L'ÉCHO de/of CANTLEY

Volume 30 nº 7
Février / February 2019
Gratuit / Free

Depuis / Since 1989
Le journal communautaire de Cantley / The community newspaper of Cantley

L'ÉCHO de CANTLEY est une corporation à but non lucratif qui existe grâce au dévouement de ses bénévoles.

The ECHO of CANTLEY is a non profit organization that exists thanks to the dedication of its volunteers.

Les bénévoles : source de vie de *L'Écho de Cantley*

Volunteers: The heartbeat of the *Echo of Cantley*

Détails en page 32

Chantal Gosselin, une championne de chez nous

Détails en page 31

Mot de votre Mairesse / A word from your Mayor . . 6

Pages municipales / Municipal Pages 9-13

Babillard communautaire / Bulletin Board . . 18-19

Cantley 1889 22-23

Santé / Health 33

Petites annonces / Classified Ads 39

L'Écho de Cantley :
FIER MEMBRE DE / PROUD MEMBER OF

AMECQ
ASSOCIATION DES MÉDIAS ÉCRITS COMMUNAUTAIRES DU QUÉBEC

L'ÉCHO de/of CANTLEY

L'ÉCHO de CANTLEY accepte de publier les articles et lettres de ses lecteurs. Toute soumission devrait être adressée à ***L'Écho de Cantley*** avec l'adresse et le numéro de téléphone de l'auteur.

La politique de *L'ÉCHO de CANTLEY* est de publier tous les textes reçus. Cependant, nous ne pouvons pas garantir que nous les publierons tels qu'ils nous sont parvenus. ***L'Écho*** se réserve le droit de corriger et/ou d'abréger certains textes. Tout texte contenant des propos diffamatoires, sexistes, racistes ou haineux sera rejeté.

The ECHO of CANTLEY agrees to publish articles and letters from readers on subjects of concern to them. All submissions must be addressed to the ***Echo of Cantley***, and include the writer's address and phone number.

The *ECHO of CANTLEY* policy is to publish all texts that it receives. However, we cannot guarantee that we will publish them as received. The ***Echo*** reserves the right to correct and/or edit some texts. Any text containing defamatory, sexist, racist or hateful comments will be rejected.

Membres du conseil d'administration :
Louise Dion-Simard, Joël Deschênes, Kristina Jensen, Chantal Turcotte, Serge Lafond, Colin Griffiths.

Rédacteur en chef : Joël Deschênes
Rédactrice française : Louise Dion-Simard
Rédacteur anglais : Wes Darou
Coordonnateur : Marc Roy
Comptabilité : Joël Deschênes
Publicité et petites annonces : Joël Deschênes
Graphiste : Ali Moayeri
Webmestre : Joël Deschênes
Imprimerie : Qualimax

Collègues ou collaborateurs
À la rédaction : Wes Darou, Joël Deschênes, Alexandra Ienco, Gustaaf Schoovaerts, Kasia Skabas, Radek Skabas, Brigitte Soroka, Chantal Turcotte, Kristina Jensen, Lina Duguay, Louise Laperrière, Gerry Burke, Julie Salvas, Andrée Martineau, Jacinthe Séguin, Suzanne Brunette St-Cyr, Marc Roy, Paule Bourbonnais, Judith Martineau, Anne-Marie Rozon, Rosemary Eden.

À la révision : Louise Dion-Simard, Kristina Jensen, Marc Roy, Céline Jetté, Louise Laperrière, Wes Darou, Colin Moses, Jeff Colin Kennedy, Brigitte Soroka, Isabelle Durocher, Marie-Josée Cusson, Paule Bourbonnais, Alison Delaney, Christine Fournier, Robin MacKay, Geneviève Desjardins, Liz Thompson, Lise Ménard, Julie Poirier, Stéphanie Leblanc, Rosemary Eden.

Vous avez une nouvelle à nous communiquer
ou vous voulez nous faire part de vos commentaires?

Communiquez avec Marc Roy au **819 827-2828**
ou par courriel à **articles@echocantley.ca**
Nous sommes à l'écoute de nos lecteurs!

www.echocantley.ca Suivez Follow us on

ISSN /0843931 1

L'ÉCHO de CANTLEY
188, montée de la Source
Boîte n°1, Comp. 9
Cantley (Québec) J8V 3J2

Courriels - Email
pub@echocantley.ca
articles@echocantley.ca
info@echocantley.ca

Abonnement annuel 50$
Annual Subscription

Fondé en 1989,
L'ÉCHO de CANTLEY est une corporation à but non lucratif qui existe grâce au dévouement de ses bénévoles. Depuis sa création, nombre de bénévoles ont œuvré de diverses façons, et continuent de le faire, afin de produire un journal à l'image de notre communauté.

Recyclable

L'ÉCHO de CANTLEY est membre de

Communications publi-services inc.

AMECQ Association des médias écrits communautaires du Québec

Tirage certifié AMECQ

A.G.A.C CBA

Subventionné par le ministère de la Culture et Communications

Culture et Communications Québec

Joël Deschênes

Éditorial

Le paradoxe de l'information pour l'*homo numericus*

Homo numericus, c'est ce que nous sommes presque tous devenus : des êtres hyper connectés en permanence. Téléphone intelligent, tablette, ordinateur, bracelet biométrique (fitbits), GPS, télévision, et j'en passe, tellement tout est connecté aujourd'hui! La quantité d'information disponible est presque illimitée, mais pas la qualité.

Il y a tellement d'information qu'il est impossible de tout suivre. Nous faisons alors confiance aux différents médias pour nous fournir ce qui est important… ERREUR! Les médias, même les plus sérieux (Radio-Canada) ou les plus gros (Québecor) vont nous montrer ce que la majorité des gens aime le plus regarder. Tout est une question de cotes d'écoute et plus elles sont bonnes, plus la publicité se vend cher et plus on fait de l'argent. C'est pire sur Internet, car il faut beaucoup de clics pour faire des sous, que ce soit sur Facebook ou ailleurs!

J'ai déjà fait le procès de nos grands médias et ce n'est pas le but de cet article. Je veux plutôt traiter du paradoxe qui existe aujourd'hui dans l'information locale. Petite parenthèse, *L'Écho de Cantley* aura 30 ans cette année et il y a beaucoup de pression pour que nous effectuions un virage numérique, processus que nous avons lentement commencé avec la modernisation de notre site Internet. Ne vous en faites pas, la version papier n'est pas près de disparaître!

Mais revenons à ce fameux paradoxe. Comme tout le monde devrait le savoir maintenant, la Municipalité a mis sur pied un nouveau programme de gestion des matières résiduelles, y compris des matières compostables. L'information concernant ce programme a été largement diffusée dans *L'Écho*, sur le site Internet de Cantley, ainsi que sur la page Facebook de la Municipalité et de *L'Écho*. Une brochure a aussi été envoyée par la poste partout dans Cantley. Pourtant, il semble que l'information ne se soit pas rendue.

Le 2 janvier 2019, je constate un nombre important de bacs bleus dans les rues de Cantley (côté Est de la Route 307). L'ancien programme prévoyait une collecte ce jour-là, mais avec le nouveau, la collecte n'est prévue que la semaine suivante.

Le 8 janvier 2019, les bacs bleus sont de retour, mais beaucoup sont mal positionnés. Avec la collecte mécanique, ils doivent être positionnés correctement.

Le 9 janvier 2019, première collecte de compost et d'ordures. Comme la veille, je constate que beaucoup de gens n'ont pas bien compris l'information.

Durant la première semaine de janvier, le nombre de questions et de commentaires concernant le recyclage, le compost et les ordures ont explosé sur Facebook. La cerise sur le gâteau, plusieurs

homo numericus ont même mentionné qu'ils n'avaient pas été informés des changements!

Comment se fait-il qu'un aussi grand nombre de personnes n'aient pas vu l'information et n'aient pas été informées des changements? La plupart d'entre elles avaient l'information devant elles, mais elles ne l'ont pas lue! Et c'est là le paradoxe… Il est très facile aujourd'hui de transmettre un message, mais il est en même temps extrêmement difficile de faire en sorte que ce message soit lu et compris. Pas facile de se faire remarquer quand on est une goutte de pluie durant un orage!

Si c'était à refaire, je proposerais à la Municipalité de publier une fausse rumeur sur les médias sociaux selon laquelle une énorme augmentation sur le compte de taxes attend les citoyens en raison du nouveau programme de gestion des matières résiduelles… question d'attirer l'attention de l'*homo numericus*.

Toute l'information sur les collectes des matières résiduelles est disponible sur le site Internet de la Municipalité à l'adresse suivante : **https://www.cantley.ca/urbanisme-environnement-et-developpement-economique/environnement/ordures-et-recyclage/**

Placer une publicité dans *L'Écho de Cantley*,
c'est ouvrir vos portes à des milliers de clients ...
Communiquez avec nous :
819 827-2828 pub@echocantley.ca

Editorial

Joël Deschênes, *traduction par Robin MacKay*

The paradox of information for *homo numericus*

Homo numericus, that's what we've all become: hyper-connected beings all the time. Smart phone, tablet, computer, biometric wristband (fitbits), GPS, television and so on, so much is connected today! The amount of information available is almost unlimited, but not so the quality.

There is so much information that it's impossible to follow everything. We then trust various media to give us what is important ... MISTAKE! The media, even the most serious (CBC) or the biggest (Quebecor) will show us what the majority of people like to watch the most. It's all about ratings and the better they are, the more expensive the ads cost and the more money they make. It's worse on the web because it takes a lot of clicks to make money, whether on Facebook or elsewhere!

I have already put our major media on trial and that is not the purpose of this article. Instead, I want to talk about the paradox that exists today in local news. As a small aside, the *Cantley Echo* will be 30 years old this year and there is a lot of pressure for us to make a digital shift, something we have slowly started with the modernization of our website. Do not worry, the paper version is not going to disappear!

But let's go back to this famous paradox. As everyone should know by now, the Municipality has put in place a new program for the management of waste materials, including compostable matter.

Information about this program has been widely disseminated in the *Echo*, on the Cantley website, and on the Municipality and Echo Facebook page. A pamphlet was also sent by post all over Cantley. Yet, it seems that the information did not sink in.

On January 2, 2019, I noticed a large number of blue bins on the streets of Cantley (east side of the 307). The old program provided for a collection that day, but with the new one, collection was only scheduled for the following week.

On January 8, 2019, the blue bins were back, but many were poorly positioned. With mechanical collection, they must be positioned correctly.

On January 9, 2019, there was the first collection of compost and garbage. As on the day before, I saw that many people did not understand the information.

During the first week of January, the number of questions and comments about recycling, compost and garbage exploded on Facebook. The icing on the cake was that many *homo numericus* even mentioned that they had not been informed of the changes!

How is it that so many people did not see the information and were not informed of the changes? Most of them had the information in front of them, but they did not read it! And this is the paradox ... It is very easy today to send a message, but at the same time it is extremely difficult to ensure that this message is read and understood. It is not easy to be noticed when you are a drop of rain during a storm!

If it could be done again, I would propose to the Municipality that it publish a false rumour on social media that a huge tax increase is coming to residents because of the new waste materials management program ... a matter of attracting the attention of *homo numericus*.

All the information on waste collection is available on the website of the Municipality at the following address: **https://www.cantley.ca/urbanisme-environnement-et-developpement-economique/environnement/ordures-et-recyclage/** (*click on « Translate » button for English*).

PROCHAINES DATES DE TOMBÉE

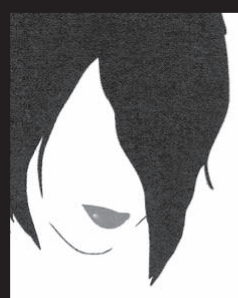
Numéro de mars 2019 : **14 février**

Numéro de avril 2019 : **21 mars**

UPCOMING DEADLINES

March 2019 issue: **February 14**

April 2019 issue: **March 21**



SALON RACHEL
Pour elle et lui

Web: www.salonrachel.ca

845 Montée St-Amour
Cantley, Qc, J8V 3E3
(819) 671-3263
salonrachel@vidéotron.ca

Sur rendez-vous seulement
Du mardi au samedi

On vous prédit des économies

CANTLEY | GATINEAU |
LA PÊCHE | LOW |
SAINT-ANDRÉ-AVELLIN | THURSO

1 800 567-1129

PROMUTUEL
ASSURANCE

DEPUIS 1852 | PROMUTUELASSURANCE.CA

NETTOYEUR St-Louis 88
Une réputation fière et nette

SERVICE DE COUTURE ET DE CORDONNERIE

Johanne Tremblay
propriétaire

• SUÈDE
• CUIR
• FOURRURE

2310 St-Louis,
Gatineau, Québec J8T 5L7
Tél.: (819) 243-6361

PIZZA CANTLEY

827-3404

Produits toujours de première qualité

267 montée de la Source, Cantley

Lettres ouvertes
Open letters

Réponse à l'article « Sommes-nous condamnés? »
(Joël Deschênes, éditorial de décembre 2018)

Monsieur Deschênes,

Votre éditorial au sujet de l'empreinte des humains sur la planète donnait matière à réflexion, surtout lors de la période de consommation de Noël et au moment où la communauté devait faire la transition vers un nouveau mode de collecte des ordures.

Je recommande vivement à vos lecteurs de visiter l'exposition *Anthropocène* au Musée des Beaux-arts du Canada pour qu'ils voient de leurs propres yeux des exemples percutants de ce dont vous parlez dans votre éditorial, qui donnent à réfléchir. Cette exposition est frappante et impressionnante.

Le réputé photographe Edward Burtynsky a travaillé sur le *Projet Anthropocène* en compagnie de Jennifer Baichwal, de Nicholas de Pencier et d'une équipe de spécialistes. Avec leurs photos et une variété de techniques, ils montrent à quel point l'activité humaine a des effets beaucoup plus grands sur notre planète que la nature. Nous entrons dans une nouvelle ère géologique : l'« Anthropocène », l'ère de l'être humain.

L'exposition *Anthropocène* est présentée jusqu'au 24 février 2019, puis le sera un peu partout dans le monde. Le film du même nom, qui est inspiré de l'exposition, vaut aussi la peine d'être vu.

Margaret Phillips, Cantley

(Pour plus de détails sur l'exposition, consulter **www.beaux-arts.ca**)

Re: *Are we doomed?*
Editorial by Joël Deschênes, December 2018

Dear Mr. Deschênes,

Your editorial about our human impact on the planet gave me a lot to think about, especially at Christmas, the time of consumption ... as our community transitions into new methods of garbage collection.

I highly recommend readers visit the National Gallery's *Anthropocene* for thought-provoking and powerful visual examples of this editorial. The exhibit is dramatic and profound.

Renowned photographer Edward Burtynsky has been working on the *Anthropocene Project* with Jennifer Baichwal, Nicholas de Pencier and a team of specialists. Through their photography and a variety of techniques, they show how human activity is impacting our planet more than nature. We are entering the new geological age of "Anthropocene", the human era.

Anthropocene is currently on exhibit until February 24, 2019 before it tours the world. The movie Anthropocene, based on the exhibit, is also worth seeing.

Margaret Phillips, Cantley

(*Anthropocene* can be found at **www.gallery.ca**)

Vols par effraction à Nakkertok

Dirk Van Wijk

Au cours de la soirée du 3 mai dernier, des vols par effraction ont été commis à Nakkertok sud. Les voleurs se sont emparés de notre VTT Yamaha de type côte à côte chargé d'une génératrice, d'un système de son, de divers outils et de notre toute nouvelle fendeuse. En sortant des lieux au petit matin, les voleurs ont été confrontés à un voisin alerte. Ils ont vite fait demi-tour, laissé la fendeuse et la génératrice, puis ont remonté le chemin.

Nous avons fait rapport à la police. Pendant deux jours, des employés ont fouillé les environs pour finalement retrouver le VTT et l'équipement partiellement submergés dans un ruisseau. Nous étions contents de tout retrouver. Les intrus avaient été captés sur les caméras de sécurité et nous avons fourni la vidéo à la police.

Le 10 janvier dernier, l'équipe qui trace les sentiers est arrivée vers 4 h 55 du matin. Il avait neigé et venté au cours de la nuit, mais voilà qu'il y avait des traces de VTT toutes fraîches devant la grange et le hangar. Les portes avaient été forcées et notre Yamaha côte à côte avait de nouveau disparu, de même que notre grand traîneau, la génératrice, des bidons d'essence, des chaufferettes, des bottes de ski flambant neuves, des radios et divers outils de fartage. Nous avons suivi les pistes jusqu'au chemin St-Amour, puis appelé la police pour faire rapport. Nous avons circulé sur le chemin St-Amour, près de la propriété d'où sont sortis les voleurs ainsi que dans les rues environnantes.

De retour au garage à Nakkertok, la séquence de la bande vidéo a été copiée sur une clé USB. En route vers le poste de police, preuve en main, nous remarquons des pistes traversant l'avenue Gatineau au bas de la colline. Nous rappelons la police. L'un de nous est demeuré sur place pour attendre les policiers et une autre personne a suivi les traces jusqu'à une maison sur la rue McDermott. Les policiers nous ont demandé de quitter les lieux puis ont procédé à l'arrestation. Peu de temps après, nous avons récupéré notre VTT, le traîneau et tout l'équipement volé. Le VTT avait subi quelques dommages, mais nous avons pu le ramener au Club. Nous attendons quelques pièces et il sera bientôt réparé.

Les vols par effraction font beaucoup de tort au Club, surtout cette année, alors que le Club sera l'hôte des Championnats canadiens de ski de fond en mars prochain. Nous sommes reconnaissants de l'aide et de la vigilance de nos voisins, promeneurs de chiens, randonneurs et raquetteurs. Un gros « merci » de la part de l'équipe d'entretien des sentiers de Nakkertok.

Break-Ins at Nakkertok: Comedy of Errors

The evening of May 3, thieves broke into Nakkertok South and fled with our treasured Yamaha side-by-side utility vehicle loaded to the brim with a generator, sound system and various tools, pulling the Club's newly acquired log splitter. They headed out of Nakkertok in the morning only to be confronted by an observant neighbour. The thieves did an abrupt turn, ditched the splitter, dropped the generator and headed back up the road.

Police were called, reports filed and staff spent 2 days searching, and there it was, partially submerged in a swamp. We were happy to have found everything. The intruders were captured on the security video feed and it was provided to the Police.

On January 10, 2019, the trails team arrived at Nakkertok at 4:55 a.m. to groom. It was a snowy and windy night and there were very fresh ATV tracks in front of the barn and shed. Doors were broken in and the Yamaha was missing again along with the big yellow toboggan loaded with the same generator, gas cans, heaters, still-in-the-box ski boots, coaches radios and various waxing tools. We followed the tracks out to Chemin St. Amour. The Police were called and a report filed. We drove around to where the thieves exited the property on St. Amour and searched along the neighbouring roads and trails in all directions.

Back in the garage the security video feed was copied to a USB stick again. En route to the police station with the evidence, I spotted tracks crossing Ave. Gatineau at the base of the big hill. Police were called again, one of us stayed put to meet them and the other followed the tracks to a home on Rue McDermott. We were told to vacate the area, the police made the arrest, and shortly after we were able to recover the Yamaha and the fully loaded toboggan. The Yamaha was a little worse for wear, but we were able to drive it back to the Club. Parts have been ordered and it will be repaired as soon as possible.

These break-ins do a lot of harm to the Club, especially in the year where we host the National Championships. We appreciate the help and vigilance of the neighbours, dog walkers, hikers and snowshoers. A big "Thanks" from the Nakkertok Trails and Facilities Team.

Chronique d'une maman

Chantal Turcotte

Symphonie pour quatre amies et une boîte de bicarbonate de soude

Je suis en pleine création. Concentrée sur la liste, j'ouvre le sac sans faire trop attention et la farine se répand comme une poudrerie. Il y en a partout, sur mon visage, le comptoir, mes vêtements, le plancher. Pas grave, j'essuie mes lunettes avec l'endos de mon chandail. On nettoiera plus tard, parce que maintenant, c'est la symphonie, et j'orchestre ma recette; après la farine, une pincée de sel, voilà, de la poudre à pâte, dans l'armoire à gauche, du bicarbonate de soude, dans le frigo... Voyons, je ne vois pas la petite boîte. Bouge ceci, enlève cela, rien. Il y a des jours ou j'aimerais pouvoir crier : « Maman, je ne le trouve pas! ». Et ma mère, avec ses yeux qui voient tout, trouverait l'objet tant recherché. Maintenant, c'est moi la mère qui trouve tout pour ses enfants, mais quand je perds quelque chose, pouf!, mes dons disparaissent.

Je lance avec impatience, « Elle est où la foutue poudre? Je la place toujours au même endroit! » « *Yeah, right!* », me dit mon plus vieux, sourire en coin, verre à la main, avant de remettre le sac à lait vide dans le frigo. L'orchestre dans ma tête s'arrête de jouer quand je me rends compte que, merde, c'est vrai, je n'en ai plus. Loulou, elle, en a sûrement. Mais Loulou habite juste à côté du nouveau supermarché. Je ne la dérangerai pas pour ça quand il y a l'épicerie juste à côté. En plus, on va se mettre à jaser, le « fun va prendre » et ma cuisine va rester en friche.

« Les gars, je vais au supermarché, je n'en ai pas pour longtemps! » Un supermarché, à deux minutes de chez moi. Quel bonheur pour une Cantléenne qui, jusque-là, devait se rendre en ville au moindre trou dans son épicerie.

Je me gare, j'entre en toute vitesse et à peine ai-je tourné le coin de la rangée des légumes (je ne prends jamais la bonne direction!) que je croise Lise. « Allô [bec, bec], comment vas-tu? Il y a si longtemps! Il faut qu'on se voie plus souvent! Te rappelles-tu quand on allait au concert? »

C'est bon de voir Lise. On a toujours tout plein de choses à se raconter, que nous nous soyons vues il y a un mois ou la veille. Une demi-heure plus tard, la réalité nous rattrape, il faut y aller!

J'entre plus avant dans l'autre rangée quand j'entends « Allô Chantal! Comment ça va (bec, bec)? Il y a longtemps, accolade, accolade, à bras que veux-tu. Comment vont les garçons? »

Quatre. J'ai rencontré quatre de mes amis avant de me rendre dans la rangée des poudres. Une heure et demie plus tard, j'étais de retour. En écrivant ces lignes, j'entends Loulou me dire que j'aurais mieux fait d'aller chez elle!

« T'étais où? Je ne trouve plus mes écouteurs! »

« Ils sont sur la chaise, tes écouteurs. Regarde, on voit le fil dépasser. »

J'ai repris ma recette là où je l'avais sauvagement abandonnée et le visage de Madeleine m'est apparu. Notre Mairesse, avec son chapeau de construction blanc, sa mine réjouie et sa pelle, entourée de la députation fédérale-provinciale et du bienheureux chargé de projet. Maintenant qu'on a l'épicerie pour rassembler la communauté, plus besoin d'un centre multifonctionnel. Par contre, il ne faut pas être trop pressé quand on y fait une course.

Samedi prochain, mettez-le à votre agenda, rendez-vous dans la rangée des soupes!

ÉPARGNE PLACEMENTS QUÉBEC

PRÉSENTE

LE RISQUE

Risque n° 6

SORTIR APRÈS UNE PLUIE VERGLAÇANTE

Il y a des petits risques que l'on aime prendre.
Mais pour vos projets, **ne prenez aucun risque**.

