Praxède,

*Merci de tout coeur!*

Pour répondre avant le 24 mai 2023 :

En personne sur format papier :

- Pharmacie Proxim
- Matériaux Létourneau
- Le Principal
- BMR
- Chantecler BBQ
- IGA
- Nanobrasserie L'Ancienne Forge
- Boucherie Face de bœuf

**À GAGNER :**  
**10 CARTES-CADEAUX DE 50\$**  
**DANS NOS COMMERCE LOCAUX!**

SONDAGE POUR  
LES CITOYENS

<https://srvy.pro/2SBMC4U/>



SONDAGE POUR  
LES ENTREPRISES

[HTTPS://SRVY.PRO/2B3FR8G](https://srvy.pro/2B3FR8G)



# UNE CARRIÈRE DANS L'INDUSTRIEL, C'EST AUSSI POUR TOI!

Les occasions idéales.  
La culture idéale.  
Le milieu de travail idéal.



#ExcellenceEnVous



Produits Kruger,  
un succès fabriqué  
au Québec



**Postulez dès maintenant**  
[produitskruger.ca/carrieres](https://produitskruger.ca/carrieres)

 **Kruger**  
Produits