Découvrez notre CELI et notre REER garantis à 100 %

Communiquez avec l'un de nos agents d'investissement
1 800 463-5229 | **epq.gouv.qc.ca** | Retrouvez-nous sur

Épargne Placements Québec

MOT DE VOTRE MAIRESSE

Traduction par Robin MacKay

Début d'une nouvelle année remplie de projets et d'espoir... 2019

Chers citoyens,

Déjà un peu plus d'une année s'est terminée depuis que vous m'avez élue pour un deuxième mandat. Je vous remercie du privilège que j'ai de vous représenter en tant que Mairesse. Je suis reconnaissante de la confiance que vous m'avez témoignée.

Au nom du conseil municipal et de l'administration, je suis fière de vous dire que c'est avec courage que nous avons entrepris la nouvelle année, remplie de défis et de projets, dont la mise en place d'une troisième collecte – celle du compostage – ainsi que la poursuite et l'achèvement des travaux de construction de notre centre communautaire multifonctionnel (CCM).

Nous allons continuer à relever les nouveaux défis auxquels Cantley doit faire face, tout en tenant compte des ressources dont nous disposons ainsi que de la capacité de payer des citoyens. Une fois le bilan de 2018 terminé, nous allons travailler à la mise en œuvre d'une planification stratégique triennale. Il est important que le Conseil planifie et se fixe des objectifs à atteindre collectivement.

De plus, en 2019, notre jeune et dynamique municipalité célèbre ses 30 ans d'existence. Beaucoup de chemin a été parcouru. Depuis 1989, de nombreux projets ont été réalisés et d'autres émergent en relation avec les défis de notre époque. De la construction de la Maison des Bâtisseurs jusqu'à celle du CCM, la municipalité s'est agrandie, diversifiée et bonifiée à plusieurs niveaux. Ensemble, soyons porteurs de ce grand projet du CCM qui représente un phare pour illuminer notre vie communautaire, afin que nous puissions nous surpasser et offrir une meilleure qualité de vie aux citoyens.

Parmi d'autres projets à poursuivre en 2019, on compte l'amélioration continue du réseau routier, le développement d'un noyau villageois, l'aménagement futur du parc riverain accompagné d'un accès à la rivière, tous réclamant un travail de longue haleine et la collaboration en équipe. Que nos actions nous rapprochent du Cantley de demain! Une fois la construction du CCM terminée – l'ouverture est prévue cet été – une programmation quotidienne sera offerte tant sur le plan sportif, culturel et communautaire que sur celui des loisirs afin de mieux répondre aux attentes d'une majorité de la population cantléenne.

Un autre dossier qui nous tient à cœur concerne l'obtention d'une réponse favorable à la demande de subvention déposée par l'organisme 307 Net en vertu du programme des gouvernements fédéral et provincial, afin de concrétiser la mise en place d'un réseau Internet haute vitesse et de la fibre optique pour le territoire de Cantley. La formation afin de bien outiller les employés se poursuit afin de mettre en œuvre des mesures d'efficacité dans l'offre de service aux citoyens.

Nous poursuivrons également sans relâche l'implantation du Programme de gestion des matières résiduelles dans le but d'atteindre les cibles visées par le gouvernement du Québec. La conformité des installations septiques se poursuivra en parallèle avec une meilleure gestion des eaux de surface sur notre territoire avec l'objectif de réduire le risque d'inondation.

En terminant, le conseil municipal confirme son engagement à poursuivre le développement d'une municipalité dans laquelle il fait bon vivre, où nous souhaitons voir grandir les générations futures. Nous vous invitons à prêter attention tout au long de 2019, car divers événements seront organisés afin d'inaugurer l'ouverture du CCM et de souligner le 30e anniversaire de Cantley depuis son autonomie.

ENSEMBLE, on va plus loin!

Madeleine Brunette, mairesse

A WORD FROM YOUR MAYOR

Beginning of a new year filled with projects and hope ... 2019

Dear Citizens,

Already a little over a year has passed since you elected me for a second term. I thank you for the privilege of representing you as mayor. I am grateful for the confidence you have shown.

On behalf of the Municipal Council and the administration, I am proud to say that it is with courage that we have embarked on the new year, full of challenges and projects. The main ones are the establishment and implementation of a third type of collection, i.e. composting, and the follow-through and termination of the construction of our multi-purpose community centre (MPCC).

We will continue to meet the new challenges that Cantley has to face while taking into account the resources we have and the ability of residents to pay for them. With the balance sheet for 2018 completed, we will work on putting in place a three-year strategic plan. It is important that Council plan and set goals to be achieved collectively.

Also in 2019, our young and vibrant municipality celebrates its 30 years of existence. We have come a long way. Since 1989, many projects have been carried out and others are emerging to face the challenges of our time. From the construction of the Maison des Bâtisseurs to that of the MPCC, the municipality has expanded, diversified and improved at several levels. Together, let us carry forward this great MPCC project. It is a beacon that will illuminate life in our community so that we can improve our situation and offer a better quality of life to our residents.

Among other projects to be pursued in 2019, there is the continuous improvement of the road network, the development of a village centre, the future development of a waterfront park, along with access to the river, all demanding long-term effort and teamwork. Let our actions bring us closer to the Cantley of tomorrow. Once the MPCC is completed and opened this summer, daily programming will be offered at the leisure, sport, cultural and community level to better meet the expectations of a majority of the Cantley population. Another issue that is important is for us to obtain a positive response to the grant application filed by the group 307 Net under the federal and provincial government program to put in place a high-speed Internet network and fibre optics for the territory of Cantley. Training continues in order to properly equip employees to put in place efficiency measures in offering services to residents.

We will also continue to pursue the implementation of the waste materials management program in order to meet the targets set by the Quebec government. Efforts will continue to make septic systems comply with standards and to better manage surface water so as to reduce the risk of flooding.

Municipal Council confirms its commitment to continue the development of a municipality in which it is good to live and where we want to see future generations grow. We invite you to watch through 2019, as various events are organized to inaugurate the opening of the MPCC and to celebrate the 30th anniversary of Cantley gaining its independence.

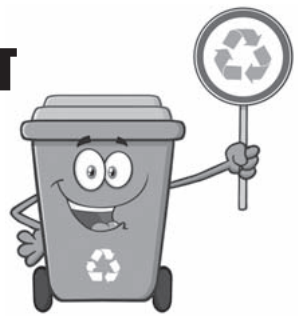
TOGETHER we go further!

Madeleine Brunette, mayor

ACCEPTER LE CHANGEMENT, C'EST CHANGER NOS HABITUDES ET FAIRE PARTIE DE LA SOLUTION

Jocelyne Lapierre
Conseillère – District nº 2 des Prés

Councillor – District #2 des Prés



Ce n'est pas facile de changer nos habitudes, surtout celles que nous avons depuis belle lurette! Mais c'est en changeant nos habitudes en douceur et en faisant de petits gestes, qu'ensemble, nous contribuerons à la réduction des gaz à effet de serre et donc à la réduction des changements climatiques, ainsi qu'au développement durable.

Le 1er janvier 2019, la Municipalité a introduit la nouvelle collecte mécanisée des matières résiduelles sur son territoire, autrement dit, la collecte du compost. Celle-ci vise à réduire nos déchets et à répondre aux exigences et aux objectifs du gouvernement du Québec qui impose à toutes les municipalités du Québec la réduction de leurs matières résiduelles des sites d'enfouissement d'ici 2020.

Je ne vous dirai pas comment faire votre compost, quoi mettre dans votre bac brun ou votre bac bleu, parce que vous avez tous reçu ces informations. Je tiens plutôt à vous remercier de votre collaboration, patience et compréhension. Changer les façons de faire prend du temps! Ce n'est pas aujourd'hui que nous allons régler tous les petits problèmes. Nous savons tous qu'il n'y a rien de parfait en ce monde. Les citoyens, l'administration municipale et les entrepreneurs concernés doivent collaborer pour que la collecte des matières résiduelles fonctionne. Donc, avec votre collaboration, en lisant les informations, en parlant avec vos voisins, en vous informant sur cet enjeu municipal, on y arrivera tranquillement, mais sûrement. Faites partie de la solution pour l'amour de nos enfants, de nos petits-enfants et de notre relève, car notre planète est vraiment en danger!

En terminant, je vous laisse réfléchir aux cinq R :

REFUSER – ce dont nous n'avons pas besoin (par exemple, publicité dans la boîte à lettres, tous les objets en plastique tels que bouteilles d'eau, sacs);

RÉDUIRE – ce dont nous avons besoin et ne pouvons pas refuser (par exemple, gaspillage alimentaire, emballage jetable, utilisation d'un véhicule au lieu de faire du covoiturage);

RÉUTILISER – ce que nous consommons et ne pouvons ni refuser ni réduire (par exemple, donner une seconde vie aux biens et aux matériaux);

RECYCLER – ce que nous ne pouvons ni refuser, ni réduire, ni réutiliser (par exemple, verre, papier, carton, plastique … à l'exception du numéro 6 qui n'est pas accepté au centre de tri).

RENDRE À LA TERRE – composter le reste (par exemple, déchets organiques, carton souillé).

AU NOM DE LA PLANÈTE, JE VOUS DIS « MILLE MERCIS »!

POUR PLUS D'INFORMATIONS SUR LA COLLECTE DES MATIÈRES RÉSIDUELLES, VEUILLEZ CONSULTER LE SITE INTERNET DE LA MUNICIPALITÉ **WWW.CANTLEY.CA**

MERCI DE VOTRE CONFIANCE DANS NOTRE PROJET!

ACCEPTING CHANGE MEANS CHANGING OUR HABITS AND BEING PART OF THE SOLUTION!

It's not easy to change our habits, especially those we've had for a long time! But it is by changing these habits slowly, and by doing small things, that together we will contribute to sustainable development and the reduction of greenhouse gases (and thus climate change).

On January 1, 2019, the Municipality introduced the new mechanized collection of residual materials on its territory, in other words, the collection of compost. It aims to reduce our waste and meet the requirements and objectives of the Government of Quebec which requires that all municipalities in Quebec reduce their residual materials in landfill sites by 2020.

I will not tell you how to compost or what to put in your brown bin or blue bin because you have all received this information. Rather I would like to thank you for your **cooperation**, **patience** and **understanding**.

Changing ways of doing things takes time! We are not going to solve all the little problems today. We know that there is nothing perfect in this world. The citizens of Cantley, the municipal administration and the contractors involved must all work together to make the collection of residual materials work. With your cooperation, reading the information sent to you, talking with your neighbours and learning about this municipal issue, we will get there slowly but surely.

Be part of the solution for the sake of our children, our grandchildren and the future generations of Cantley because our planet is really in danger!

I will let you think about the 5 Rs:

REFUSE – what we do not need (e.g. advertising flyers in the mailbox, anything plastic such as water bottles and plastic bags)

REDUCE – what we need and cannot refuse (e.g. food waste, disposable packaging, taking the car instead of carpooling)

REUSE – what we consume and cannot refuse or reduce (e.g. giving a second life to goods and materials)

RECYCLE – what we cannot refuse, reduce or reuse (e.g. glass, paper, cardboard, plastic with the exception of number 6 which is not accepted at the sorting centre)

RETURN TO THE EARTH – compost the rest (organic waste, dirty cardboard)

IN THE NAME OF THE PLANET, I SAY THANK YOU VERY MUCH!

FOR MORE INFORMATION ON THE COLLECTION OF RESIDUAL MATERIALS, VISIT THE MUNICIPALITY WEBSITE **WWW.CANTLEY.CA**

THANK YOU FOR YOUR CONFIDENCE IN OUR PROJECT!

Conseil en bref

Les 11 décembre 2018 et 8 janvier 2019, le conseil municipal a tenu ses séances ordinaires à la salle de La Fabrique de la paroisse Sainte-Élisabeth. Voici quelques-uns des points abordés lors de ces séances. Pour consulter les procès-verbaux : cantley.ca

DIRECTION GÉNÉRALE
Le conseil a mandaté la direction générale afin de procéder à une analyse externe pour la réfection du chemin Vigneault pour déterminer les facteurs qui conduisent à des coûts supplémentaires et obtenir des recommandations quant aux mesures à mettre en place pour réduire les risques qu'une situation semblable ne se reproduise.

GREFFE
Le conseil a adopté le calendrier de ses séances ordinaires pour l'année civile 2019 qui se tiendront le 2e mardi de chaque mois à 19 h :

- 12 février
- 12 mars
- 9 avril
- 14 mai
- 11 juin
- 9 juillet
- 13 août
- 10 septembre
- 8 octobre
- 12 novembre
- 10 décembre

Lors de la séance ordinaire de novembre 2018, l'avis de motion (2018-MC-501) et la présentation du projet de règlement concernant la gestion des matières résiduelles de la Municipalité de Cantley avaient été présentés. Dans cette perspective, le conseil a adopté le 11 décembre dernier le règlement sur la gestion des matières résiduelles (556-18) modifiant notamment la nature (ajout de la collecte porte-à-porte des matières compostables) et la technique (mécanisation) de la collecte.

Le projet de règlement et l'avis de motion du maintien de la paix publique et du bon ordre ont été présentés afin d'intégrer les aspects qui découlent de la légalisation du cannabis.

FINANCES
Le conseil a renouvelé les programmes de subvention pour l'achat de couches lavables et pour l'accès aux services aquatiques. Pour la première, **20 familles cantléennes par année peuvent bénéficier de 100 $ pour l'achat de couches lavables**. La seconde permet aux résidents de Cantley d'être remboursés jusqu'à hauteur de **75$ par personne, par année, pour accéder aux services aquatiques.** Consultez cantley.ca pour connaître les conditions.

TRAVAUX PUBLICS
Les 9 demandes de soutien financier pour l'entretien des chemins privés ont été analysées et jugées conformes selon la Politique administrative pour un soutien financier entourant les chemins privés (ADM-2015-008). Le conseil a donc accepté le montant total de ces demandes pour la saison hivernale 2018-2019 : 81 450 $. Il a également autorisé le paiement de 12 604 $ pour l'entretien estival des chemins privés selon la même politique.

Le conseil a octroyé le contrat à ZG Architecture & Design pour la réalisation des plans d'architecture pour la rénovation de la Maison des Bâtisseurs. Il a également octroyé le contrat à Pageau Morel et associés inc. pour l'ingénierie mécanique électrique. En effet, au cours de l'année 2019, l'ouverture du CCM libérera de l'espace à l'Hôtel de ville (par exemple, bibliothèque) et des travaux sont nécessaires afin de revoir les installations électromécaniques et électriques.

LOISIRS, CULTURE ET PARCS
La Municipalité de Cantley et Amerispa Cantley ont reconduit leur entente pour l'utilisation de la salle de yoga pour la tenue des ateliers du Service des loisirs, de la culture et des parcs de l'hiver 2019.

Le conseil a autorisé le lancement de 3 appels d'offres pour l'acquisition de modules de jeux pour les nouveaux parcs situés sur les rues Contrefort, Geres et Marquis.

URBANISME ET ENVIRONNEMENT
Le conseil a accepté plusieurs dérogations mineures et a autorisé l'acquisition de lots afin d'élargir la montée Saint-Amour et le chemin Groulx.

Le conseil s'est engagé à contribuer pour un montant maximal estimé à 37 232 $, taxes en sus, pour sa participation au Projet SAUVé R Québec – Version 3. Ce projet consiste en la création d'une route électrique verte (RéV) au Québec et au Canada via le développement des stations-service électriques (SSE), l'implantation d'un système d'autopartage adapté aux ressources et aux besoins des communautés et la création des "HUB" pour le partage des véhicules électriques et leurs intégrations dans les municipalités et dans leurs communautés avec le financement du programme Municipalités pour l'innovation climatique (MIC) de la Fédération canadienne des municipalités (FCM). C'est le Conseil régional en environnement et en développement durable de l'Outaouais (CREDDO) qui accompagnera la Municipalité de Cantley dans ce projet.

DÉVELOPPEMENT ÉCONOMIQUE
Le conseil a autorisé l'octroi d'un mandat à l'entreprise INNOVACOM Marketing et Communication pour la réalisation d'une vidéo promotionnelle de Cantley. Cette vidéo sera tournée au cours des 4 saisons de 2019 et à travers les multiples activités et événements que la Municipalité offre.

8, chemin River, Cantley (Québec) J8V 2Z9 ☎ 819 827-3434, sans frais/free : 819 503-8227 819 827-4328

Le contenu des pages municipales relève de la Municipalité. – The content of the Municipal pages originates from the Municipality of Cantley.

Conseil en bref (suite)

SÉCURITÉ PUBLIQUE

Lors de la première séance ordinaire du conseil municipal, deux pompiers, Messieurs Danik O'Grady et Dave Saikaley, ont reçu un certificat de mérite et la **médaille pour services distingués**. Cette médaille a été créée et accordée par le gouverneur général du Canada pour honorer les membres d'un service d'incendie canadien ayant cumulé vingt ans de services, dont au moins dix dans le cadre de fonctions comportant des risques.

La Municipalité de Cantley est, encore une fois, très fière de ses pompiers, de leur dévouement, de leur professionnalisme, de leur travail, de leur endurance et de leur cœur !

De gauche à droite : Danik O'Grady, Marc Sattlecker, Dave Saikaley

DIVERS

SOMMAIRE DU BUDGET 2019

Le budget 2019 s'inscrit dans un esprit de rigueur et de continuité, les revenus prévus totalisant 15 160 235 $. Les revenus provenant des taxes totaliseront 12 547 730 $, soit une hausse de 5,4 % par rapport à l'an dernier.

« Le taux général de la taxe foncière municipale demeurera inchangé en 2019, tant pour le résidentiel que pour le non résidentiel. L'augmentation, s'il en ait, qui apparaîtra au compte de taxes est une résultante de la révision triennale du rôle, exigée par le gouvernement provincial.» a précisé la mairesse, Mme Madeleine Brunette, lors de son discours de présentation du budget. Elle ajoute : « L'approche adoptée en matière de taxation s'appuie sur des projections de revenus très conservatrices ».

La Municipalité de Cantley maintient sa croissance tant au niveau de sa population, que de ses investissements, le tout tel que reflété dans ce budget qui se veut à la fois conservateur quant à ses revenus et ambitieux quant aux nombreux projets de développement.

AVIS PUBLIC
APPELS D'OFFRES

La Municipalité de Cantley recherche des fournisseurs et des entrepreneurs relativement aux travaux, services et équipements suivants :

N°2019-02 ACHAT D'UN CAMION PORTEUR 10 ROUES NEUF 2018, 2019 OU 2020

Ne seront considérées que les soumissions présentées conformément aux documents d'appel d'offres de la Municipalité de Cantley, lesquels seront disponibles sur le site seao.ca.

Les soumissions dûment complétées et signées seront reçues à la Municipalité de Cantley au 8, chemin River, Cantley (Québec) J8V 2Z9, dans des enveloppes scellées portant l'inscription appropriée jusqu'aux dates et heures déterminées dans les documents d'appel d'offres.

La Municipalité de Cantley ne s'engage à accepter ni la plus basse ni aucune des soumissions reçues, et ce, sans obligation d'aucune sorte envers les soumissionnaires.

Donné à Cantley, ce 1er février 2019

Stéphane Parent
Directeur général et secrétaire-trésorier

Municipalité de Cantley
Maison des Bâtisseurs
8, chemin River
Cantley (Québec) J8V 2Z9

819 827-3434
municipalite@cantley.ca
www.CANTLEY.ca

MUNICIPALITÉ DE CANTLEY – SOMMAIRE BUDGET 2019

REVENUS	
Taxes	12 547 730 $
Paiements tenant lieu de taxes	116 600 $
Autres revenus de sources locales	2 495 905 $
TOTAL DES REVENUS	**15 160 235 $**
CHARGES	
Administration générale	2 785 529 $
Sécurité publique	3 496 174 $
Transport	4 711 112 $
Hygiène du milieu	1 639 124 $
Aménagement, urbanisme et développement	773 108 $
Loisirs et culture	1 371 051 $
Frais de financement	353 749 $
TOTAL DES CHARGES	**15 129 847 $**
CONCILIATION À DES FINS FISCALES	
Remboursement de la dette à long terme	683 500 $
Activités d'investissements	322 088 $
Affectation de fonds réservés	86 800 $
Amortissement des immobilisations	(1 062 000) $
Total des éléments de conciliation	**30 388 $**
Excédent de fonctionnement de l'exercice 2018 à des fins fiscales	**0 $**

COLLECTE DES MATIÈRES RÉSIDUELLES EN 2019

Depuis le 1er janvier 2019, la Municipalité de Cantley a apporté d'importantes modifications aux collectes des matières résiduelles. Ces modifications ont généré plusieurs questions de la part des citoyens de Cantley. C'est pourquoi la Municipalité de Cantley répond, ci-dessous, à la grande majorité de vos questions sous forme de foire aux questions. Toutes ces informations sont disponibles sur cantley.ca.

1-Quelles sont les principales modifications apportées à la collecte des matières résiduelles ?

a. Les calendriers des collectes ont été modifiés. Consultez cantley.ca pour les télécharger. Ils sont également disponibles à la fin du calendrier municipal distribué à la fin décembre 2018.

b. La collecte est actuellement effectuée par un bras mécanique. Il est donc important que le bac soit bien placé afin de ne pas causer de bris.
- ► Les roues de votre bac doivent être orientées vers la résidence.
- ► Il faut conserver une distance de 2 pieds (60 cm) autour de chaque bac.
- ► Les bacs disposés l'un derrière l'autre ne peuvent pas être ramassés.
- ► Le couvercle du bac doit être fermé.

c. Seul le contenu des bacs conformes de 240 ou 360 litres peut être collecté. Les sacs, déchets ou tout autre item en dehors du bac ne sont pas ramassés. La Municipalité de Cantley fournit le premier bac pour les matières compostables (brun) et pour le recyclage (bleu). Il est de la responsabilité de chaque citoyen d'acquérir un bac d'ordure conforme (vert ou noir). Vous pouvez consulter cantley.ca pour obtenir une liste non exhaustive des commerces vendant ce type de bac.

d. Chaque bac a son utilité précise et unique.
- ► Bac bleu : matières recyclables.
- ► Bac brun : matières compostables.
- ► Bac vert ou noir : déchets.

Un mauvais tri amène la corruption des chargements.

2-Pourquoi l'achat d'un bac vert ou noir est-il obligatoire pour la collecte des déchets ?

Avec l'entrée en vigueur du nouveau Règlement nº 556-18 relatif à la gestion des matières résiduelles de la Municipalité de Cantley et la mise en œuvre des nouvelles pratiques de collecte des matières résiduelles, soit par bras mécanique automatisé, il faut effectivement se doter d'un bac roulant conforme.

À l'article 17 dudit règlement, on définit le contenant autorisé pour la collecte des ordures ménagères de la façon suivante :
« Bac roulant à ordure de couleur noir ou vert, fabriqué de polyéthylène haute densité, muni d'un couvercle à charnières, de deux (2) roues et d'une prise de levage européenne, ayant une capacité de 240 ou 360 litres, conçu et commercialisé aux fins de collecte des matières résiduelles. »
Retrouvez le règlement complet sur cantley.ca.

Le bac vert ou noir est un bac similaire à ceux fournis pour les matières compostables (240 litres) et pour le recyclage (360 litres). Voici une liste non exhaustive de points de vente.
- ► Quincaillerie Cantley et Matériaux
  267, montée de la Source, Cantley 819 827-3778
- ► Quincaillerie et Matériaux Touraine
  1455, montée Paiement, Cantley 819 671-2222
- ► Quincaillerie et Matériaux Touraine
  1959, rue Saint-Louis, Gatineau 819 671-2222
- ► Home Dépôt
  243, montée Paiement, Gatineau 819 246-4060
- ► RONA Chelsea – 528, route 105, Chelsea 819 827-2414
- ► Réno-Dépôt Hull
  95, rue Atawe, Gatineau 819 827-3778

3-Que faire lorsque le bac est endommagé ?

S'agissant des bacs bleus ou bruns distribués par la Municipalité, le Service des travaux publics peut se charger de les réparer. Si votre bac vert ou noir a été endommagé par notre entrepreneur, communiquez à municipalite@cantley.ca ou au 819 827-8302.

4-Pourquoi avoir changé la fréquence des collectes du recyclage toutes les deux semaines ?

La réduction du nombre de collectes de recyclage s'inscrit dans l'uniformisation avec les municipalités de la région. Jusqu'au 1er janvier 2019, la Municipalité offrait 87 collectes, soit 52 collectes de recyclage (hebdomadaire) et 35 collectes d'ordures. Avec l'arrivée des collectes des matières compostables, des ajustements ont été nécessaires afin de ne pas augmenter de façon importante la taxation associée à ce service. Le nombre total de collectes a donc été maintenu à 87 :

8, chemin River, Cantley (Québec) J8V 2Z9 ☎ 819 827-3434, sans frais/free : 819 503-8227 819 827-4328

Le contenu des pages municipales relève de la Municipalité. – The content of the Municipal pages originates from the Municipality of Cantley.

- 26 collectes de recyclage,
- 26 collectes d'ordures,
- 35 collectes de compostage.

En outre, la diminution du nombre de collectes nécessite un ajustement de nos pratiques et de nos habitudes. La Municipalité de Cantley sensibilise ses citoyens à maximiser l'utilisation de leur bac en défaisant, par exemple, les boîtes de carton. Pour les propriétés ne pouvant pas réduire le volume des déchets recyclables, un deuxième bac peut être acheté au prix de 80 $ (livraison incluse). Communiquez avec la Municipalité à municipalite@cantley.ca ou au 819 827-8302.

5-Pourquoi les premières collectes de janvier ont-elles été difficiles ?

La collecte des matières résiduelles dans les premières semaines du mois de janvier a subi des retards ou des problèmes pour plusieurs raisons notamment :

- La majorité des bacs de recyclage était au maximum de leur capacité suite aux changements de fréquence des collectes et de la période du temps des fêtes. Cet élément a créé plus d'allers-retours vers le centre de recyclage et donc un retard dans la collecte.
- Depuis le 1er janvier 2019, la collecte est réalisée par une nouvelle entreprise, les conducteurs des véhicules ont besoin d'une période d'ajustement pour se familiariser avec le territoire de Cantley.
- Le déneigement dû aux précipitations de neige régulières a déstabilisé le positionnement des bacs rendant la collecte impossible pour les bacs renversés.

6-Pourquoi ne puis-je pas utiliser mon bac brun pour le transformer en bac de poubelles ?

Les bacs ont été transmis à chaque propriété avec un code-barre d'identification. Les bacs appartiennent à la Municipalité de Cantley et ne peuvent être altérés par les citoyens. Il faut conserver la vocation première des bacs fournis par la Municipalité. Le bac brun doit servir aux matières putrescibles et compostables. Le bac bleu doit servir aux matières recyclables.

Un système de caméra est intégré aux camions de collecte qui permet aux gestionnaires de la Municipalité d'être au fait de la mauvaise utilisation des bacs. De la sensibilisation ciblée sera effectuée auprès des résidences qui rencontrent des difficultés à suivre la nouvelle réglementation. Si les comportements ne sont pas modifiés par les citoyens, il est possible que des amendes soient transmises par la Municipalité.

7-Que dois-je faire si la déneigeuse a renversé mon bac?

Les opérations de déneigement peuvent affecter la collecte des matières résiduelles. Des ajustements entre l'entrepreneur de déneigement de la Municipalité et l'entrepreneur des collectes des matières résiduelles sont en cours afin d'arrimer les méthodes de travail. La Municipalité de Cantley demande à ses citoyens de replacer le bac en position debout afin de finaliser les collectes. Les chauffeurs ne replacent pas les bacs déplacés.

8-Pourquoi le couvercle est-il resté ouvert après la collecte ?

Lorsque le bras mécanique repositionne le bac devant la résidence, il peut arriver que le couvercle reste ouvert. En hiver, un peu de neige peut s'accumuler dans le bac à cause de nos conditions climatiques.

9-Puis-je obtenir un bac de cuisine ?

La Municipalité vend des petits de bacs de comptoir pour les matières compostables au coût de 5 $ à la réception ou à la bibliothèque de l'hôtel de ville.

10-Pourquoi le même camion collecte-t-il le bac brun et le bac noir ?

L'un des camions de collecte est bicompartimenté, ceci signifie que la benne à ordures est divisée en deux. Il est donc normal de voir le camion prendre les deux bacs l'un après l'autre, le chauffeur sélectionne la destination du contenu des bacs en fonction de la couleur de ceux-ci.

11-Comment puis-je me départir de mon ancienne poubelle ?

Vous pouvez communiquer avec la Municipalité de Cantley à municipalite@cantley.ca ou au 819 827-8302 afin d'informer nos commis de votre situation. Votre poubelle sera ramassée le jeudi de la semaine suivante par notre équipe du Service des travaux publics. Les poubelles en métal et en plastique seront seront ainsi recyclées.

12-Pourquoi ne puis-je pas utiliser des sacs en plastique compostables ou biodégradables ?

Seuls les sacs compostables en papier ou en carton sont autorisés. La Municipalité de Cantley n'autorise pas l'utilisation de sacs de plastique biodégradable ou dégradable (oxobiodégradable) dans le compost.

Plusieurs types de sacs de plastique biodégradable/dégradable/oxobiodégradable existent, mais ne sont pas compostables. Certains sacs de plastique ayant la mention compostable n'ont pas de certification attestant leur compostabilité. Alors, la confusion est courante. Nous n'acceptons donc pas les sacs de plastique biodégradable afin de prévenir les risques d'erreur et diminuer la qualité du compost.

De plus, les matières compostables sont collectés dans un nouveau site, il faudra attendre plusieurs mois afin que les bactéries soient suffisament diversifiées.

13-Comment puis-je savoir si je suis dans la collecte de l'Ouest ou de l'Est ?

La montée de la Source divise Cantley en deux. Les propriétés à l'est de la montée de la Source sont dans les collectes de l'Est et celles situées à l'ouest de la montée de la Source sont dans la collecte de l'Ouest. Prenez-note que les rues Beauce, Berthier, Bouvrette, Crémazie, Dupéré, Edna, Lanaudière, Matane, Rémi, Rimouski et Sous-Bois suivent l'horaire du côté ouest de la montée de la Source.

14-Pourquoi les encombrants ne sont-ils plus ramassés ?

La collecte se fait avec un bras mécanisé, les objets encombrants (exemple : meubles en bois, canapés, toilettes, etc.) ne seront plus systématiquement collectés lors de la collecte régulière des ordures ménagères. Les collectes spéciales d'objets volumineux seront effectuées aux dates suivantes pour l'année 2019 :

- 4 février
- 11 mars
- 18 avril
- 13 mai
- 8 juillet
- 9 septembre
- 11 novembre
- janvier 2020

8, chemin River, Cantley (Québec) J8V 2Z9 819 827-3434, sans frais/free : 819 503-8227 819 827-4328

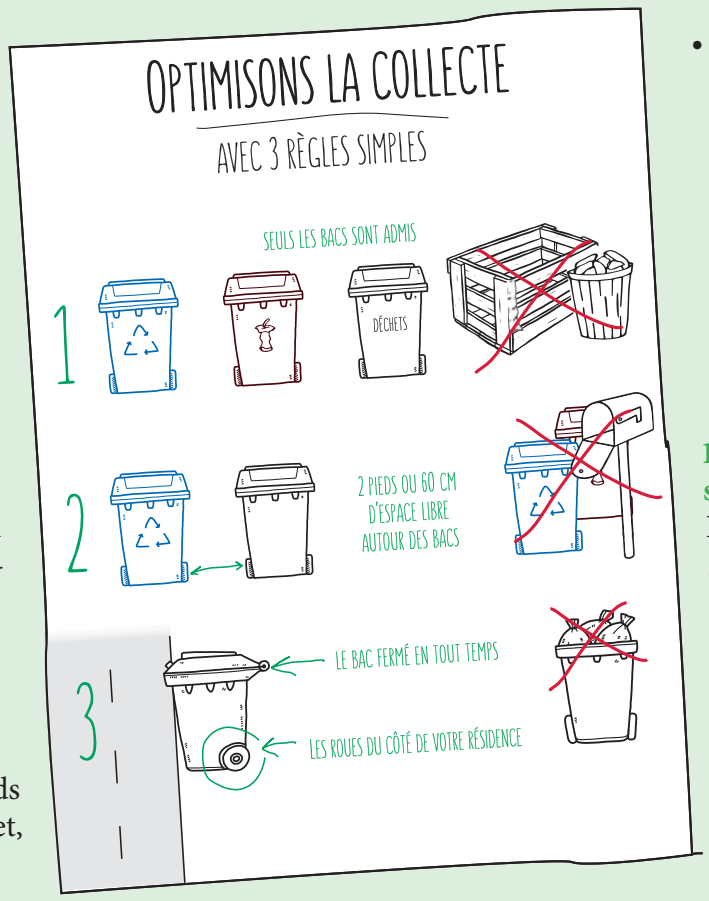
15-Comment me départir des déchets métalliques ?

Le métal encombrant (réservoir à eau chaude, laveuse, sécheuse, etc.) est récupéré sur demande. Les collectes d'encombrants métalliques ont lieu tous les jeudis. Vous devez communiquer par téléphone ou par courriel avec le Service des travaux publics au 819 827-3434, poste 6814 ou à municipalite@cantley.ca. L'encombrant doit alors être placé en bordure de la rue dès 7 h le jour de la collecte ou au plus tôt à 19 h la veille.

16-Comment positionner nos bacs ?

La mécanisation des collectes implique un certain ajustement au niveau du positionnement des bacs :

- le couvercle du bac doit être fermé en tout temps;
- placer les roues du côté de votre résidence;
- espacer les bacs d'au moins 2 pieds (60 cm) de tout obstacle (poteau, muret, clôture, autre bac, etc.);



- aucun objet ou sac sur le bac ou à-côté;
- le bac doit être installé à la jonction de votre entrée de cour et de l'accotement en gravier ou si cela n'est pas possible dans l'accotement à proximité des fossés ou de la bordure de ciment. Lorsque les opérations de déneigement sont en cours, nous pouvons reculer nos bacs jusqu'à 10 pieds.

17-Pourquoi mon bac a-t-il été seulement vidé à moitié ?

Il se peut que le gel fasse coller les matières dans le fond du bac ou que quelque chose dans le bac reste coincé ce qui empêche celui-ci de se vider correctement. Secouez votre bac pour vérifier que les items à l'intérieur ne sont pas collés ou coincés.

ENSEMBLE ON COMPOSTE

COLLECTE des matières résiduelles
Ordures ménagères
à partir de 7 h

Date	Côté est de la 307*	Côté ouest de la 307*
Mardi 5 février	♻	
Mercredi 6 février	🌿 🗑	
Mardi 12 février		♻
Mercredi 13 février		🌿 🗑
Mardi 19 février	♻	
Mercredi 20 février	🌿 🗑	
Mardi 26 février		♻
Mercredi 27 février		🌿 🗑

* Note : pour les rues Beauce, Berthier, Bouvrette, Crémazie, Dupéré, Edna, de Lanaudière, Marais, de Matane, Myrique, Rémi, Rimouski et du Sous-Bois, l'horaire est celui du côté Ouest de Cantley.

WASTE collections
Household waste
from 7:00 AM

Date	East side of the 307*	West side of the 307*
Tuesday Feb. 5th	♻	
Wednesday Feb. 6th	🌿 🗑	
Tuesday Feb. 12nd		♻
Wednesday Feb. 13rd		🌿 🗑
Tuesday Feb. 19th	♻	
Wednesday Feb. 20th	🌿 🗑	
Tuesday Feb. 26th		♻
Wednesday Feb. 27th		🌿 🗑

* Note! These streets have the West schedule: Beauce, Berthier, Bouvrette, Crémazie, Dupéré, Edna, de Lanaudière, Marais, de Matane, Myrique, Rémi, Rimouski, du Sous-Bois.

Matière compostable Recyclage Déchets ultimes

8, chemin River, Cantley (Québec) J8V 2Z9 819 827-3434, sans frais/free : 819 503-8227 819 827-4328

Le contenu des pages municipales relève de la Municipalité. – The content of the Municipal pages originates from the Municipality of Cantley.

LOISIRS, CULTURE ET PARCS

PATINOIRES ET GLISSADES
Les patinoires et les glissades sont prêtes pour la pratique de vos activités, mais toujours dépendantes de la température. Visitez **cantley.ca** pour la liste des patinoires et glissades ouvertes. L'information est mise à jour régulièrement.

CAMP DE JOUR HIVERNAL
Le camp de jour « les Wakitons » revient encore une fois cette année pour la période de relâche du 4 au 8 mars 2019. **Les inscriptions en ligne se tiendront du 6 au 17 février**. Pour toute question, n'hésitez pas à communiquer avec nous au 819 827-3434 poste 6816.

CARNAVAL CANTLEY – À L'AN PROCHAIN !
C'est le 26 janvier dernier que se déroulait le Carnaval de Cantley où petits et grands se sont rassemblés afin de profiter des joies de l'hiver. Par la même occasion, la nouvelle mascotte a fait une entrée surprenante dans le décor hivernal de la municipalité. Nous avons profité de l'occasion pour lancer un concours afin de lui trouver un nom qui saura tous nous interpeller. Pour ce faire, nous avons invité les jeunes des trois écoles primaires, des services de garde ainsi que des CPE à colorier une image de notre beau castor géant et du coup, nous proposer un nom. Nous faisons également appel à tous nos citoyens par l'entremise de notre page Facebook afin de nous soumettre leur(s) idée(s). Nous avons bien hâte de vous dévoiler le nom de notre peluche emblématique, qui sera dévoilée dans la semaine du 4 mars prochain. Notre belle mascotte sera désormais présente lors de nos événements. Suivez-nous sur Facebook afin de connaître son nom et les dates prévues de ses prochains déplacements.

L'HEURE DU CONTE À LA BIBLIO
N'oubliez pas les prochains rendez-vous ! Le 16 février, nous célébrerons la St-Valentin et le 16 mars la St-Patrick. Réservez votre place au 819 827-3434 poste 6825.

CANTLEY, 30 ANS !

Depuis le 1er janvier 2019, Cantley a désormais 30 ans! Pour marquer cette étape, la Municipalité organise et bonifie plusieurs événements tout au long de l'année. Le programme a été dévoilé lors du Carnaval de Cantley, le 26 janvier dernier.

La Municipalité réintroduit le Gala des Bâtisseurs, une soirée dédiée aux bénévoles et organismes de Cantley pour les remercier de leur implication et de leur dévouement au sein de la communauté.

Cette année, les *Vendredis d'août* seront sélectionnés en fonction de la thématique des 30 ans, plusieurs films seront proposés et ce sont les Cantléennes et Cantléens qui choisiront les films qu'ils souhaiteront voir en août. Les films seront révélés au printemps et les citoyens pourront voter via un formulaire à la bibliothèque municipale ou par un sondage disponible sur cantley.ca et sur les médias sociaux.

En mai, l'heure du conte chez les pompiers sera bonifiée pour le plaisir des petits et des grands.

Le 10 août, le centre communautaire multifonctionnel (CCM) ouvrira ses portes le temps d'une après-midi pour vous donner un avant-goût de son potentiel. Notre maître de cérémonie sera Daniel Coutu. De nombreuses surprises attendront les visiteurs.

Le 7 septembre, la Municipalité vous prépare une journée d'activités pour toute la famille et sera couronnée par une soirée de spectacles afin de fêter Cantley et l'ouverture officielle du CCM.

Le 30 novembre, cette année festive sera clôturée par une soirée spectacle pour les enfants avec le dévoilement de l'illumination de la Municipalité.

Cantley

AVIS PUBLIC

DÉPÔT DU RÔLE TRIENNAL DE LA VALEUR FONCIÈRE POUR LES ANNÉES 2019, 2020 ET 2021

AVIS PUBLIC EST PAR LA PRÉSENTE DONNÉ PAR LE SOUSSIGNÉ QUE :
Le rôle triennal d'évaluation foncière de la municipalité de Cantley pour les années 2019, 2020 et 2021, a été déposé à mon bureau et que toute personne peut en prendre connaissance à cet endroit, durant les heures d'affaires régulières.

Conformément aux dispositions de l'article 74 de la Loi sur la fiscalité municipale, avis est également donné que toute personne ayant un intérêt à cet effet peut déposer, à l'égard de ce rôle, une demande de révision prévue par la section 1 du chapitre X de cette loi.

Pour être recevable, une telle demande de révision doit remplir les conditions suivantes :
- être déposée au plus tard le 30 avril 2019;
- être déposée à l'endroit suivant ou y être envoyée par courrier recommandé:

MRC DES COLLINES-DE-L'OUTAOUAIS
216, chemin Old Chelsea Chelsea, (QC) J9B 1J4

- être faite sur le formulaire prescrit à cette fin et disponible à l'endroit ci-dessus indiqué;
- être accompagnée de la somme d'argent déterminée par le règlement numéro 196-13 de la MRC des Collines-de-l'Outaouais et applicable à l'unité d'évaluation visée par la demande.

Pour toute question concernant votre évaluation ou pour rencontrer un représentant de la MRC des Collines-de-l'Outaouais, veuillez téléphoner au 819-827-0516, poste 2239.

Donné à Cantley, ce 29e jour d'octobre 2018

Stéphane Parent
Directeur général et secrétaire-trésorier

Municipalité de Cantley
Maison des Bâtisseurs
8, chemin River
Cantley (Québec) J8V 2Z9

819 827-3434
municipalite@cantley.ca
www.CANTLEY.ca

L'ÉCOLE COMMUNAUTAIRE DE LA ROSE-DES-VENTS

Chers lecteurs,

En décembre dernier, les élèves de la chorale de l'école de la Rose-des-Vents ont eu la chance d'aller chanter dans une résidence de personnes âgées au Domaine des Trembles, situé à Hull.

Quatre élèves de la classe de Mme Véronique en 5e année, dont Didier Sylvain, Damien Blais, Alexandrine Duchesne et Lauriane Dubois ont distribué des cartes de Noël qui avaient été fabriquées par tous les élèves de notre école. Nous avons également eu la chance d'offrir certaines cartes à des personnes âgées qui nous ont touchés très profondément. Voir les réactions de celles-ci était magnifique et magique. Leurs yeux étaient aussi brillants qu'un diamant.

Nous voulons sincèrement remercier la coordonnatrice, Mme Marie-Josée, et les enseignantes qui ont su organiser une activité extraordinaire. Cela nous a permis de prendre conscience qu'il faut faire d'autres activités avec eux.

Nous vous souhaitons une belle année 2019!

Alexandrine, Damien, Didier et Lauriane
Les élèves de Mme Véronique (5e année)

Chers lecteurs,

Nous allons vous parler d'un conférencier qui est venu à l'école : Jonathan B. Roy et de son voyage autour du monde. Durant la première partie du voyage, il s'est rendu dans 32 pays et a parcouru 25 000 km. Il a commencé en Angleterre et a fini en Malaisie, tout cela à vélo. « Il ne faut pas avoir peur du monde » dit-il. Il a vécu beaucoup de sensations fortes, dont celle de caresser un dromadaire. Il faisait du camping sauvage, c'est-à-dire, il se lavait dans le lac et lavait ses vêtements dans un lavabo. Un soir, il était trop paresseux pour aller mettre sa nourriture dans sa sacoche de vélo, donc il la garda dans sa tente. Il se réveilla à cause d'un reniflement d'animal, il a rêvé qu'il se faisait manger le bras. Durant le voyage, il a goûté à toutes sortes de nourriture dont du lait de dromadaire fermenté, des sauterelles, des rats et des larves. Yark!!! Le menu n'était pas varié d'un pays à l'autre. Jonathan est une vraie machine à électricité! Il branchait son cellulaire sur son vélo; il enlevait le rayon de son vélo pour le remplacer par une dynamo et remplaçait le support à guidon par une prise USB, ensuite Jonathan pédalait pour créer de l'électricité. Il a monté en vélo une montagne très difficile. Celle-ci s'élevait jusqu'à 4 000 mètres d'altitude. Jonathan a mentionné qu'il s'est fait deux amis durant son voyage : un Allemand et un Français. Ce voyage lui coûtait 25 $ par jour. Il a fait tout le tour du monde avec un vélo sans suspension. Cet homme vit au Canada. Il voulait tenter cette aventure, car il aime être seul afin de faire des rencontres intéressantes et de pouvoir penser à lui. Un livre qu'il a écrit pendant son voyage : ***Histoires à dormir dehors***. Nous avons aimé cette présentation. Elle nous a donné le goût de partir en vélo!

Lauriane Lafrenière et Maya Méthot, groupe 601

UNE RENCONTRE INOUBLIABLE

Les 3, 4 et 5 décembre 2018, tous les élèves de l'école de la Rose-des-Vents ont eu le plaisir d'accueillir Mme Andrée Poulin, une écrivaine qui habite dans la région de l'Outaouais. Ses livres sont captivants parce qu'il y a beaucoup d'humour. De plus, certains de ses albums sont en lien avec l'actualité, comme *Une maman pour Kadhir* et *Y'a pas de place chez nous*. Elle a eu l'honneur de gagner 48 prix et distinctions. À la suite de cette rencontre, nous allons vous expliquer d'où lui est venue l'idée d'être auteure et vous raconter notre expérience d'élèves.

Madame Poulin était journaliste et elle aimait raconter les faits. C'est ainsi qu'elle a commencé à écrire des histoires inventées à partir d'événements réels. Donc, elle trouve son inspiration dans des situations qu'elle ou d'autres personnes ont vécues. Par exemple, pour son livre *Ping-Pong contre Tête de Navet*, elle a appelé une personne qui parle le mandarin pour qu'elle lui suggère une taquinerie (dans cette langue) dont elle se servirait dans son livre. Elle nous a raconté qu'à la base, elle a écrit ce livre parce qu'elle voulait que ses filles soient fières de leurs yeux en amande, comme le personnage de Ping (c'est écrit à la dédicace de son livre).

Aussi, elle nous a expliqué comment créer une histoire et que pour arriver à un résultat dont on peut être fier, il faut accepter de réviser plusieurs fois son texte. Voilà un bel exemple de persévérance pour nous, les élèves de l'école, pendant qu'on rédige une production écrite parce que, souvent, on trouve ça long et ennuyant!

Nous sommes convaincues que tous les élèves de l'école ont apprécié sa visite, car elle était vraiment intéressante. C'était interactif : Mme Poulin nous posait des questions pour que nous puissions participer à sa présentation. Nous vous invitons à jeter un petit coup d'œil à son site Internet pour trouver plus d'informations à son sujet, et à lire certains de ses livres puisqu'ils ne s'adressent pas seulement aux enfants, comme on pourrait le croire. Merci d'avoir pris le temps de lire notre article.

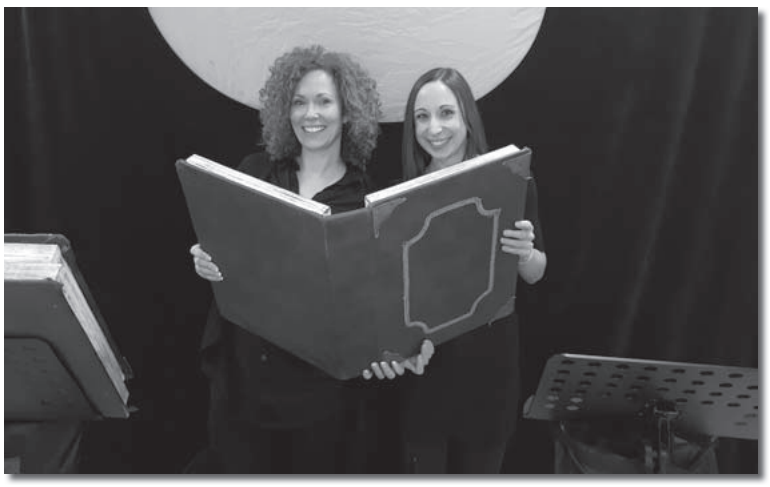
Journalistes : Camellia Allaire &
Daphnée St-Amand
Réviseurs : Tous les élèves du groupe 502

L'ÉCOLE DE L'ORÉE-DES-BOIS

Les mots s'animent

Les 10 et 11 décembre dernier, tous les élèves de l'école ont assisté avec grand plaisir et attention à l'atelier intitulé ***Les mots s'animent***! Le dynamisme des deux animatrices, Evelyne St-Pierre et Julie Labrosse, actrices et comédiennes de doublage, nous ont permis de vivre de belles aventures à travers leurs contes.

Les élèves ont découvert pourquoi c'est extraordinaire d'être un bon lecteur et de découvrir les métiers passionnants s'y rattachant, tout en vivant une expérience hors du commun!



Jonathan B. Roy

Le 29 novembre dernier, les élèves de la 3e à la 6e année ont assisté à la présentation de Jonathan B. Roy qui a partagé sa passion du vélo et des voyages. Il a effectivement voyagé de l'Angleterre jusqu'en Malaisie pendant toute une année et nous a raconté ses péripéties et ses belles rencontres avec différentes cultures. Son livre *Histoires à dormir dehors* est disponible dans les classes.

Spectacle Fêtes en Folie

Le 19 décembre dernier, les enfants et le personnel ont assisté à cet unique spectacle qui a regroupé danse, chant, musique et théâtre sous le thème du temps des Fêtes. La violoniste, Mme Marie-Claude, et le chansonnier, M. Alain, ont interprété les plus belles chansons du temps des Fêtes, nous ont initiés à quelques pas de danses typiques dont un set carré endiablé ainsi qu'à plusieurs instruments de musique nous permettant de nous éclater sur des airs folkloriques!

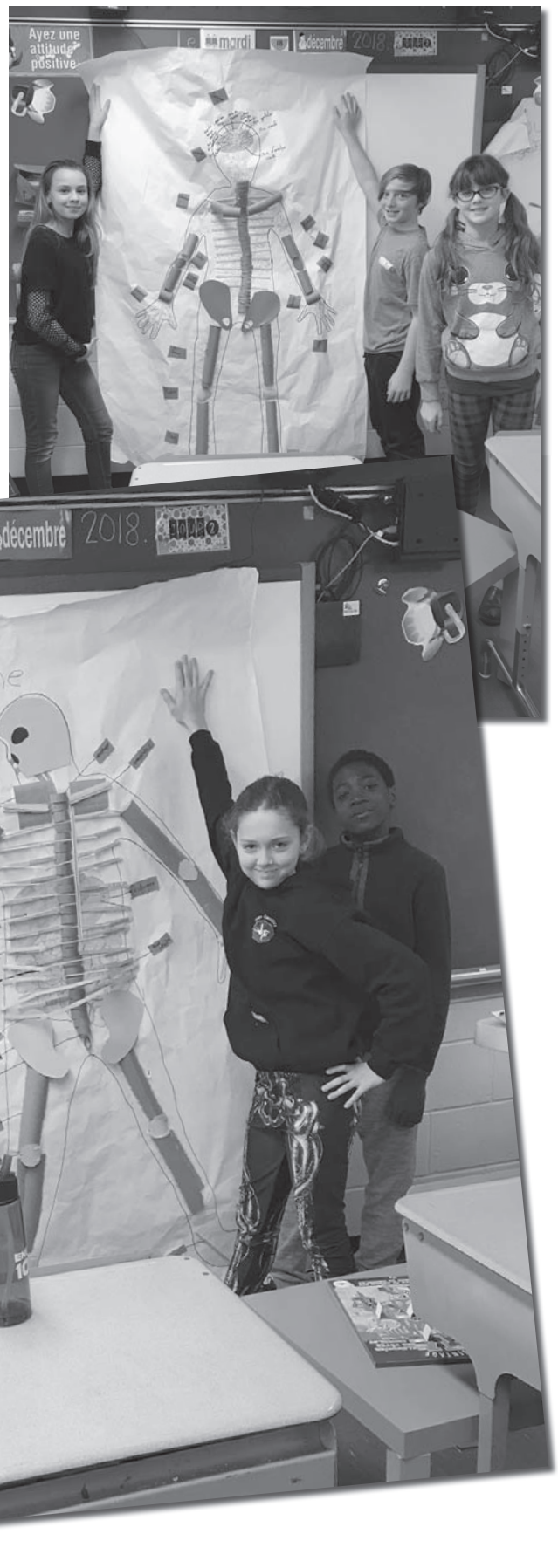
Concert de Noël

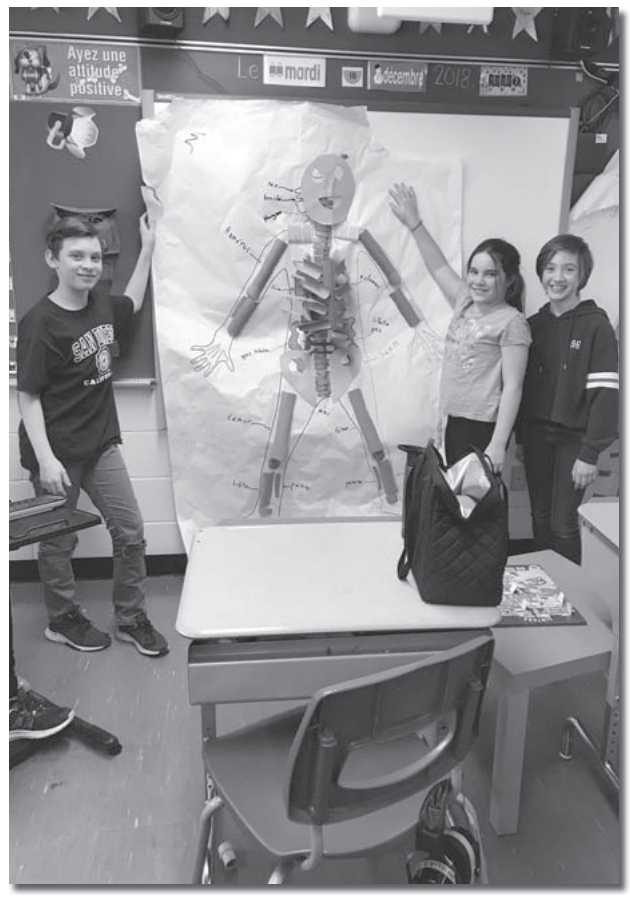
Le 28 novembre 2018, à la polyvalente Nicolas-Gatineau, les choristes de notre école ont participé à un concert de Noël organisé par MAtv / Vidéotron, en collaboration avec le Conservatoire de musique de Gatineau. Merci aux enseignants, M. Denis Desjardins et Mme Auréli Daigle, d'avoir su si bien préparer nos élèves. De plus, les choristes ont aussi interprété les mêmes chants de Noël le 18 décembre 2018 dans le gymnase de l'école. Un réel plaisir du temps des Fêtes!

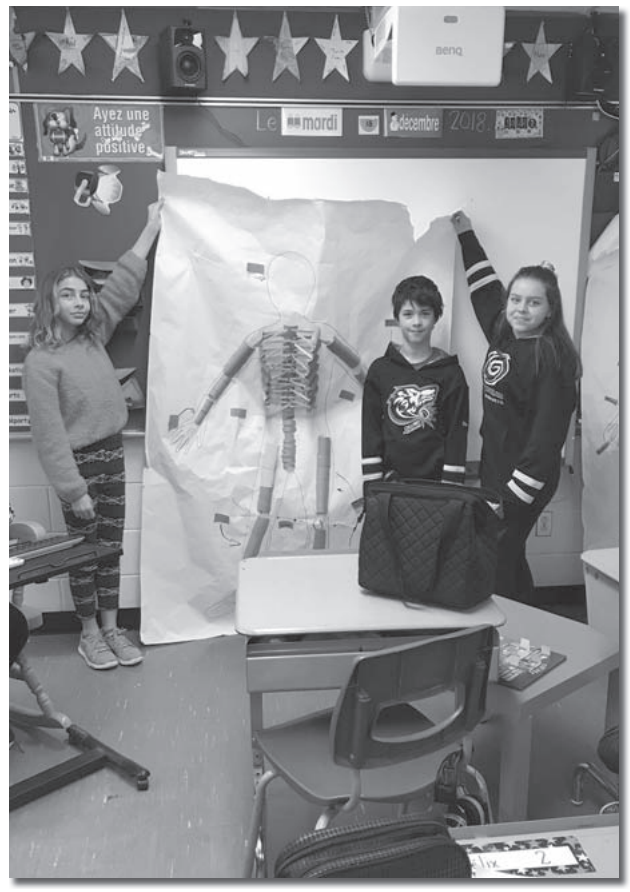
ÉCOLE STE-ÉLISABETH

Les élèves de 5e année de la classe de Mme Annie ont travaillé sur un projet de sciences en lien avec le corps humain. Chaque équipe devait représenter un système interne comme le système circulatoire, nerveux, digestif. Ensuite, ils utilisaient du matériel afin de faire les principaux os du squelette. Ce projet a été très enrichissant et a permis le travail d'équipe. Enfin, toutes les équipes sont venues présenter leur travail final devant la classe.

Félicitations à vous tous pour vos efforts et votre engagement!







Que feriez-vous?

Mme Guylaine-Andrée Ash, enseignante

Que feriez-vous si vous étiez un chien de traîneau qui a toujours froid et qui ne peut plus guider sa meute?

Que feriez-vous si vous étiez le père Noël et que vos rennes étaient malades et ne pouvaient plus distribuer les cadeaux avec vous la journée de Noël?

Que feriez-vous si vous étiez en route pour livrer vos cadeaux de Noël avec vos rennes et qu'un immense chien blanc vous barrait la route et vous demandait de le suivre?

Les élèves de 4e année ont imaginé des solutions à ces récits et ils ont complété, à leur choix, une de ces histoires. Ils ont même eu l'idée d'aller lire leur histoire aux élèves de 1re année.

L'activité a été une grande réussite!

École polyvalente de
l'Érablière
Ma réussite, j'y tiens !

Nous, à l'école polyvalente de l'Érablière, avons du plaisir durant la dernière semaine avant les vacances du temps des Fêtes! Voici la programmation qui a animé notre vie scolaire.

Tout d'abord, la classe d'entrepreneuriat des élèves de la 5e année du secondaire a eu la brillante idée d'organiser un feu de joie le lundi 17 décembre. L'ambiance festive, créée par les chansons du temps des Fêtes tournant en boucle et par le chocolat chaud généreusement remis aux élèves (gracieuseté de la pharmacie Familiprix Alexandra Haché et Danielle Tardif à Cantley), a attiré les élèves et les enseignants de tous les niveaux scolaires. De plus, la température clémente a contribué au succès de cet avant-midi rassembleur.

Par la suite, le défi *Emballe-moi*, une activité organisée depuis déjà quelques années, a permis aux élèves de se divertir pendant l'heure du dîner du mardi 18 décembre. Le principe est simple: les élèves doivent s'inscrire en équipe de quatre et choisir un enseignant ou un membre du personnel qu'ils aimeraient emballer. Le but est de réaliser cette dernière tâche le plus vite possible.

Puis, le mercredi 19 décembre, l'équipe d'improvisation de l'école, les Bûcherons de l'Érablière, a disputé une joute d'improvisation en compagnie de quelques enseignants, initiative de notre animateur à la vie spirituelle et communautaire, M. René Nault, ainsi que de nos Bûcherons. Cette partie d'improvisation divertissante, énergique et unique a permis à tous de constater à quel point les membres de l'équipe sont d'excellents joueurs. Cette première présentation ne sera certainement pas la dernière!

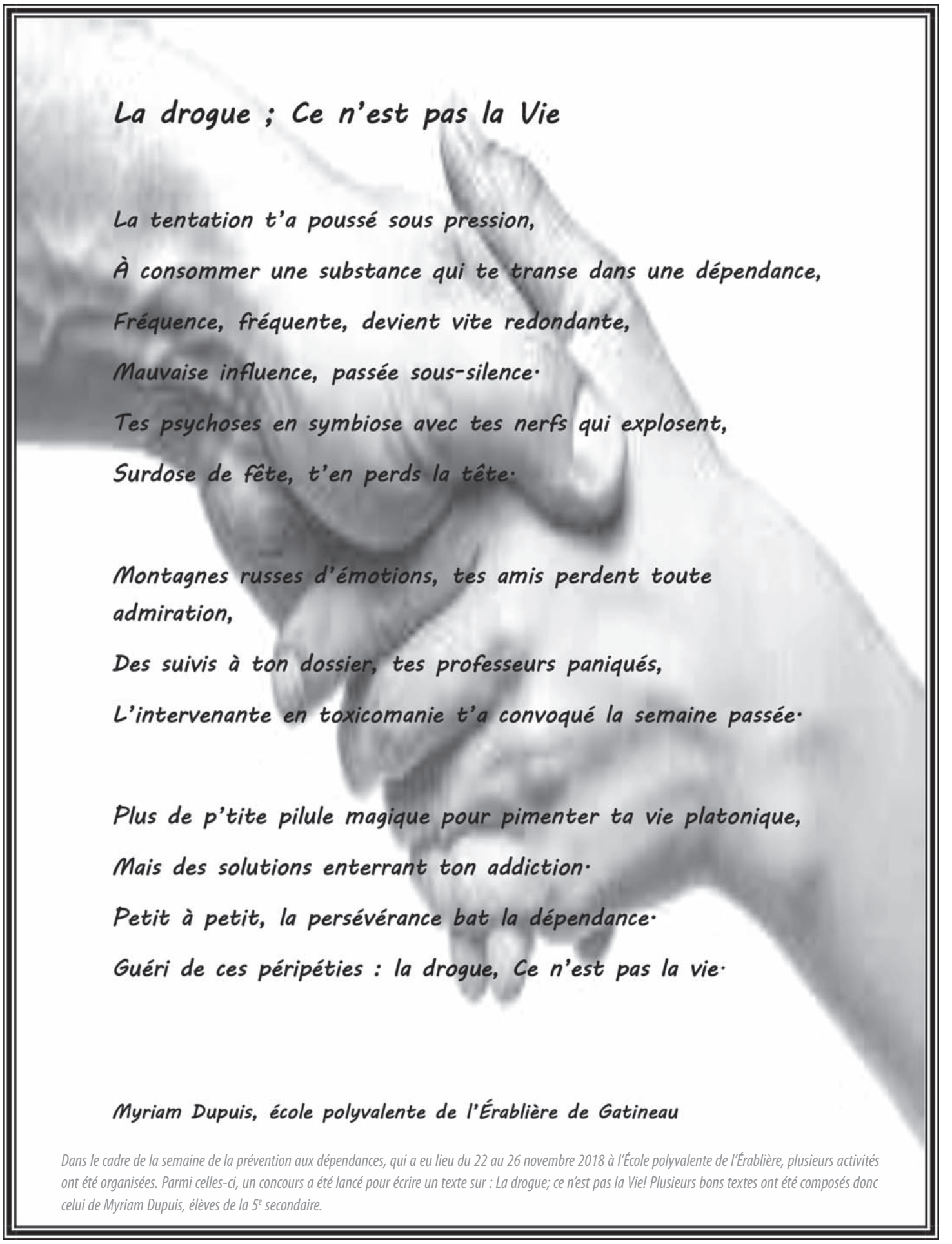
Ensuite, le jeudi 20 décembre, le comité de la Vie étudiante a invité les élèves à venir décorer des biscuits sur l'heure du dîner. Cette activité populaire a éveillé chez certains élèves l'envie de se sucrer le bec et les biscuits en pain d'épice se sont envolés rapidement.

Enfin, le vendredi 21 décembre a été une journée sans cours. Au programme: le traditionnel brunch de Noël et le spectacle de musique. Pour seulement trois dollars, les élèves ont dégusté des œufs, du bacon, des patates, cuisinés avec amour par nos enseignants, ainsi que des fruits frais. Par la suite, place au spectacle : les talents musicaux, artistiques et humoristiques des élèves de notre école en ont surpris quelques-uns et ont mis du baume au cœur des autres. Nous ne pouvions mieux conclure notre belle semaine d'avant-vacances que par cet événement divertissant et rassembleur.

Nous aimerions remercier tous ceux, élèves et membres du personnel, qui ont contribué à rendre cette semaine d'avant-vacances l'une des plus amusantes et mémorables.

Coralie Young et Véronique Lapierre

Pour le conseil des élèves



Dans le cadre de la semaine de la prévention aux dépendances, qui a eu lieu du 22 au 26 novembre 2018 à l'École polyvalente de l'Érablière, plusieurs activités ont été organisées. Parmi celles-ci, un concours a été lancé pour écrire un texte sur : La drogue; ce n'est pas la Vie! Plusieurs bons textes ont été composés donc celui de Myriam Dupuis, élèves de la 5e secondaire.

Babillard communautaire
Community Bulletin Board

La Source des Jeunes célèbre ses 10 ans!!

Mais qu'est-ce que la Source des Jeunes exactement?
Est-ce que la maison des jeunes est un endroit pour mon enfant?
Vous avez des questions? Voici quelques réponses pour vous!

MISSION ET OBJECTIFS

Mission

- Offrir un lieu de rencontre et d'échange pour les jeunes âgés de 8 à 17 ans et pour la population de Cantley
- Permettre aux jeunes de Cantley d'être reconnus comme une force de proposition de projets dans la communauté de Cantley
- Proposer aux jeunes des activités éducatives et préventives, culturelles et sociales, artistiques et sportives
- Impliquer les jeunes dans les projets de la communauté de Cantley

Objectifs

- Accueillir les jeunes âgés de 8 à 17 ans
- Faire l'apprentissage de la citoyenneté
- Favoriser la prise en charge et l'autonomie chez les jeunes durant leurs loisirs
- Permettre aux jeunes d'avoir de meilleures relations avec les adultes
- Permettre aux jeunes d'être mieux outillés pour diriger leur vie
- Favoriser une implication des jeunes dans la vie de leur communauté

Sur les lieux

Les jeunes ont à leur disposition :

- Salle de jeux
- Table de billard
- Table de ping-pong
- Jeux de société
- Films et jeux vidéo
- Cuisine : notre cuisine leur laisse accès au frigo, à la cuisinière, au four à micro-ondes et à tous les accessoires nécessaires, en plus d'être utilisée pour les ateliers de cuisine

À venir prochainement

- Lancement du nouveau site Internet
- Dévoilement du TOUT NOUVEAU LOGO !!!
- Projet *Jardin communautaire*
- Le projet T.R.I.P.
- Projet *Café étudiant* (école de la Rose-des-Vents)
- Spectacle de talents, le 23 mars prochain
- 2e présentation du Salon jeunesse des Collines, le 10 mai prochain
- Camp d'été pour ados
- Et bien plus !!!

Témoignages et suggestions

Appel à tous!!! Nous sommes à la recherche de témoignages de nos « anciens », de nos partenaires et des membres de la communauté, afin de les ajouter à notre nouveau site Internet. De plus, nous aimerions avoir vos suggestions d'activités, d'ateliers ou d'événements spéciaux, afin de souligner notre 10e anniversaire. Nous attendons vos courriels!

Marie-Pier Lacroix
Coordonnatrice
info@lasourcedesjeunes.com

BILLET DE RÉFLEXION

LE TROISIÈME HÉRITIER

Gustaaf Schoovaerts, UQO

« Papa, réveille-toi, on n'est pas deux, mais trois! » Voilà ce que ma fille, Anne-Line, me lance pour me faire comprendre sa constatation lors de son analyse de l'état des recherches sur la succession de sa sœur, Godeleine, récemment décédée.

En effet, au fur et à mesure que les données sont obtenues, on détecte qu'il y a moi et elle, seuls survivants, et les gouvernements fédéral et provincial. Nous découvrons qu'il y a des règles et des normes qui nous font poser des questions pour ne pas dire plus. Comme Godeleine travaillait dans un CPE avec des enfants du groupe un peu plus âgé que celui de la pouponnière, elle montrait des signes de faiblesse dans le dos. Elle devait fréquemment lever les enfants pour offrir des soins. Un conseiller lui avait proposé de prendre des REER, prévoyant qu'elle ne travaillerait pas jusqu'à l'âge de la retraite, sans doute pour des raisons de santé. Elle a suivi ce conseil. Elle participait à un régime de retraite, même lorsqu'elle était en arrêt de travail pendant sa maladie. Pendant une consultation, un fonctionnaire nous a annoncé la norme concernant son REER : « Comme il n'y a pas de mari ni d'enfants et comme vous avez dépassé l'âge de prendre des REER, et comme sa sœur n'y a pas droit non plus, nous considérons qu'elle a tout retiré d'un coup quelques minutes avant sa mort ». J'avoue que ce n'est pas évident d'encaisser cette annonce au début d'un deuil. Selon les informations obtenues pour les montants en cause, les gouvernements prendront, grosso modo, de 45 % à 50 %. Il est clair que l'impôt aussi entrera en jeu, mais à cause de son décès à 47 ans, il nous semble qu'il y a excès.

Les avantages promis du REER ne s'appliquent pas à cause de sa mort prématurée. Y-a-t-il des changements à faire? Ce que nous ne comprenons pas est que le montant qui lui restait à rembourser pour son hypothèque est devenu un revenu imposable. On aurait facilement pu retirer ce montant de sa réserve REER. Encore une fois, la mort lui enlève des avantages et profite aux gouvernements.

Une autre difficulté à comprendre! À peine quelques jours après sa mort, on a appris qu'elle avait été déclarée invalide. Par la suite, on a reçu du gouvernement provincial une somme rétroactive que nous devons remettre à son assurance, presque dans sa totalité. Pourquoi ces deux institutions n'auraient-elles pas pu convenir entre elles?

Il est donc possible lors d'une succession qu'il y ait un héritier de plus. Est-il pensable d'établir d'autres normes en cas de mort prématurée? Sa mort est-elle punie? Des mots du notaire nous viennent à l'esprit : **« La mort coûte cher! »**

Babillard communautaire
Community Bulletin Board

COMITÉ DE JUMELAGE DE CANTLEY

Le **Comité de jumelage de Cantley** mène une consultation sur le jumelage Cantley-Ornans et invite la population et les organismes de Cantley à venir s'exprimer sur la possibilité :

- d'impliquer les jeunes et les familles (partenariats avec les écoles, les clubs sportifs, la maison de jeunes, et autres);
- d'organiser des échanges sportifs;
- d'organiser des échanges culturels;
- d'organiser un voyage pour les Cantléens à Ornans en France (2019-2020).

La consultation se déroulera à l'école de la Rose-des-Vents le lundi 18 février à compter de 18 h 30. Nous vous attendons en grand nombre! Pour toute information, communiquez avec le comité par courriel : **jumelage.cantley@gmail.com.**

Présentation du Festival Rock de Gatineau

Depuis plusieurs années, l'équipe du Festival Country du Grand Gatineau étudie la faisabilité d'un premier Festival Rock dans la ville de Gatineau, et c'est en 2019 qu'il s'y déroulera.

Le festival se tiendra du **1er** au **3 août, 2019**. Beau temps, mauvais temps, les présentations auront lieu sous un immense chapiteau au Centre Robert Guertin, 125 rue Carillon à Gatineau.

Le spectacle d'ouverture se fera par nul autre qu'Éric Lapointe, notre plus grand rockeur québécois, et divers groupes hommages poursuivront la programmation :

Le groupe Ruff Edge interprétera les grands succès de AC/DC, suivit de Time for Pink Floyd dont les membres interpréteront les plus grands classiques de Pink Floyd.

Par la suite, le groupe Tramp of the Century nous fera vibrer avec leur interprétation de Supertramp, suivi du groupe UnderCover qui interprétera les plus grands succès du rock classique.

Les forfaits de trois jours sont présentement en prévente sur le site Internet du festival : **festivalrockgatineau.com** et sont vendus à un prix spécial jusqu'au 28 février, 2019. Le forfait régulier est disponible au coût de 65 $ et le forfait VIP est disponible au coût de 90 $.

Vivre pleinement sa féminité

Vous avez un ou plusieurs des symptômes suivants ?

- Irritabilité, bouffées de chaleur, sécheresse vaginale, baisse de libido, insomnie, irrégularité du cycle, flux abondant, migraine, trouble panique, anxiété, fatigue, perte de mémoire, en lien ou non avec la ménopause.
- Syndrome Pré-Menstruel,
- Kystes ovariens (ovaires polykystiques)
- Infertilité inexpliquée,
- Douleurs menstruelles,
- Aménorrhée,
- Dysménorrhée,
- Règles irrégulières,
- Hypothyroïdie

Le Yoga Thérapeutique Hormonal peut vous aider à retrouver l'énergie pour une vie pleine et sereine. C'est une technique naturelle qui permet de régler de nombreux troubles hormonaux,
Et une alternative de choix au traitement hormonal de substitution.

De nos jours où le stress fait parti intégrante du quotidien des femmes actives, il est intéressant de savoir que ce même stress fait baisser notre taux hormonal. C'est la diminution de ce taux qui engendre les symptômes de la ménopause, et les différentes irrégularités du cycle…

Le yoga thérapeutique hormonal est une technique qui s'acquiert au cours d'un atelier de 9h sur une fin de semaine (plusieurs dates disponibles pour 2016).

Lors de cet atelier, vous apprendrez différents exercices, qui permettront de stimuler, d'activer ou réactiver le système endocrinien pour vous débarrasser définitivement des désagréments dus à un dérèglement hormonal ou pour prévenir tout simplement (à partir de 35 ans, cependant certaines jeunes femmes plus jeunes peuvent en bénéficier).

Il est important d'être motivée, les résultats sont rapides si la pratique est régulière. Certains symptômes disparaissent en quelques semaines (libido, sécheresse vaginale, insomnie, irritabilité...).
AUCUNE EXPÉRIENCE EN YOGA N'EST REQUISE

Un entretien personnel ainsi qu'un questionnaire santé est indispensable avant toute inscription. L'avis médical de votre médecin peut être demandé dans certains cas. Me consulter pour plus de renseignements.

Un yoga qui permet aux femmes de vivre pleinement et sereinement leur féminité. De retrouver confiance en Soi et énergie. Vous en ressortirez plus forte et plus épanouie.

Le prochain atelier aura lieu les 30 et 31 mars 2019
Si vous souhaitez vous inscrire ou de plus amples informations, ou si vous connaissez des femmes de votre entourage qui seraient intéressées par une telle méthode, n'hésitez pas à me contacter au info@alexandraienco.com ou au 819-827-9268.

Namasté

Alexandra IENCO
Fondatrice du Studio Mandala Yoga
Professeur de Yoga certifiée (RYT) en Yoga Hormonal Thérapeutique, Yoga Kripalu et Yoga Yin/Restaurateur

www.alexandraienco.com

Suivez-moi sur Facebook «Mandala Yoga – Cantley»

Ô Naturel
AMÉNAGEMENT PAYSAGER

Conception et réalisation
Tous styles de jardins

En affaire depuis 1996

819-827-5052
www.o-naturel.com

houzz

ASSOCIATION DES CONCEPTEURS DE JARDINS DU QUÉBEC

Paysagiste CERTIFIÉ APPQ

Votre... maître paysagiste

Apollon inc
Les traitements d'eau

ECOWATER SYSTEMS®
depuis 1925

Eau claire.
Futur vert.

Téléphonez dès maintenant pour une évaluation ***gratuite*** *de votre eau*

TÉL : 819-243-7770
2 avenue du pont, Gatineau, J8V 1E5
www.apollon.ca

réno-maître APCHQ

Membre CMMTQ
Corporation des maîtres mécaniciens en tuyauterie du Québec
RBQ n° 8314-6290-42

PROBLÈMES DE FOSSE SEPTIQUE ?

N'ATTENDEZ PAS
QUE ÇA BLOQUE
POUR NOUS APPELER!

Cantley prospère.com

LE SAVIEZ-VOUS?

UNE FOSSE SEPTIQUE UTILISÉE DE FAÇON ANNUELLE DOIT ÊTRE VIDANGÉE UNE FOIS TOUS LES DEUX ANS AFIN D'ÉVITER LE DÉBORDEMENT DES EAUX.

- **PRIX DE GROUPE**
- Vidange de fosse septique et de rétention
- Nettoyage des conduites par pression

GASCON
SERVICES SEPTIQUE

Cantley	819 827-2772	Aylmer	819 682-2672
La Pêche	819 456-2529	Shawville	819 647-2572

Les Puisatiers PROTECH
R.B.Q. 8006-9305-82

Du savoir-faire, de l'Eau
Puits...de l'Énergie!

Forage de puits artésien
Forage géothermique
Pompe submersible
Hydrofracturation
Tireur d'eau gratuit

réno-maître APCHQ

AEFQ

Canadian GeoExchange Coalition
Coalition canadienne de l'énergie géothermique

CAA Habitation Reconnaissance

819.827.8270
1.888.738.0848
forageprotech.com

Présentation de photos
Photo submission

L'Écho aimerait faire découvrir à tous ces petits trésors cachés un peu partout dans Cantley, que ce soit des personnes, des paysages, votre jardin ou votre cuisine.
Envoyez-nous vos photos, si vous croyez qu'elles valent la peine d'être vues.

Ce n'est pas un concours. L'espace étant limité, on ne peut pas vous assurer que toutes les photos vont paraître dans le journal. Pour être admissible, il faut mentionner l'endroit, le moment et l'auteur de la photo.

Envoyez vos photos à :
photo@echocantley.ca

The Echo of Cantley would like everyone to discover the hidden treasures found here and there in Cantley. It could be the people, places, gardens or even your kitchen sink, if you think it is interesting enough to show others. Shutterbugs, send us your favorite photos and we will try our best to publish them in our newspaper because space is limited.

It's not a contest. You won't win a prize, but you will earn bragging rights with your friends and family. In order for your photo to be eligible, simply identify the photographer, where and when you took it.

Send us your photos to:
photo@echocantley.ca

Ali Moayeri

Rosemary Eden

L'ENTREPÔT DU COUVRE PLANCHER
RAYMOND BRUNETTE
150 chemin Freeman, Gatineau (QC) J8Z 2B4
Tél. : (819) 770-4242 Fax. : (819) 770-8585
TAPIS / VINYLE / CÉRAMIQUE / BOIS : STRATIFIÉ, FRANC, LIÈGE
RBQ : 3065-0733-49

MORIN EXCAVATION
R.B.Q.: 8357 4913 01
Éric Morin 819 773-0277
www.morinexcavation.com
Courriel : eric@morinexcavation.com
Estimation gratuite
• Excavation, démolition
• Déboisement et terrassement
• Drain Français
• Creusage de fondation
• Réparation de fondation
• Installation de système septique
ADVANCED ENVIROSEPTIC BIONEST Incorporé à l'environnement

EXCAVATION
Mario Barbe
RBQ : 5682-9427-01
• Travaux septique
Ecoflo® BIONEST
• Excavation de tout genre
819-827-4356 | 819-962-4944

M. Richer
ISOLATION INC.
43, De Rimouski
Cantley (Québec)
J8V 2V4
Marc Richer
819-827-6611
R.B.Q. 8288-9528-13

MA-pier
MURS DE SOUTÈNEMENT
R.B.Q.8320-7274-15
Serge Legault
(819) 827-4576
www.mapier.ca
- Murs de soutènement (pierres naturelles)
- Stabilisation de berge
- Estimation
Couriel: info@mapier.ca

La récolte de glace

Margaret Phillips, *remerciements à Gary Blackburn et Hubert McClelland.*

Traduction de Marie-Josée Cusson

Autrefois, l'hiver était difficile pour les fermiers de Cantley. Ils étaient nombreux à laisser leur ferme aux mains de leur femme pour aller travailler ailleurs. Ceux qui décidaient de rester ici s'occupaient de tâches hivernales : des travaux essentiels à leur survie. L'un des plus importants était la production de blocs de glace.

Avant l'arrivée de l'électricité à Cantley dans les années 1950, les gens réfrigéraient leur nourriture dans une « glacière », qui était divisée en deux parties : le compartiment du haut pouvait contenir un bloc de glace et celui du bas, de la nourriture. Un tube de drainage allait du dessus de la glacière jusqu'à un plateau glissé en dessous. Les premières glacières étaient faites de bois doublé de métal. En été, il fallait remplacer la glace aux deux jours. Pour cette raison, il était essentiel d'empiler assez de blocs de glace dans le dépôt de glace de la ferme durant l'hiver pour pouvoir tenir toute l'année.

Le dépôt de glace des McClelland était une remise à paroi double située près de la grange. Pour l'isoler, on avait rempli l'intérieur des murs de sciures de bois et on en avait recouvert les quelque 200 blocs de glace empilés sur six pieds. La plupart des fermiers prenaient leurs sciures de bois chez Anthony Milks ou dans un autre moulin près de chez eux.

Pour le fermier et ses chevaux, la récolte de glace apportait son lot de risques. Quand il voyait qu'il y avait deux pieds de glace dans un plan d'eau, le fermier pouvait y conduire ses deux chevaux et sa charrette. Au moyen d'une tarière à glace, il perçait un trou pour créer de l'espace à la surface de l'eau. Ensuite, il découpait la glace à l'aide d'une longue scie bien aiguisée à une poignée, conçue spécialement pour couper à la verticale. Il devait aiguiser souvent sa scie pour ne pas qu'elle plie. Une fois découpés, les blocs lourds flottaient sur l'eau jusqu'à ce que le fermier les monte dans sa charrette au moyen de pinces à glace.

Imaginez à quel point il fallait de la force et de l'endurance pour récolter de la glace, en particulier lors des grands froids! Pour faire ce travail, les fermiers portaient des bottes de caoutchouc noir imperméables et non isolées. Quand ils avaient froid aux pieds, ils enfonçaient leurs bottes dans l'eau pour éviter les engelures. On dit que c'est Russell Blackburn qui a rapporté le plus grand nombre de blocs de glace avec sa charrette : 33 blocs. Il les a apportés dans le Marché By, à Ottawa, pour les vendre cinq sous par bloc. La cargaison était si lourde que les chevaux pouvaient à peine la tirer!

Parfois, des tragédies survenaient. Lola Foley raconte que des chevaux se sont noyés à la plage du barrage d'Hydro où son mari entaillait de la glace. Selon Gary Blackburn, il arrivait souvent que des chevaux défoncent la glace. Pour éviter que le cheval se noie, le fermier enlevait le harnais du cheval tombé dans l'eau. Ensuite, il attachait une lanière autour du cou du cheval pour que celui-ci s'étouffe, ce qui le faisait gonfler et flotter à la surface. Les autres chevaux tiraient ensuite le cheval hors de l'eau, puis le fermier retirait la lanière du cou du cheval et l'aidait à retrouver son souffle.

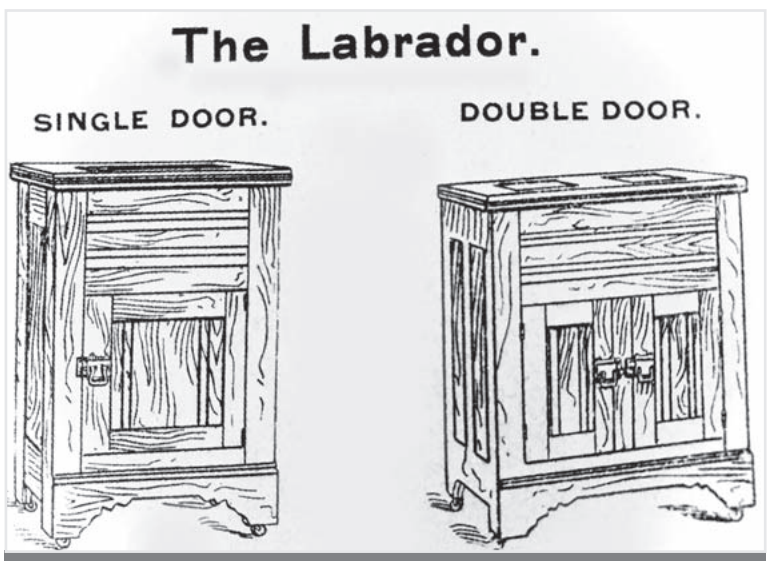
On récoltait la glace dans toutes les eaux qui étaient assez profondes. Les Blackburn la récoltaient dans la rivière Gatineau, au bout du chemin River, et les McClelland la prenaient dans le lac derrière la station satellite et dans le ruisseau Blackburn.

La prochaine fois qu'il vous viendra l'envie de vous plaindre de l'hiver, pensez un moment aux gens qui récoltaient la glace et aux hivers cantléens d'autrefois.

Consultez le site cantley1889.ca pour en savoir plus sur le patrimoine de Cantley.

Découpe de glace dans le ruisseau La Pêche, chemin Mill, Wakefield, 1934.
Photo : gracieuseté de la Société historique de la vallée de la Gatineau

Cutting ice on La Pêche Creek, Mill Road, Wakefield, 1934. *Courtesy Gatineau Valley Historical Society*



Glacière de 1899, catalogue Eaton : « fabriquée en bois, fini antique, loquets en bronze, entièrement doublée de zinc, étagères à provision en fer blanc »

Ice box 1899, Eaton Catalogue: "made of hardwood, antique finish, bronze lever locks, zinc lined throughout, tin provision shelves"

Ice Harvesting

Margaret Phillips, *with thanks to Gary Blackburn and Hubert McClelland.*

Winter was difficult for past generations of Cantley farmers. Many left their farms in the care of their wives so they could work elsewhere. Farmers who remained here had winter chores, work that was critical for survival. One of the most important was the cutting of ice blocks... or "cakes" as they were called here in Cantley.

Before electricity arrived in Cantley in the 1950s, food was refrigerated in an "ice box" which had an upper compartment for an ice block and lower compartment for storing the food. A draining tube ran from the top to a tray underneath the ice box. Early ice boxes were made of wood lined with metal. In summer, ice had to be replaced every 2 days, so in winter it was essential to stockpile enough ice blocks for the year in the farm's ice house.

The McClelland's ice house was a double-walled shed near the barn. As insulation, sawdust filled the walls and covered the approximately 200 ice blocks that were piled about 6 feet deep. Many farmers obtained their sawdust from Anthony Milks or another local sawmill.

Harvesting ice was dangerous for the farmer and his horses. Once the water froze to about 2 feet thick, he drove his two horses and sleigh on to the ice. Using his auger, he drilled a hole to create water space. Then, he cut the ice with a long, sharp, one-handle saw specifically designed to cut vertically. He had to sharpen his saw often so it wouldn't bind. Once cut, these thick heavy blocks floated on the water until the farmer lifted them on to his sleigh with his ice tongs.

Imagine how much physical strength and stamina harvesting required, especially in the freezing conditions! Farmers wore black waterproof, non-insulated rubber boots for the job. If their feet were cold, they filled their boots with the water to prevent frostbite. It is reputed that the largest number of ice cakes ever drawn on a sleigh was 33 by Russell Blackburn. He took them to Ottawa's Byward Market to be sold for 5 cents a cake. The load was so heavy the horses could hardly pull the sleigh!

Tragedies happened. Lola Foley told of a team of horses that tragically drowned at the Hydro Dam Beach where her husband Ray cut ice. According to Gary Blackburn, horses often fell through the ice. To prevent drowning, the farmer took the harness off the horse while it was in the water, then attached a choking line around the horse's neck, causing the horse to inflate and float on top of the water. He used the other horse to pull it to safety, released the choke and helped the horse to breathe again.

Ice was harvested from any water deep enough. The Blackburn's cut ice from the Gatineau River at the end of River Road, the McClelland's from the lake behind the satellite station and from Blackburn Creek.

Next time you complain about winter, take a moment to think of the ice harvesters and Cantley winters of bygone times.

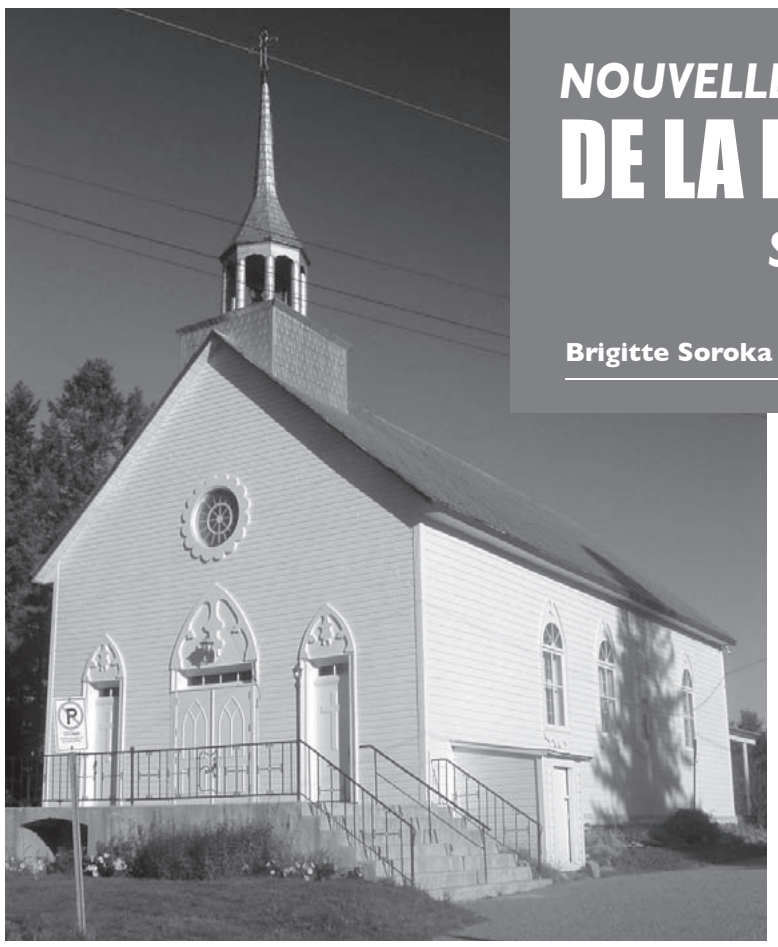
Please visit cantley1889.ca to discover more about Cantley's heritage.

Glacière, ferme McClelland (au milieu des années 1900) – compartiment supérieur pour le bloc de glace; compartiment inférieur (avec tablettes) pour la nourriture; trou de drainage pour la glace fondue (en bas à droite). *Photo : gracieuseté d'Hubert McClelland.*

Ice box, McClelland farm (mid 1900's) - upper area for ice block; lower (with shelf supports) for food; drainage hole for melting ice (bottom right). *Courtesy Hubert McClelland.*

Gary Blackburn et la scie à glace de son père. Ses dents en angle devaient être souvent aiguisées.

Gary Blackburn demonstrating his father's ice saw. Its angled teeth had to be sharpened often.



NOUVELLES DE LA PAROISSE STE-ÉLISABETH DE CANTLEY

Brigitte Soroka

Dimanche 10 février, 11 h – Messe dédiée aux couples qui célébreront, en 2019, un anniversaire de mariage spécial (5, 10, 15 et plus années de mariage). Si vous célébrez un tel anniversaire et désirez partager votre joie avec la communauté, veuillez téléphoner au secrétariat de la paroisse pour en faire part.

Jusqu'à la mi-mai : Inscription à la confirmation – Les baptisés âgés de 15 ans et plus sont invités à faire une démarche pour « confirmer » leur foi. Pour vous inscrire, veuillez laisser vos coordonnées au secrétariat de la paroisse. La démarche de préparation à la confirmation se fera à la fin du mois de mai.

Site Internet du diocèse de Gatineau – Le site Internet de l'archidiocèse de Gatineau déborde d'informations intéressantes. Pour lire le bulletin hebdomadaire bilingue du diocèse, rendez-vous au diocesegatineau.org et cliquez sur l'onglet *Communications* et puis *Bulletins hebdomadaires*.

Appel aux entreprises de la région – Pour faire connaître votre entreprise, ainsi que les services que vous offrez, c'est le temps d'ajouter votre publicité à celles qui figurent sur le *Semainier paroissial*! Pour obtenir des renseignements additionnels, veuillez téléphoner au secrétariat de la paroisse.

ST. ELIZABETH'S CATHOLIC CHURCH

ENGLISH SECTOR

www.steelisabeth.org

Gerald Burke

Located at: 47 St. Elizabeth Road Cantley, QC J8V 3E8 819-827-2004

We warmly invite you to celebrate Mass every Saturday at 5 p.m.

Come and join us for Word, Eucharist, prayer and song

In Praising God – Would you consider praying The Lord's Prayer along with a decade of the Rosary each day?

Ash Wednesday and Lent

Lent begins on Ash Wednesday, March 6 this year.

The Seven Sacraments of the Catholic Church

Baptism, Confirmation, Holy Communion (also known as the Eucharist), Confession (also known as Penance or Reconciliation), Marriage (also known as Matrimony), Holy Orders (also known as Ordination) and Anointing of the Sick (also known as Extreme Unction or Last Rites).

The Precepts of the Church (from the Catechism)

Have a look at the catechism on line: **http://www.vatican.va/archive/eng0015/_index.htm**

The Divine Mercy Message and Devotion

The message of The Divine Mercy is simple. It is that God loves us – all of us. And, he wants us to recognize that His mercy is greater than our sins, so that we will call upon Him with trust, receive His mercy and let it flow through us to others. Thus, all will come to share His joy.

The Chaplet of the Divine Mercy is recited using ordinary rosary beads of five decades. The Chaplet is preceded by two opening prayers from the Diary of Saint Faustina and followed by a closing prayer:

1. **Make the Sign of the Cross**
2. **Optional Opening Prayers:** You expired, Jesus, but the source of life gushed forth for souls, and the ocean of mercy opened up for the whole world. O Fount of Life, unfathomable Divine Mercy, envelop the whole world and empty Yourself out upon us.

(Repeat three times)

O Blood and Water, which gushed forth from the Heart of Jesus as a fountain of Mercy for us, I trust in You!

3. **Our Father**
4. **Ten Hail Marys**
5. **The Apostle's Creed**
6. **The Eternal Father**
7. **Conclude with Holy God (Repeated three times):** Holy God, Holy Mighty One, Holy Immortal One, have mercy on us and on the whole world.
8. **Optional Closing Prayer:** Eternal God, in whom mercy is endless and the treasury of compassion — inexhaustible, look kindly upon us and increase Your mercy in us, that in difficult moments we might not despair nor become despondent, but with great confidence submit ourselves to Your holy will, which is Love and Mercy itself.

God Bless!

Beau temps, mauvais temps!

Société Saint-Vincent de Paul

Josée Fortin

Telle fut la fin de semaine de la guignolée 2018, un samedi idéal pour parcourir les rues de Cantley, mais un dimanche glissant sous la pluie. Néanmoins, les bénévoles, bien déterminés à remplir leur mission, ont fait une récolte fructueuse grâce à la générosité de nos citoyens. Les lutins de la salle paroissiale ont trié les denrées, garni le local de conserves, confectionné trente-cinq paniers de Noël, compté l'argent et mis la monnaie en rouleaux, empaqueté des cadeaux et cuisiné un souper pour la centaine de bénévoles.

La contribution de nos marchands locaux a aidé grandement au bon fonctionnement de cet événement annuel. L'épicerie IGA de la famille Charles, qui vous sollicite à la caisse, recueille les denrées des résidants que nous n'avons pas joints et offre un tirage pour les donateurs. La pharmacie Familiprix a offert gracieusement tout le nécessaire en produits hygiéniques pour nos paniers de Noël et le restaurant Tim Horton a fourni le café pour réchauffer nos bénévoles.

Nous devons également souligner la participation active des membres du conseil municipal qui ont mis à profit un exercice qu'ils connaissent bien, soit le porte-à-porte.

Les membres de la Société St-Vincent de Paul de Cantley vous remercient d'avoir fait un succès de cette grande corvée pour aider nos voisins moins fortunés durant la période des Fêtes, tout comme durant le reste de l'année.

CLUB FADOQ

Les Étoiles d'argent de Cantley

Richard Matte, *Président*

Tél. : 819 827-0398

Le Club des aînés de Cantley s'agrandit toujours. Nous avons maintenant plus de 345 membres. **Merci!**

Les membres du Club s'inscrivent pour différentes raisons : les activités du mercredi, le Scrabble, le baseball poche et les cartes (500). Le premier mercredi du mois, il y a toujours un déjeuner au resto, le troisième mercredi, des quilles en avant-midi à la salle Gréber. Ils profitent aussi des rabais que leur procure la carte FADOQ : assurances, restaurants et autres.

Nous avons terminé l'année 2018 par deux activités. La première a été le déjeuner de la guignolée au cours duquel nous avons remis à la **Société Saint-Vincent de Paul** plus de **345 $** et beaucoup de denrées non périssables. La deuxième, le souper de Noël, a été un franc succès : très grande participation, excellent repas, beaux prix et belle soirée dansante animée par Marcel Beaudry.

Les marcheurs sont de plus en plus nombreux. Tous les mardis à 10 h, nous avons une randonnée d'une heure à différents endroits. Vérifiez l'infolettre de la FADOQ pour connaître les trajets.

Si vous êtes intéressés à vous joindre à nous, présentez-vous le mercredi à la salle paroissiale au 47, chemin Ste-Élisabeth de Cantley vers 12 h 30. Vous serez très bien accueillis.

Clinique de Denturologie
Alain Michaud, DD
FABRICATION ET RÉPARATION
DE PROTHÈSES DENTAIRES AMOVIBLES
Tél.: 827-0060
Sur rendez-vous
678, Mtée de la Source
Cantley (QC) J8V 2G9

DUBEAU EXCAVATION
LOCATION
Pelle
Backhoe
Bulldozer
Marteau hydraulique
Installation de système septique
Terrassement
Robert 819 664-5281 rbq 2557-2942-57
André 819 664-5289 rbq 8346-7571-46
Bureau 819 827-1044
Fax 819 827-4920

ÉRIC PELLETIER
SEPTIQUE GÉNIE
Plans d'installations septiques,
plans de drainage et autres ...
Éric Pelletier, T. P.
Cantley, Qc
Téléphone: (819) 665-7535
septique.genie@videotron.ca
MEMBRE DE L'ORDRE DES TECHNOLOGUES PROFESSIONNELS DU QUÉBEC

VAILLANT EXCAVATION
Transport Leblanc
ACCOMPAGNER | OPTIMISER | EXÉCUTER
Services résidentiels
• Terrassement
• Excavation
• Installations septiques
• Matériaux en vrac
• Vente de terrains
Services aux entrepreneurs
• Camionnage
• Location d'équipements lourds avec opérateur
• Génie civil
info@vaillantexcavation.ca
819-827-0555
www.vaillantexcavation.ca

Rapport trimestriel de la Table autonome des aînés des Collines

Colin Griffiths

La Table autonome des aînés des Collines agit dans toutes les municipalités de la MRC des Collines de l'Outaouais. Nous fournissons des services aux aînés et faisons du lobbying pour eux. Nous ne sommes pas une organisation récréative ou sociale, comme le Club Lions de Cantley ou Les Étoiles d'Argent de Cantley, mais nous reconnaissons que les aînés de notre région sont confrontés à des problèmes de santé et des problèmes sociaux importants pour lesquels des services sociaux indépendants sont nécessaires.

Ce mois-ci nous présentons deux de nos services. L'un de nos objectifs est d'aider les aînés à continuer de vivre seuls à la maison. Non seulement cela continue de leur donner la liberté et la dignité de leur propre environnement familier, mais contribue également à réduire la demande et les coûts des autres services de santé.

Notre service *Mon Ange Gardien* fournit un service d'alarme à distance. Les aînés qui se retrouvent en difficulté chez eux peuvent communiquer en utilisant un bouton sur un bracelet ou un collier qu'ils portent. Lorsqu'ils sont stressés ou blessés, ils peuvent utiliser l'appareil pour communiquer avec leur famille ou leurs voisins et ainsi obtenir une aide immédiate. Nous agissons en tant qu'intermédiaire en fournissant ces appareils à un coût subventionné pour les aînés à faible revenu.

En second lieu, dans le cadre de notre service, ITMAV (Initiative de travail en milieu auprès des aînés vulnérables), nous organisons des visites aux personnes âgées afin de les aider à définir les situations d'abus possibles. Les escroqueries par courrier électronique sont des abus qui peuvent entraîner la perte de fonds substantiels sur les comptes bancaires des aînés. Lorsque la technologie pose un défi pour un aîné, les appels à l'aide ou les menaces peuvent sembler bien réels et mériter son attention. De tels courriels sont des arnaques, et les aînés doivent les reconnaître immédiatement. Tout appel d'un étranger est suspect. Tout appel qui demande de donner les numéros de compte bancaire ou de virer une somme d'argent par bitcoin doit être ignoré. Si quelqu'un prétend avoir piraté un compte de messagerie, ce message doit être ignoré. Les aînés devraient se demander quelles sont les autres preuves de cette affirmation. Est-ce que les courriels ont été altérés d'une autre manière, ce qui indiquerait que quelqu'un a vraiment accès au compte de messagerie ? Sinon, personne n'a piraté le compte courriel. Le pirate informatique a piraté un serveur non sécurisé et a obtenu une liste d'adresses courriels et de soi-disant mots de passe. L'abus par la technologie est réel. Mais si les aînés prennent des précautions raisonnables, ils seront en sécurité. Il ne faut pas tomber dans une telle arnaque. Il faut supprimer le message et ne pas répondre.

Enfin, la Table autonome des aînés des Collines organise une réunion pour les aidants naturels le mardi 5 février, à Cantley. Plus de détails sont dans le présent numéro de *L'Écho*. Nous invitons les aînés à y assister, afin de découvrir ce que nous faisons pour leur communauté.

Pour plus de renseignements, consultez notre site à **https://www.tabledesainesdescollines.org**, ou téléphonez à **819 457-9191**.

Quarterly report from the Des Collines Seniors' Roundtable

The Des Collines Seniors' Roundtable operates throughout the municipalities of the MRC des Collines de l'Outaouais. We are not a recreational or social organization like the "Cantley Lions Club" or "Les Étoiles d'Argent de Cantley". We provide services to seniors and lobby on their behalf because we recognize that there are significant health and social problems faced by seniors throughout our region for which independent social services are required.

This month, two of our services will be featured. One of our goals is to help seniors continue to live in their own homes. Not only does this continue to give them the freedom and dignity of their own familiar surroundings, but it helps reduce the demand and costs of our other health services.

Our "Help Call" ("Mon Ange Gardien") service provides a remote alarm service. Seniors who find themselves in difficulty in their own homes can communicate using a button on a bracelet or necklace that they wear. When stressed or injured, they can use the device to reach out to family or neighbours for immediate assistance. We act as an intermediary in providing these devices at a subsidized cost for seniors with low incomes.

A second service is ITMAV – "Initiative de travail en milieu auprès des aînés vulnérables" (Outreach Initiative for Vulnerable Seniors). We provide visits to seniors to help identify situations of potential abuse.

One type of abuse that concerns us is email scams that can result in the loss of substantial funds from seniors' bank accounts. When technology is a challenge for a senior, appeals for help or threats made using emails can sound very real and worth attention. Such emails are scams, and seniors need to recognize this immediately. Any appeal from a stranger is suspect. Any appeal that asks a senior to quote his or her bank account number or to transfer a sum of money by bitcoin should be ignored. If somebody is claiming to have hacked a senior's email account, the senior can very safely ignore this. A senior should ask himself or herself what other evidence is there of this claim. Has the email been tampered with in any other way? Has someone really got access to the senior's email account? If not, the email account has not been hacked. The hackers have hacked another online server, unintentionally insecure, and gained a list of email addresses and supposed passwords. Abuse through technology is real. But if seniors take reasonable precautions, they will remain safe. They shouldn't fall for this criminally abusive kind of scam. They should just delete these messages and not respond.

The Seniors' Roundtable is hosting a meeting for caregivers in Cantley on Tuesday, February 5. Details can be found elsewhere in this issue of the *Echo*. All seniors are welcome to come out and see for themselves what we can do for them.

For more information visit us at **https://www.tabledesainesdescollines.org**, or call **819-457-9191**.

Josué Jude Carrier

La Table autonome des aînés des Collines organise plusieurs activités pour les proches aidants en ce début d'année 2019, c'est-à-dire :

- Nos cafés-rencontres durant lesquels nous nous rencontrons pour échanger sur nos réalités de proches aidants et cela, dans la chaleur humaine et le respect :

- Le mardi 12 février, de 13 h à 15 h, au 17, chemin du Manoir (salle Marcel-Périard à côté de la bibliothèque) à Perkins;
- Le jeudi 14 février, de 13 h 30 à 15 h 30 (la Saint-Valentin), au 9, chemin Passe-Partout (CLSC) à Masham;
- Le lundi 25 février, de 13 h à 15 h, au 32, rue des Saules (salle de quilles de La Lièvre) à Notre-Dame-de-la-Salette.

- Conférence de Nadine Bergevin sur les saines habitudes de vie

- Le mardi 5 février, de 13 h 30 à 15 h 30, au 1694, montée de la Source (nos bureaux) à Cantley.

Cette rencontre aidera les proches aidants à s'outiller pour reconnaître leurs besoins et apprendre comment arriver à les satisfaire malgré un horaire physique et psychologique difficile, consacré au service de leurs proches aînés ou malades. Prenez cette bonne résolution en début d'année d'aller au-devant de vos besoins et faites de vous votre priorité, dans le respect de soi et la gratitude.

La Table autonome des aînés des Collines offre aussi aux proches aidants de la grande région des Collines un service de répit professionnel et chaleureux pour seulement 5 $/heure (minimum de trois heures).

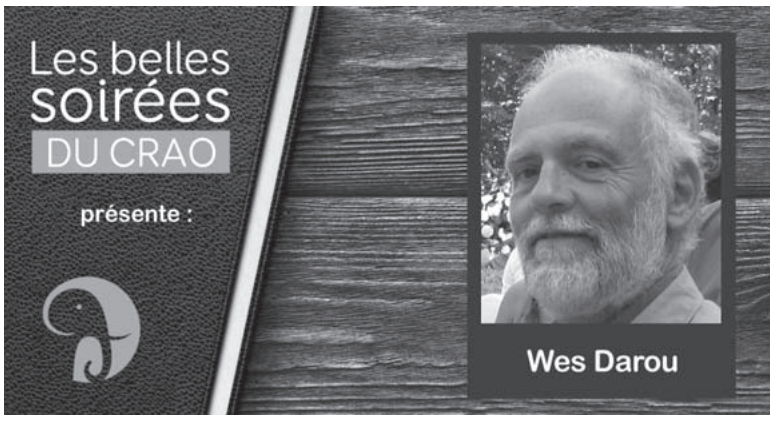
Pour plus d'information et vous inscrire, téléphonez-moi au **819 457-9191**, **poste 242** ou au numéro sans frais **1 855 662-4637**. Mon nom est **Josué Jude Carrier**.

INVITATION À LA CONFÉRENCE

COMMUNIQUÉ

Gatineau 9 janvier 2018 - Dans le cadre de la série de conférences

***Les belles soirées du CRAO*, Le Centre régional d'archives de l'Outaouais convie le grand public et les passionnés d'histoire à assister à la présentation de la conférence du 7 février prochain :**



Les vestiges de la guerre pour l'ascendance protestante

L'Ordre d'Orange, une association fraternelle secrète, protestante, anticatholique et extrêmement conservatrice, fut établie en Irlande en 1796 et en Ontario en 1830. L'Outaouais est la région du Québec où les Orangistes ont été le plus actifs. Par contre, ils ne démontraient pas le même niveau de haine et de violence vu ni en Irlande et ni en Ontario. La présentation vise à donner une brève histoire de l'Ordre d'Orange, un aperçu des activités orangistes dans l'Outaouais, quelques citations des comptes rendus venant du fonds Geggie de la BAnQ et les vestiges des 11 loges encore en existence dans l'Outaouais.

À propos du conférencier

Wes Darou a pris sa retraite de l'Agence canadienne de développement international (ACDI) en 2010 où il dirigeait l'équipe de gestion des risques. Il détient un doctorat en éducation de l'Université McGill et une maîtrise en génie environnemental de l'Université de Waterloo. Ses centres d'intérêt portent sur la communication interculturelle, l'éducation en Afrique, la généalogie et la situation des Premières nations. Ses publications récentes incluent des articles sur la mine Haycock à Cantley, le counseling avec les Premières nations et bien sûr l'Ordre d'Orange.

CENTRE RÉGIONAL D'ARCHIVES DE L'OUTAOUAIS

7 février 2019 à 19 h

Maison de la culture

855, boulevard de la Gappe, 2e étage, local 211.

Gratuit pour les membres du Centre régional d'archives de l'Outaouais - 5 $ pour les non-membres

Réservez votre place au **info@craoutaouais.ca**

ou au **819 243-2345** poste **3205**

Payable en argent comptant à l'entrée le jour même.

Cette conférence est une initiative du Centre régional d'archives de l'Outaouais

Photos de Cantley mal classées aux Archives de la Ville d'Ottawa :
Dédicace de la loge Orange de Cantley, LOL 2116, 4 juillet 1954

Cantley photos misfiled in the City of Ottawa Archives:
Dedication of the Cantley Orange Hall, LOL 2116, July 4, 1954

Photo Credits:
"Contley (sic) P.Q. Orange Hall Dedication", Archives de la Ville d'Ottawa / City of Ottawa Archives, avec permission.

Art de l'Ordinaire AGA 2019

Kristina Jensen

Photo : Kristina Jensen, Gérald Lanoix, Dany Faucher, Réné-Lyne Emery, Suzanne Lacourcière, Yves Gagnon, Diane Hudon

Encore cette année, la bibliothèque municipale de Cantley a été le lieu de l'assemblée générale annuelle de l'un des collectifs d'artistes et artisans les plus dynamiques de notre région: Art de l'Ordinaire.

La réunion, qui s'est tenue le 15 janvier, a débuté avec les mots de bienvenue prononcés par le président, Gérald Lanoix, qui a accueilli chaleureusement le groupe de participants, restreint mais enthousiaste.

L'assemblée générale annuelle comprenait une présentation par le président des faits saillants de l'année écoulée, un appel par le secrétaire, René-Lyne Emery, soulignant le besoin pressant d'un taux de participation plus accru, ainsi que le rapport financier annuel par la trésorière.

Des élections ont suivi et l'Association a pu compléter la liste d'administrateurs! Ce n'est pas un mince exploit dans le monde d'aujourd'hui occupé et apathique.

Les membres ont été invités à faire part de leurs suggestions et de leur vision concernant d'éventuels événements en 2019.

Une discussion informelle a suivi et la réunion s'est terminée juste avant la fermeture de la bibliothèque… Mission accomplie pour une autre année!

Cantley's artist group, Art de l'Ordinaire elects its new board of directors

Once again this year, Cantley's municipal library was the backdrop for the Annual General Assembly of one of our region's most vibrant collectives of artists and artisans: Art de l'Ordinaire.

Gérald Lanoix, President of Art de l'Ordinaire, opened the January 15 meeting, welcoming the small but enthusiastic group of participants. The meeting included a report by the President on the highlights of the past year, a rousing call for increased participation by the Secretary, René-Lyne Emery, and the annual financial report tabled by the Treasurer.

Elections followed and the Association was able to complete a full roster of administrators. No small feat in today's busy, apathy-rife world!

Members were invited to submit their suggestions and vision for possible events in 2019. An informal discussion ensued and the meeting adjourned just before the library's closure … Mission accomplished for another year!

MOT DU PRÉSIDENT

Une autre année vient de s'écouler pour l'association Art de l'Ordinaire. Tout comme l'année précédente, 2018 a été marquée de nombreux changements et une volonté de poursuivre le travail entrepris par nos prédécesseurs. Continuité et nouveauté ont été les défis relevés par nos bénévoles qui ont consacré de nombreuses heures pour appuyer les artistes et les artisans de Cantley.

Rassembler et promouvoir la culture à Cantley continue d'être la mission première de notre association. Tout comme en 2017, des efforts considérables ont été réalisés en 2018 afin d'augmenter notre collaboration auprès des représentants de la Municipalité et ce, pour le bénéfice de nos deux organisations.

Fort encourageant, l'année 2018 a également été marquée par une augmentation du taux de participation de nos membres aux diverses activités organisées. Malgré les difficultés rencontrées en cours de route, l'année 2018 a été une réussite.

Cette année, un nouveau défi se présente à nous; l'amélioration des services aux membres. Afin d'y parvenir, nous avons cependant besoin de votre aide. Je vous encourage donc à partager vos idées et vos opinions, votre implication est précieuse au développement de notre association, le travail d`équipe est notre force.

La venue du nouveau centre multifonctionnel de Cantley nous offre la possibilité d'organiser de nombreuses activités, comme par exemple la tenue d'ateliers, de conférences, un marché de Noël, etc. Toutefois, pour réaliser de telles activités et encourager les membres du conseil à participer, nous avons besoin de votre appui.

Je profite de cette tribune pour souligner le travail extraordinaire de nos membres et de certains bénévoles sans qui nos nombreux projets n'auraient pu être réalisés. Merci à Lucie St-Amour de ses nombreux conseils et de sa participation lors de représentations auprès de divers organismes. Je ne peux passer sous silence l'excellent travail de René-Lyne Emery qui, en plus de son appui comme secrétaire de l'Association, a su mener de main de maître notre participation à Cantley en fête. Merci également à Yves Gagnon de ses conseils et son appui dans la réalisation de nos activités. Merci à Kristina Jensen de son aide précieuse relativement à la trésorerie et finalement, merci à Lise Brunette qui a organisé au printemps dernier, et pour une deuxième année consécutive, l'activité « Échange de vivaces » ayant permis à nos membres de se rencontrer et d'échanger dans un autre contexte.

C'est grâce à votre implication dans nos diverses activités, au soutien financier de nos partenaires et de nos commanditaires que l'Association peut poursuivre sa mission et continuer à faire connaître ses artistes et artisans au niveau local ou régional. Merci à tous de votre implication.

Gérald Lanoix, président

Manoir de la Forêt
CENTRE D'ÉVÉNEMENTS | EVENT CENTRE

Souper de la Saint Valentin
Valentine's Day Dinner

Jeudi 14 Février | Thursday, February 14th: 18h30

Souper à la chandelle accompagné du talentueux guitariste *Garry Elliott*.

Dine by candlelight accompanied by talented guitarist *Garry Elliott*.

Concert de la Saint Patrick
St Patrick's Day Concert

Samedi 16 Mars | Saturday, March 16th: 20h00

Venez danser et célébrer la Saint Patrick avec *Jessica Pearson and the East Wind*!

Kick up your heels & celebrate St. Patrick's Day with *Jessica Pearson and the East Wind*!

Samedi 2 Mars & Dimanche 3 Mars
Visitez-nous au *Salon du Mariage | Centre EY*

Saturday, March 2nd & Sunday, March 3rd
Visit us at the *Ottawa Wedding Show | EY Centre*

Dimanche 10 mars de 11h00 à 16h00
Passez faire un tour lors de nos *Portes Ouvertes*

Sunday, March 10th from 11am to 4pm
Come for a tour during our *Open House*

Consultez notre site web pour la liste complète d'événements à venir!
Consult our website for the complete list of upcoming events!

www.manoirdelaforet.com | 819-827-0086 | info@manoirdelaforet.com
32 Chemin River, Cantley, Québec, J8V 3A1

UN ACCOMPAGNEMENT SUR MESURE, À CHAQUE ÉTAPE DE VOTRE VIE

caissedegatineau.com

Desjardins
Caisse de Gatineau

Me Sylvain Lemyre
AVOCAT - BARRISTER - ABOGADO
SYLVAINLEMYREAVOCAT.COM
T 819.771.5916
F 819.771.8540
slemyre@sylvainlemyreavocat.com
115, rue Wright, Gatineau, Québec, J8X 2G8

RENOVATION Prud'homme INC
Entrepreneur général

Claude Prud'homme
Propriétaire
819 827-9249
RBQ : 5698-1562-01

www.renovationprudhomme.com

4, Impasse de la Chute, Cantley, Qc. J8V 3B6

Chronique littéraire

Marie-Josée Bédard

Pour vous réchauffer en ce mois d'hiver, plongez-vous dans un bon roman! Voici mes suggestions

À l'ombre de la mine de France Lorrain

J'aime beaucoup cette auteure car elle nous emmène constamment ailleurs. Après *Au chant des marées* qui nous a fait découvrir une île bien particulière, nous voici au cœur d'une mine de l'Abitibi. Les paysages décrits sont, encore une fois, à la hauteur du talent de France Lorrain.

Dans ce récit, on découvre la vie de Jeanne et de Kristoff, un jeune couple qui habite dans un village minier. Il est intéressant d'apprendre tout ce qui touche l'univers des mineurs et leurs conditions de travail dans les années 1930. Le système de ventilation n'était vraiment pas adéquat et le travail était très exigeant physiquement. J'ai aimé le caractère fort et dévoué de Kristoff. Je me suis beaucoup attachée à la belle Jeanne qui vit avec beaucoup de culpabilité sa difficulté à enfanter. Malgré tout, elle garde le moral, elle est charmante avec tout le monde qui l'entoure, elle a un cœur grand comme la terre.

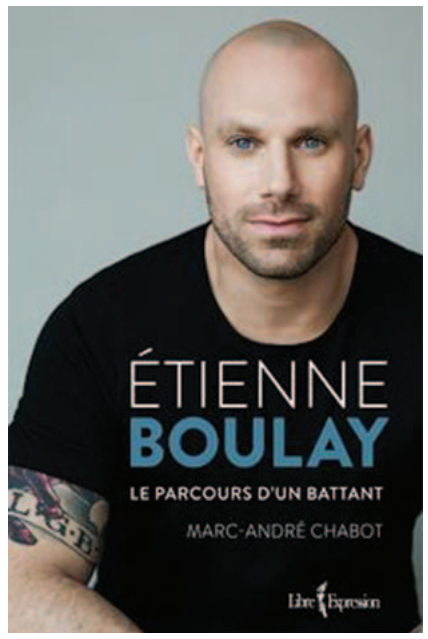
Les événements et les rebondissements se succèdent dans ce roman. Je suis restée accrochée et j'avais vraiment hâte à la suite. France Lorrain est passée maître dans l'art de créer des personnages attachants et des récits qui nous bouleversent. Elle sort des sentiers battus et nous emmène dans des coins du Québec et des époques qui méritent d'être connus.

Que cherches-tu, Éloïse? de Josyane Bissonnette

J'ai apprécié découvrir l'Allemagne et la Suisse à travers l'histoire d'Éloïse. L'auteure nous transporte de l'autre côté de l'océan assez rapidement dans le récit, ce que j'ai aimé. On apprend à connaître la jeune fille et sa copine Laurence à travers leurs aventures dans ces pays.

J'ai beaucoup aimé la trame de fond de l'histoire. Éloïse n'est pas jeune et naïve mais plutôt constamment en questionnement. Je crois que cela m'a même permis de me questionner moi-même sur le sens de la vie! Éloïse cherche à connaître ses rêves, ses projets, ses ambitions et c'est à travers ses visites avec Bastian, ses rencontres avec Diane et ses moments de réflexion que l'histoire coule doucement et se lit rapidement. Le personnage de Laurence m'a drôlement divertie et fait rire plus d'une fois! Elle semble avoir un sacré caractère! On s'attache facilement à la douce Éloïse.

Étienne Boulay : Le parcours d'un battant de Marc-André Chabot



Le récit, la façon dont ce livre est écrit m'a complètement envoûtée. Bon ok, je l'avoue, je ne suis pas fan finie de football. Je n'y connais pas grand chose. Donc, j'ai trouvé un peu longues toutes les descriptions sur les positions et les jeux mais pour connaître réellement l'histoire de Boulay, je ne pouvais pas y échapper. La moitié du livre est consacrée à sa carrière peu ordinaire de footballeur, de ses débuts jusqu'à sa dernière partie avec les Argos de Toronto. On commence peu à peu à entrer dans le côté le plus sombre d'Étienne, la bête comme dirait l'auteur.

Ensuite, on en vient à savoir comment tous ses problèmes ont commencé. J'ai eu vraiment l'impression d'entrer dans le cœur d'Étienne Boulay, de connaître ses pensées, ses peurs mais aussi ses victoires. Marc-André Chabot a su écrire une biographie touchante et accessible à tout le monde, fan de football ou non. On comprend mieux ce qui peut se passer dans la tête d'un sportif professionnel. Vraiment, je vous recommande chaudement cette lecture qui vous permettra de vous mettre dans la peau de cet athlète et animateur chouchou des Québécois.

Pour encore plus d'avis littéraires, consultez mamanlectrice.ca ou la page Facebook Maman lectrice!

Chantal Gosselin, une championne de chez nous

Luc Ostiguy

Chantal Gosselin œuvre sur le circuit cycliste sur route Maîtres depuis plusieurs années. Au cours de ces années, Chantal a décroché de beaux titres :

- Championne canadienne 2015 chez les Maîtres 30–39 ans;
- Vice-championne canadienne 2012, 2013 et 2014 chez les Maîtres 30-39 ans;
- Vice-championne canadienne 2016 chez les Maîtres 30-39 ans;
- Championne québécoise 2016 chez les Maîtres 40 ans et plus.

L'objectif de Chantal pour 2018 était de participer aux Championnats du monde – Maîtres à Varese dans la région de Lombardie en Italie, entourée de magnifiques lacs où les Alpes forment la frontière Suisse-Italie. De toute beauté!

Cependant, pour s'y rendre, il faut se qualifier. En juin dernier, Chantal a pris le départ de la course The Blue Mountains Gran Fondo - UCI Gran Fondo, tenue au bord de la baie Georgienne en Ontario. *The Blue Mountains Gran Fondo* est l'une des 21 courses disputées à travers le monde pour sélectionner les participants aux championnats du monde – Maîtres. Un parcours digne d'une qualification d'un Championnat du monde. Un gain en élévation de 2 100 m sur une distance de 130 km! Chantal monte sur la troisième marche du podium dans la catégorie 40-44 ans. Sa belle performance lui donne un laisser-passer pour représenter le Canada aux Championnats du monde – Maîtres.

À partir de ce moment, Chantal se concentre sur les Championnats du monde. En préparation, une semaine avant son départ pour l'Italie, Chantal remporte les Championnats québécois chez les Maîtres 40 ans et plus en Beauce.

En plus de prendre le départ de la course sur route aux Championnats du monde, Chantal est sélectionnée pour faire partie de l'équipe canadienne à relais, équipe composée de trois hommes et une femme.

Participer à la course à relais permet à Chantal de réaliser son rêve. L'équipe composée de Bruce Bird, Dan Martin, Michel Jean et Chantal offre toute une performance et monte sur la deuxième marche du podium et décroche la médaille d'argent pour le Canada. Tout un exploit!

Félicitations, Chantal! Une championne de chez nous!

Les bénévoles : source de vie de *L'Écho de Cantley*

K. Jensen

Photos : Ali Moayeri

Cette année encore, la grande famille de *L'Écho de Cantley* s'est rassemblée pour ce qui est maintenant une tradition : souligner les multiples réalisations de l'équipe.

Le conseil d'administration était ravi de souligner la contribution extraordinaire des bénévoles, un petit groupe de gens dévoués qui écrivent, révisent et traduisent les articles qui alimentent toute l'année les pages de notre journal local bilingue.

C'est donc le dimanche 13 janvier au Manoir de la forêt que l'équipe s'est réunie pour un brunch au cours duquel les citoyens ordinaires qui accomplissent un travail extraordinaire pour la publication de chaque numéro ont été à l'honneur.

De chaleureux échanges ont eu lieu autour du foyer du Manoir alors que les bénévoles causaient tout en oubliant le froid rigoureux des derniers jours. Certains ont fait part de ce qui les avait poussés à devenir bénévoles pour le journal, d'autres en ont profité pour prendre des nouvelles de leurs collègues de *L'Écho*; les nouveaux visages ont été accueillis dans cette ambiance conviviale.

La partie plus officielle de l'événement, restreinte au minimum, consistait en un discours de la présidente au nom de tout le conseil d'administration, lequel a été suivi d'un savoureux goûter composé de charcuteries, salades, sandwichs et desserts.

Pourquoi attendre le printemps?

Vous avez déjà pensé à vous impliquer dans la communauté? Joindre l'équipe de *L'Écho de Cantley* est peut-être exactement ce qu'il vous faut.

L'Écho de Cantley fournit un cadre de travail sécuritaire et enrichissant en plus de possibilités illimitées de croissance personnelle. Nous offrons aussi de la formation et du mentorat à tous nos bénévoles.

Donnez ce que vous pouvez, sans culpabilité.

L'engagement envers *L'Écho* se fait sans obligation. Nous comprenons que les bénévoles nous donnent un cadeau précieux : leur temps. Nous l'acceptons avec reconnaissance.

Cette année sera particulièrement spéciale, car l'équipe fête ses 30 ans, en même temps que la municipalité de Cantley, qui a aussi vu le jour en 1989.

Si vous disposez de quelques heures par mois et souhaitez faire profiter de vos compétences ou en acquérir de nouvelles, *L'Écho* propose une myriade de possibilités de bénévolat. Les journalistes sont toujours recherchés, surtout pour couvrir les activités de fin de semaine. Nous avons aussi besoin de photographes amateurs pour immortaliser les activités.

Les tâches de production sont variées et abondantes. Nous avons toujours besoin de personnes possédant les compétences linguistiques pour traduire, corriger et réviser des textes de l'anglais au français et vice versa.

Si vous aimez plutôt la gestion, une belle option est de vous joindre au conseil d'administration.

C'est le temps comme jamais de changer les choses dans notre communauté! Communiquez avec nous pour en savoir davantage.

Volunteers: The heartbeat of the *Echo of Cantley*

Once again this year, the extended family of the *Echo of Cantley* gathered in what has become an annual tradition: Celebrating the team's many achievements.

The Echo's board of directors were eager to acknowledge the stellar contribution of their volunteers, a small but dedicated group of people who write, edit, revise or translate the articles that grace the pages of Cantley's bilingual community newspaper throughout the year.

The event, a luncheon held Sunday, January 13 at La Manoir de la Forêt, brought the team together to proudly recognize the ordinary citizens who accomplish the extraordinary each and every edition.

Warm exchanges took place in front of the Manoir's fireplace, as volunteers chatted, forgetting about the frigid weather in the past few days. Some shared how they were inspired to become involved, others caught up on each other's news, and new friends were welcomed to the team in an informal setting.

The formal portion of the event was kept to a minimum and included words of thanks from the President, on behalf of the Board.

It was followed by a tasty lunch of charcuterie plates, salads, sandwiches and sweets.

Why wait for spring? Do it now!

Have you been considering becoming active in our community? Volunteering with the *Echo of Cantley* may be the opportunity you have been looking for.

We offer a safe, nurturing environment that provides unlimited opportunities for personal growth. Training and mentoring are provided for all of our volunteers.

You give what you can.

The Echo is a no-guilt, no strings-attached, volunteer-driven organization that understands that volunteers offer a precious gift: their time, which we graciously accept.

This year promises to be extra special as the team will be celebrating its 30th anniversary alongside the Municipality of Cantley, which also came into existence in 1989.

If you have a few hours to spare during the month and are interested in sharing your skills or develop new ones, there are a myriad of volunteer possibilities within the *Echo of Cantley*. Journalists are always in high demand, especially individuals who can cover events that take place during weekdays. Amateur photographers are also highly sought after to cover activities.

Production roles are as varied as they are plentiful. There is a constant demand for people with linguistic abilities who are willing to translate, edit or correct texts from English to French or vice versa.

If governance is your thing, joining the *Echo of Cantley's* Board of Directors is always an option.

There is no time like the present to make a positive difference in our community! Contact us for more information.

Bons débuts

En santé naturellement

Kasia Skabas, n.d. B.A

Traduction libre de Geneviève Desjardins

Le lait est une création des mammifères. Pendant 200 millions d'années d'évolution, les humains et les autres mammifères ont perfectionné la recette de cette extraordinaire nourriture. Le lait maternel de l'humain est le plus complexe. Il est composé de lactose, de gras et de plus de 200 différents oligosaccharides du lait humain (HMO). Les HMO sont des sucres complexes qui nourrissent les bactéries bénéfiques pour l'intestin. Certains sucres nourrissent certains types de bactéries. C'est un processus qui est très important dans le développement de l'enfant pour produire un intestin et un système immunitaire sains.

Lorsqu'un bébé naît, les cellules de l'intestin ne sont pas complètement développées et doivent continuer de grandir afin de sceller la paroi intestinale. La bactérie la plus efficace pour sceller cette paroi est la *Bifidobacterium longum infantis*, ou *B. infantis*. Cette souche de bactérie se développe grâce au lait maternel et est le microbe dominant dans l'intestin des nouveau-nés et des bébés nourris au sein.

Les HMO servent aussi de diversion pour les bactéries pathogènes. Lorsque les bactéries qui forment des maladies entrent dans l'intestin, elles s'attachent aux molécules de sucre sur la paroi intestinale où une maladie peut se former. Les HMO sont très semblables à ces sucres sur la paroi intestinale. Les bactéries pathogènes s'attachent donc aux HMO au lieu de la paroi intestinale du bébé. Ainsi, le lait maternel fonctionne non seulement comme un nutriment, mais aussi comme une partie du mécanisme de défense. On a observé que les bébés nourris au sein ont moins d'infections intestinales que ceux nourris à la bouteille.

Le lait maternel humain ne nourrit pas seulement le bébé, mais participe aussi activement à la formation du futur système immunitaire. La complexité des HMO permet à de nombreuses bactéries bénéfiques de s'intégrer à l'intestin afin de bien le préparer pour le futur.

Le lait humain est beaucoup plus riche que le lait de vache. Il possède cinq fois plus de types d'HMO en grande quantité. Pour cette raison, les préparations pour nourrissons ne peuvent pas offrir la même diversité et quantité de

bactéries bénéfiques que le lait maternel. Depuis que les scientifiques ont reconnu l'importance des bactéries, le lait maternel est devenu le meilleur. Il offre un bon départ pour une vie saine.

Si vous avez un commentaire ou une question, veuillez m'appeler au ***819 827-2836*** *ou m'écrire à* ***k.skabas@hotmail.com***.

Cet article ne vise pas à diagnostiquer une maladie ou à fournir un avis médical en particulier. Le but de l'article est uniquement d'informer et d'éduquer. Pour obtenir un diagnostic, veuillez consulter un médecin.

Good Beginnings

Health Naturally

Milk is a mammalian innovation. Through 200 million years of evolution, humans and other mammals have perfected the recipe of this fantastic food, and human maternal milk is the most complex. It consists of lactose, fats and over 200 different human milk oligosaccharides (HMOs). HMOs are complex sugars that feed beneficial bacteria in the gut; certain sugars feed certain types of bacteria. Ultimately, this process is very important in the early development of a healthy gut and immune system of the future adult.

When a baby is born, the cells of the gut are not fully developed and they need to continue to grow in order to seal the wall of the intestine. The most efficient bacterium in the task of sealing the intestinal wall is *Bifidobacterium longum infantis (B. infantis)*. This bacterium thrives on human milk and is the dominant microbe in the guts of newborns and breast-fed babies.

HMOs also act as a decoy for pathogenic bacteria. When disease-forming bacteria enter the intestine, they latch onto sugar molecules on the intestinal wall where they can cause sickness. HMOs very much resemble the sugars of the gut's wall, so pathogens attach themselves to HMOs instead of the baby's intestinal wall. In this way the human milk works not only as a nutrient but also as a part of the direct defense mechanism. It has been observed that breast-fed babies have fewer gut infections than bottle fed infants.

Human breast milk not only nourishes the baby but it is also actively involved in shaping the future immune system. The complexity of the HMO allows multiple beneficial bacteria to settle in the gut preparing it well for the life ahead.

Human milk is much richer than cow's milk. It has five times as many types of HMO and several times the quantity. Because of this, formulas are not capable of supporting the same diversity and quantity of beneficial bacteria as human milk does. Since scientists now recognize the huge importance of beneficial bacteria, breast milk is considered the best as it sets a good start for a healthy life.

If you have a comment or a question please call me at 819-827-2836 or write k.skabas@hotmail.com

This article is not intended to diagnose disease or to provide specific medical advice. Its intention is solely to inform and educate. For the diagnosis of any disease, please consult a physician.

La Grange de la Gatineau

80 ch. Summer, Cantley, 819-827-3164 info@grange.ca

Réservez maintenant!
Reserve now!
www.grange.ca

Le Chalet Buckhouse

www.chaletbuckhouse.com / 819-607-3939

Gagnante de La Voix 2016

STÉPHANIE ST-JEAN
14 fév / Feb 14 : 20h
Souper / Dinner : 18h30

On fête la St-Patrick !

BEN & ANITA
16 mars / Mar 16 : 20h
Souper / Dinner : 18h30

Gagnant Festival de Granby 2014

MICHEL ROBICHAUD
19 avr / Apr 19 : 20h
Souper / Dinner : 18h30

Un moment d'épiphanie le jour de l'Épiphanie

Rosemary Eden

Dernièrement, j'ai eu deux épiphanies, l'une d'entre elles le jour de l'Épiphanie, le 6 janvier. Certains d'entre vous ont peut-être déjà fait ces découvertes, mais permettez-moi d'élucider ce mystère pour ceux qui ne l'ont pas fait. Peut-être qu'ils découvriront une nouvelle et agréable activité hivernale.

J'ai eu ma première révélation en novembre dernier. La neige est arrivée tôt cet hiver, mais les conditions n'étaient pas bonnes pour le ski de fond, le sport d'hiver préféré de mon conjoint et le mien. Alors, mon conjoint nous a acheté des raquettes comme cadeaux de Noël anticipés; nous avons fait notre première sortie en raquettes le 28 novembre. Il nous a acheté des raquettes MSR, fabriquées de métal léger en dents de scie comme une trappe à animal qui mord dans la neige. La fixation est en plastique et est facile à manipuler, même avec des mitaines.

Les raquettes ont beaucoup changé depuis les versions avec un cadre en bois de bouleau et couvertes de tressage de babiche, souvent utilisées comme décoration dans les chalets. Il y a plusieurs modèles de raquettes de nos jours. En fait, la vraie modernisation de la raquette a eu lieu vers la fin du 20e siècle avec l'introduction des raquettes en aluminium munies d'une fixation en plastique. Comme vous le savez probablement, les raquettes sont des chaussures pour la marche sur la neige et fonctionnent en distribuant le poids de la personne qui les porte sur une surface plus grande afin que ses pieds ne s'enfoncent pas complètement dans la neige. Autrefois, les raquettes représentaient des outils indispensables pour les marchands de fourrures, les trappeurs, et tous ceux dont la vie ou le métier dépendait de la capacité à se déplacer dans les régions où les chutes de neige étaient abondantes et fréquentes. Aujourd'hui, on utilise les raquettes principalement pour la récréation. Par exemple, les randonneurs et les coureurs les utilisent afin de continuer leur loisir en hiver.

Mon conjoint et moi n'avions jamais considéré la raquette comme un vrai sport : pour nous, il s'agissait d'une activité de détente. Nous voulions brûler des calories et avoir du plaisir et de l'excitation en hiver; alors, nous faisions du ski de fond. Cependant, j'ai eu ma première épiphanie lorsque, pendant notre première sortie en raquettes, j'ai découvert que nos préjugés étaient sans fondement. La raquette peut être aussi intense et éprouvante que l'on veut : la difficulté dépend des pistes que l'on choisit de prendre. Mais même la pratique de la raquette sur des pistes plates est plus exigeante que la marche; on peut faire du jogging en portant des raquettes sur les terrains plats afin de brûler davantage de calories. Par contre, grimper et descendre des pistes escarpées exigent beaucoup d'efforts! Au début, j'avais peur de glisser, comme je l'aurais fait en ski, lorsque je grimpais des collines, mais j'ai découvert que mes raquettes me tenaient en place, ce qui m'a donné un sentiment de contrôle merveilleux. Il y a quand même certains types de neige qui peuvent faire glisser le raquetteur : la neige fraîche et épaisse qui couvre la glace. Malgré le fait que les raquettes demeurent en place, ce genre de neige peut glisser et entrainer le raquetteur avec lui.

Alors, ma première épiphanie consistait en la découverte que la raquette peut être un sport intense qui brûle pas mal de calories. Ma deuxième épiphanie, que j'ai eu le 6 janvier, consistait en la découverte des sentiers merveilleux du Mont-Cascades, surtout le numéro 4 qui mène à un belvédère superbe donnant sur la rivière Gatineau. Ce jour-là, il faisait beau mais froid, le ciel était d'un azur magnifique. Après une montée assez raide, nous sommes arrivés à une ouverture dans la forêt qui offre des vues de la rivière Gatineau à couper le souffle! Il faut ajouter que l'utilisation des pistes de raquettes à la station de ski Mont-Cascades est gratuite. Il n'y a des frais que pour la location des raquettes.

Peut-être aimeriez-vous essayer de pratiquer la raquette cet hiver. Je recommande fortement ce sport, non seulement comme moyen de se mettre en forme, mais aussi comme activité qui permet de découvrir et de contempler les beautés de la nature.

An Epiphany on Epiphany and Another

I have recently had two epiphanies, and one of them occurred on Epiphany, January 6. You may have already made these discoveries yourself, but I will elucidate for those who haven't and who may thus learn about a new and enjoyable winter activity and a place to do it.

My first discovery was made last November. The snow came early this winter, but the conditions were not good for cross-country skiing, our winter sport. So my husband bought us snowshoes as early Christmas gifts and we had our first outing November 28. He bought us MSR snowshoes, made of a lightweight metal with serrated edges, resembling an animal trap that bite into the snow. The binding is plastic and easy to manipulate with hands in mitts.

Snowshoes have come a long way since the rawhide-webbing and wood-frame versions that are often used for decoration in cottages, and there are many different styles now. In fact, real modernization of the snowshoe occurred in the late 20th century with the introduction of aluminum snowshoes with plastic bindings. As you probably know, snowshoes are footwear for walking over snow, and they work by distributing the weight of the wearer over a larger area so that his or her foot does not sink completely into the snow. In the past, snowshoes were indispensable tools for fur traders, trappers, and anyone else whose living or life depended on the ability to get around in areas of deep and frequent snowfall. Snowshoes today are mainly used for recreation, by hikers and runners who want to continue their hobby in the wintertime.

For my husband and me, snowshoeing had never seemed like a real sport; we considered it a relaxation activity. We wanted to burn off calories and have some fun and excitement in the winter, so we did cross-country skiing. However, my first epiphany struck when I discovered that our prejudices were unfounded. ***Snowshoeing can be as strenuous as you want it to be***. It depends on the trails you choose to take. But even snowshoeing on flat trails is more demanding than walking, and you can jog with snowshoes on flat surfaces if you want to burn more calories. However, many trails require some climbing up and down steep slopes and this is very strenuous! At first, I was afraid I would slip down the steep hills, as I would on skis, but I discovered that my snowshoes held me in place, and this gave me a wonderful feeling of control. There are, however, a type of snow that can cause slipping: deep, fresh snow covering ice. Although the snowshoes remain in place, this snow can slide down a steep incline and take you with it.

So my first epiphany was the discovery that snowshoeing can be a strenuous sport that burns calories. My second epiphany, occurring on January 6, was the discovery of the wonderful trails at Mont-Cascades, especially #4, which leads to a superb lookout over the Gatineau River. It was cold and sunny that day and the sky was a gorgeous azure. After a fairly strenuous ascent, we arrived at an open area that afforded views of the frozen Gatineau River that took our breath away. (I should add that Mont-Cascades Ski Station does not charge a penny for the use of its trails. Snowshoes can be rented there for a fee.)

Perhaps you might want to try snowshoeing this winter. I highly recommend it, not only as a way to keep in shape, but also as an activity that allows for the discovery and contemplation of the beauties of nature.

Soins chiropratiques adaptés et personnalisés pour toute la famille!

Dre Anie-Pier Legault
chiropraticienne, D.C.

Nouveau radiologie numérique sur place.
Bienvenue aux nouveaux patients!

Vous désirez être soulagé de vos :
Maux de tête - Maux de cou- Maux de dos - Engourdissements
Douleurs articulaires - Tendinites - Capsulites - Tunnel carpien
Et bien plus!

Vous désirez :
Améliorer votre bien-être - Une grossesse en santé - Des enfants qui débordent de vitalité!

393 Montée de la Source Cantley, Qc J8V 0J2 **Téléphone:** 819.607.1900 **Fax:** 819.607.1901

Radek Skabas

THE YEAR 2018 IN RETROSPECT

The year 2018 was a strange one. Everything was fine until September. On September 20, the S&P 500 reached an all-time high, up 11% since January. Then, the markets suddenly went down, over 20% peak-to-trough. The second longest S&P 500 run in history, from 2009 to 2017, ended. After 9 straight years of gains, the S&P 500 finished down 4.4% in 2018, its first of negative gains since 2008.

In Canada, the S&P/TSX Composite index was down 11.6%, with the Small Cap index dropping 20.1% on the year. The major banks were hit particularly hard, both in Canada, the U.S. and in Europe.

An anomaly was the simultaneous decline in fixed income and equities. Usually, when stocks are down, bonds are up. When bonds are down, stocks are up. When both, stocks and bonds, go down together, something else is often going on (which could involve commodities, REITs or gold). But that didn't happen this time. In 2018, the overwhelming majority of asset classes were down. Of 15 asset classes, ranging from stocks through bonds to gold and commodities, only one finished higher: cash (meaning the US dollar). With the exception of the Japanese Yen, the dollar was up against every major global currency in 2018. Crude oil crashed 45%, from its high of $77 in early October to its low of $42 in December.

Interestingly, crypto-currencies fared even worse. Every major one of them traded lower, with an average decline of 85%. Bitcoin was down 71.1% for the year. From its peak in December 2017 to its low a year later, Bitcoin declined over 84%.

On the other hand, the US economic expansion has been running for 114 months now. If it lasts for another 7 months, it will set a new record. The US unemployment rate is at its lowest level since December 1969, at 3.7%. In Canada, it is at 5.6%, which is the lowest in 43 years. Wages are also starting to rise, with the 3.1% increase in the US over the past year. So, was the market decline just a correction or the beginning of a bear market? The future will tell.

A reminder: the 2019 Tax-Free Savings Account (TFSA) contribution limit has gone up from $5,500 to $6,000 – take advantage of it if you can, there are not many things tax-free left in this country anymore.

This article is not intended to offer advice, but to inform and educate. For any comments, please contact the author at: radek@uniserve.com.

Profitez pleinement de 2019!

Andrée Martineau, *experte en gestion de carrière. Révision de Sylvie Dubé*

La tendance des dernières années n'est plus d'associer la nouvelle année à des résolutions mais plutôt à la notion de nouvelles possibilités. Mais qu'en est-il dans la réalité? Même si je trouve l'idée stimulante, après les premières semaines de janvier, bien souvent, la routine reprend son cours et l'idée semble avoir été rangée en même temps que les décorations de Noël (comme la notion de résolution). Dans cet article, je vous présente donc des petites actions que je fais dans mon quotidien afin de rester à l'affût des possibilités qu'offre la vie. J'espère qu'elles vous inspireront à mettre en place des mesures pour profiter pleinement de la nouvelle année, vous aussi.

- Je dis « oui » à tout ce qui m'attire, même si cela m'effraie. Par exemple, j'ai choisi de donner une conférence sur le bonheur au travail, même si elle n'est encore pas conçue.

- Je me lance des défis comme monter les marches deux par deux, manger des champignons (même si je n'en raffole pas) et terminer une tâche dans un délai serré.

- Je refuse d'être en mode « pilote automatique ». J'observe mon quotidien et, lorsque je prends conscience que je fais les choses de façon automatique, je cherche une nouvelle façon de faire ou encore je modifie l'activité pour la rendre plus stimulante.

- Chaque jour, je m'efforce de faire au moins deux choses que je n'aime pas faire juste pour me discipliner. Ça peut être des tâches domestiques que je préférerais reporter à un autre jour ou encore faire un appel difficile à un fournisseur.

- Je m'intéresse à de nouveaux sujets comme la structure algébrique qui force mon cerveau à penser différemment. Je lis des articles et des livres qui me permettent d'approfondir mon domaine d'expertise.

- Je cherche des façons d'améliorer ce que je fais déjà bien en demandant l'avis des autres, en faisant des recherches ou en suivant des formations spécifiques. Par exemple, je me suis inscrite à des formations hebdomadaires pour améliorer mes compétences de coach.

- Je me force à découvrir au moins une nouvelle chanson ou un nouveau film chaque semaine.

- Au début de chaque journée, je lis une programmation qui précise les capacités et les qualités que je veux développer. Ainsi, lorsque les occasions se présentent au cours de la journée, je les accueille comme des cadeaux précieux.

- Je prends note de toutes les idées qui défilent dans ma tête et les mets en pratique dans les 48 heures. Par exemple, j'ai réalisé que lorsque je commande un smoothie au resto du coin, on me le sert dans un verre en plastique, ce qui est néfaste pour la planète. J'ai donc pensé à ajouter une tasse réutilisable dans mon sac. Désormais, je l'utilise chaque fois que je commande une boisson.

Quels impacts ces nouvelles possibilités ont pour moi? Eh bien, chaque jour, j'ai le sentiment de profiter pleinement de la vie. Je m'émerveille devant les plus petites choses et je m'ouvre au changement avec paix et réceptivité. Lorsque j'adopte cette attitude, je réalise que je mets de côté les peurs de mon égo et que je me libère des croyances dont je me suis nourrie au fil du temps. Ces nouvelles possibilités me ramènent à mes aspirations de jeunesse où la foi et l'assurance d'un monde meilleur régnaient sur ma vie. À vous d'essayer maintenant pour constater l'incidence que vous ressentirez.

819 210-4742
question@andreemartineau.com

LES BÊÊÊLES PAROLES D'UN MOUTON NOIR

NDLR : L'emploi du joual et de certains mots déformés est voulu et sert à donner un ton léger et humoristique au contenu.

L'histoire de Beau Méo et Julie S.

Février est le mois de la Saint-Valentin. Oublions la cupidité commerciale qui a transformé cette fête des couples en un échange de cadeaux dans notre culture et parlons d'amour… du moins, dans le sens du terme que l'on associe généralement à la romance. La Saint-Valentin est la date où tout le monde pense à l'amour, même ceux qui ne sont pas en couple ou, chose fréquente, ceux qui sont en couple avec une personne qui leur convient très bien et qu'ils aiment bien, mais dont l'union ne saurait être digne des grandes histoires d'amour dans lesquelles deux âmes sœurs incontestables s'aiment passionnément toute leur vie sans que jamais ne se consume ce feu qui brûle en eux. Cette journée-là, les gens gâtent leur partenaire en paroles, gestes et surprises, mais au fond de leur âme, il y a une pensée pour l'amour de leur vie, réel ou imaginaire.

Comme, par exemple, Beau Méo et Julie S. Leur histoire commence, il y a bien longtemps, un samedi soir sur la Terre dans un bar populaire. Beau Méo sirote sa bière quand Julie S. passe devant lui sans le regarder. La pensée est immédiate dans la tête de Beau Méo : C'est elle! Il aurait pu dessiner le visage de ses rêves, il n'y changerait pas un trait. Coup de chance, un ami de Beau Méo semble la connaître, alors ce dernier en profite un peu plus tard pour lui demander de le présenter.

La discussion est brève mais enjouée, même si ce sont deux êtres blessés par l'échec d'une longue relation et l'éclatement d'une famille. Le rire et la voix de Julie S. envoûtent Beau Méo instantanément. Chaque geste qu'elle pose est d'une élégance irréelle et ce sourire est exactement celui qu'il a toujours vu quand, adolescent rêveur mais très maladroit avec la gent féminine qu'il était (donc très seul!), il imaginait celle qui deviendrait un jour la femme de sa vie. On se promet de se revoir sous peu. Beau Méo a laissé Julie S. profiter de sa soirée sans jouer le grand jeu et sans imposer sa présence, mais il lui était difficile de regarder ailleurs. Les regards furtifs étaient nombreux de part et d'autre et il y avait peut-être là la naissance de ce que la plupart des gens espèrent : le grand amour.

Les jours qui ont suivi auraient dû être un signal d'alarme pour le Beau Méo. Julie S. tardait à répondre à son appel. Quand elle finit par le faire, plusieurs jours plus tard, on prend rendez-vous au restaurant et le couple potentiel se revoit. Hasard ou choix judicieux de Julie S., Beau Méo était limité dans le temps en raison d'un engagement ce soir-là. Mais les paroles de Julie S. laissaient présager l'avenir prometteur que Beau Méo espérait. Les deux avaient des valeurs qui se rejoignaient et bien des points en commun. Les différences étaient des compléments qui allaient servir l'un à l'autre. Tout était parfait. Sauf peut-être au moment de repartir chacun de son côté ce soir-là. D'un tempérament naturellement nerveux, Beau Méo a été un peu expéditif et a nettement manqué d'audace et de conviction dans son au revoir, qui s'est limité à deux bisous sur les joues.

La suite, vous la connaissez. L'amour que Beau Méo a vu dans les beaux yeux de Julie S. était peut-être le simple reflet des siens, puisque sans même dire comment elle s'était sentie, Julie S. s'est simplement montrée distante et désintéressée par la suite. Le lien sporadique s'est tout de même maintenu et Beau Méo a appris un jour que la différence d'âge était trop prononcée au goût de Julie S, mais Beau Méo n'était pas né de la dernière pluie justement et a conclu que Cupidon n'a qu'une corde à son arc et que lui seul avait été atteint par sa flèche. C'est la vie. Il y a des millions d'histoires comme celle de Beau Méo et Julie S. On ne peut pas forcer quelqu'un à nous aimer et si on offre le plus vrai de soi-même et que cette offre est refusée, inutile de s'entêter à faire d'une chanson populaire sur une personne que l'on idéalise un roman d'amour. Il faut tourner la page.

Le 14 février et les jours avant, que vous soyez seul ou en couple, ne cherchez pas l'amour. Soyez l'amour. Le vrai, pas la romance. Les sentiments ont cette particularité : plus on les donne, plus on les a. C'est vrai avec l'amour, c'est aussi vrai avec la colère et la haine. Alors donnons le plus beau de nous-mêmes. Donnons l'amour à tout le monde et soyons généreux!

Voyage culinaire

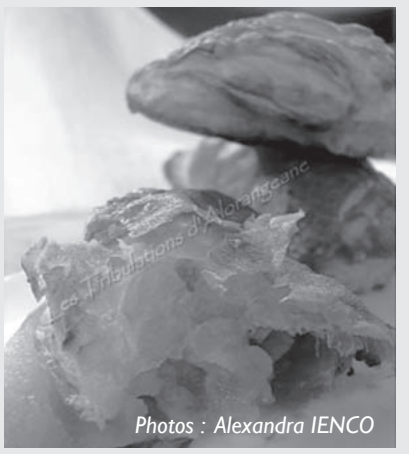
Alexandra Ienco

Nous voilà déjà en février, Noël est passé à la vitesse de l'éclair et le printemps arrive bientôt! Autant profiter encore un peu des douceurs et du réconfort de la cuisine.

La semaine de relâche en vue, je vous propose aujourd'hui une recette ultra-simple à faire avec vos enfants ou petits-enfants : des chaussons aux pommes, une pâtisserie qui se retrouve dans différents pays européens et dont la recette varie légèrement selon l'origine.

Il reste que le concept est une pâte renfermant une compote de fruits. Libre à vous de varier le contenant et le contenu. Soyez créatifs!

Chaussons aux pommes maison



Photos : Alexandra IENCO

Pour 5 à 7 chaussons aux pommes : 1 abaisse de pâte feuilletée (du commerce ou maison), de la compote de pommes maison (voir recette ci-bas) ou non (environ une à deux cuillères à soupe par chausson), un jaune d'œuf ou du sirop de sucre de canne.

Je fais toujours une grosse quantité de compote de pommes, que je congèle en portion; j'aime bien utiliser la Cortland, car elle a tendance à moins s'oxyder.

Ingrédients pour la compote : 1 kg de pommes (6 à 8 pommes suivant leur grosseur) de votre choix, 250 ml de sucre, 5 ml d'extrait de vanille et 1 bâton de cannelle ou en poudre au goût, je dirais entre 5 et 10 ml (facultatif).

Mettre les pommes, le sucre et le bâton de cannelle (si c'est de la poudre de cannelle, l'ajouter en dernier) dans la casserole et laisser mijoter à feu doux jusqu'à ce que les pommes aient une consistance proche d'une purée grossière. Laisser refroidir (et ôter le bâton de cannelle).

Confection des chaussons aux pommes :

Étaler la pâte, puis découper des cercles jusqu'à ce que vous n'ayez plus de pâte – peut-être que votre dernier chausson sera un peu difforme (hihi)!

Préchauffer le four à 200° C (400° F).

Au milieu, disposer une cuillère à soupe de compote, puis refermer le chausson sur lui-même. Chiqueter ensuite le bord avec un couteau (manière de souder les bords). Dorer à l'œuf ou au sirop de canne.

Enfourner pendant 30 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient dorés (surveiller tout de même la cuisson).

Laisser tiédir et déguster!

Bon appétit!

Toutes mes recettes sont exemptes de produits laitiers. Toutefois, rien ne vous empêche d'en ajouter ou de remplacer les substituts que j'emploie. Pour plus de recettes, vous pouvez consulter mon site Internet au : www.alorangeane.canalblog.com. Je me ferai un plaisir de répondre à vos questions que vous pourrez poser directement sur le site. Bonne lecture!

Les *oiseaux* de Cantley OBSERVATIONS

Louise Laperrière et Wes Darou

Bonne année à tous! 2018 a été propice à l'observation d'espèces et de sites inusités. Nous espérons que 2019 le sera tout autant. Nous aimons toujours recevoir vos rapports d'observations, questions et photos. Merci!

Le 100e recensement des oiseaux de Noël de la région

Le 16 décembre dernier, a eu lieu le 100e recensement des oiseaux de Noël de la région Ottawa / Outaouais. Au tout début, les observateurs étaient surtout des biologistes et ornithologues scientifiques. Aujourd'hui, les clubs d'ornithologues comptent toujours des scientifiques parmi leurs membres, mais aussi plusieurs personnes qui s'intéressent simplement aux oiseaux.

En tout, 75 espèces ont été recensées en décembre dernier, dont 22 à Cantley. Cinq espèces ont égalé ou battu leur record précédent, soit le Canard branchu (4), le Petit Garrot (20 plutôt que 4), le Faucon pèlerin (5), la Corneille d'Amérique (22 276 plutôt que 21 000) et le Grand Corbeau (128 plutôt que 124). Nous avons aussi appris que la Mésange à tête noire est la seule espèce qui figure sur les 100 recensements.

Les espèces observées en plus grand nombre à Cantley sont : la Mésange à tête noire (64), le Chardonneret jaune (52), la Corneille d'Amérique (29), le Geai bleu (19), le Cardinal rouge (19), la Sittelle à poitrine blanche (19) et le Grand Corbeau (10).

Observations locales

Sur la rue du Rocher, Eli et Alisha rapportent la présence d'un Troglodyte de Caroline à leurs mangeoires. De 13 à 15 cm (de 5 ¼ à 6 po) de longueur, il s'agit du plus grand des Troglodytes de notre région. En fait, il vit surtout à l'est des États-Unis, mais il arrive l'hiver que certains de ces oiseaux montent dans le sud du Québec. Il a le dos brun roux, la poitrine chamois et un sourcil blanc très visible. Il se nourrit principalement d'insectes, de fruits et de graines.

Sur la rue des Poiriers, Diane a reçu la visite d'une Chouette rayée et une autre a été aperçue près des sentiers de Nakkertok. Un beau matin, les mangeoires de Carmelle sur la rue d'Ornans regroupaient à la fois neuf Durbec des sapins, trois Gros-becs errants, un Grand pic, des Pics chevelus et mineurs, des Mésanges à tête noire et des Sittelles. Une ménagerie d'oiseaux quoi! Un Épervier de Cooper continue d'effrayer les oiseaux aux mangeoires de Diane et Richard sur la rue Rémi.

Depuis deux mois, les Dindons sauvages se tiennent chez Pierre et Céline sur la rue Rémi. Le soir, les Dindons s'envolent et se perchent dans les pins au fond de leur cour pour passer la nuit. Trois se promènent dans notre cour, dont un avec des fleurs de chardons prises dans ses plumes. Quelques-uns se plaisent à perturber la circulation sur le chemin Taché près de l'avenue Gatineau.

Prochaines activités

Samedi 9 février – Excursion ornithologie en ski de fond ou raquettes dans les sentiers de Bristol.

Photo : Troglodyte de Caroline, Eli Fridland, 20 décembre 2018 .
Carolina Wren, Eli Fridland, December 20, 2018.

Dimanche 10 février – Visite de la héronnière du lac Leamy en partie dévastée par la tornade de septembre 2018 et l'inspection de quelques nichoirs épargnés.

Du 15 au 18 février – Le grand dénombrement des oiseaux de février dans votre cour.

Consultez le site Internet du COO à l'adresse **www.coo.qc.ca** pour la liste complète des excursions à venir et savoir auprès de qui s'inscrire.

Faites-nous part de vos observations

Veuillez communiquer avec nous par courriel à **oiseaux@echocantley.ca** ou en composant le 819 827-3076. Prenez soin de bien noter la date, l'heure et l'endroit de l'observation de même que ses caractéristiques particulières. Une photo aide toujours à l'identification.

Birds of Cantley

Happy New Year to everyone! The year 2018 was a great for observing unusual species and sites. May the year 2019 be just as good. We always appreciate your sighting reports, questions and photos. Thank you!

The region's 100th Christmas Bird Count

December 16 was the 100th Christmas Bird Count for the Ottawa/Outaouais region. In the early days, observers were mostly biologists and professional ornithologists. Today, although birdwatching clubs still have scientists among their members, most participants are simply interested in birds.

In all, 75 species were counted, including 22 in Cantley. Five species counts equalled or beat their previous records: Bufflehead (20 vs. 4), Wood Duck (4 vs. 4), Peregrine Falcon (5 vs. 5), American Crow (22,276 vs. 21,000) and Common Raven (128 vs. 124). We also learned that the Black-capped Chickadee was the only species in all 100 previous censuses.

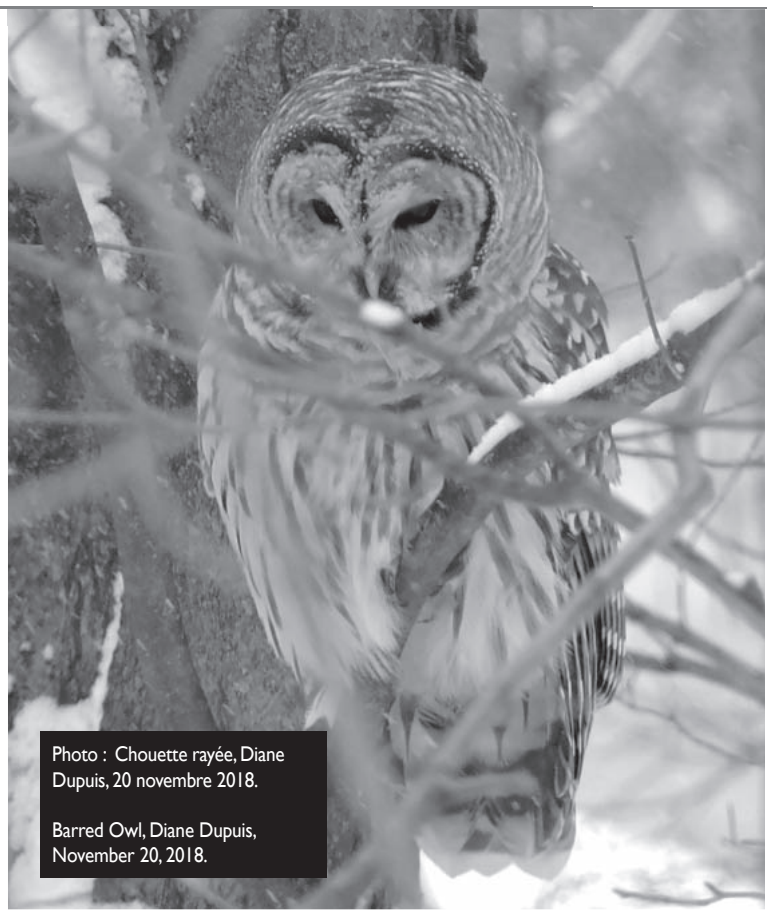


Photo : Chouette rayée, Diane Dupuis, 20 novembre 2018.

Barred Owl, Diane Dupuis, November 20, 2018.

In Cantley, the most common species were: Black-capped Chickadee (64), American Goldfinch (52), American Crow (29), Blue Jay (19), Northern Cardinal (19), White-breasted Nuthatch (19) and Common Raven (10).

Local observations

Eli and Alisha on Du Rocher reported a Carolina Wren at their feeders. At 13 to 15 cm (5 ¼ - 6 in) long, it is the largest of the Wrens in our region. It lives mostly in the eastern United States but in the winter it sometimes moves up to southern Quebec. It has a brown(ish) back, a buff chest and white eyebrows. It feeds mainly on insects, fruits and seeds.

Diane on Des Poiriers Street had a visit by a Barred Owl and another one was seen near the Nakkertok trails. One morning, Carmelle's feeders on Ormans Street had 9 Pine Grosbeaks, 3 Evening Grosbeaks, a Pileated Woodpecker, along with several Hairy and Downy Woodpeckers, Black-Capped Chickadees, and Nuthatches. Quite a collection. A Cooper's Hawk continues to scare birds at the Diane and Richard's feeders on Remi Street.

For the last two months, Wild Turkeys have moved in at Pierre and Céline's on Rémi Street. In the evening, they fly up and perch in the pines in their backyard for the night (the Turkeys, not Pierre and Céline). Three of them moseyed over to our yard, one with burrs caught in its feathers. Some are even causing traffic problems on Taché near Gatineau Avenue.

Activities

Saturday, February 9 – Birdwatching while cross-country skiing or snowshoeing on the Bristol trails.

Sunday, February 10 – Visit the heronry at Leamy Lake, which was partly devastated by the tornado of September 2018, and inspect some surviving birdhouses.

February 15 to 18 – The Great Backyard Bird Count of February birds, an easy activity done in your own yard.

Please check the club's website at **www.coo.qc.ca** for complete details on upcoming outings and how to register.

Sightings or questions

To report an observation, send us an email at **birds@echocantley.ca** or call us at **819-827-3076**. Note the date, time, location and particular characteristics. Photos are always welcome.

Petites annonces
Classified ads

FEMME DE MÉNAGE

Manon femme de ménage disponible en tout temps, références sur demande.
Composer le 819 639-8315

50 ans et plus... Le Cercle Amical Tremblay vous invite à ses danses à la salle du Centre Pauline Charron, situé au 164, rue Jeanne-Mance, Ottawa (Vanier) les 9, 16 et 23 février 2019, de 20 h à 23 h. Belle ambiance et superbe musique. Pour obtenir des renseignements additionnels, composez le 613 617-0926.

Notre monde a soif de justice

Merci de donner.

Développement et Paix

1-888-234-8533

www.devp.org

Arpenteur-géomètre ER

Certificat de localisation ?
Implantation et plan projet ?
Pose de repères d'arpentage ?
Subdivision de terrain ?

ER

Etienne Robertson
Arpenteur-géomètre
Quebec Land Surveyor

363 montée de la Source
Unité 201 - Place Gascon
Cantley, Qc
J8V 0G6
819-351-1871
erobertson@agdelasource.ca

Membre de l'Ordre des ARPENTEURS-GÉOMÈTRES du Québec

Le 17 novembre dernier a marqué une autre belle journée de victoires pour l'école de Karaté YKO de Cantley ainsi que pour son équipe de compétition. La compétition annuelle KIXX, qui se déroulait à Laval, rassemble plus de 600 personnes de partout au Québec qui font bonne figure dans des disciplines comme le kata traditionnel et le combat individuel et d'équipe, comme ce fut le cas pour l'équipe de YKO. Nous profitons d'ailleurs de l'occasion pour féliciter encore une fois les membres de notre équipe qui se sont qualifiés ainsi :

Loic Bissonette-Aubé : 3e en combat

Lili-Mai Sabourin :
3e en combat et 4e en kata;

Raphaël Henri :
2e en combat et 2e en kata;

Nathan Bissonette-Aubé : 4e en kata

Gabrielle Sévigny :
1re en combat et 1re en kata;

Marie-Pier Sévigny :
3e en combat et 3e en kata;

Kéliane Rabouin :
1re en combat et 3e en kata;

Michael Lapointe : 2e en combat;

Thomas Teixeira : 3e en kata ;

Maxime Brunet :
3e en combat et 5e en kata ;

Tina Prud'homme :
1re en combat et 1re en kata;

Jesse Bériault :
3e en combat et 1re en kata;

Nous sommes vraiment fiers du succès que vous avez obtenu lors de cette journée! Go TEAM YKO!

Sensei Éric Despatie et Sensei Karine Lavigne-Fortin

Célébrez-vous un anniversaire?

Si vous avez une occasion à fêter durant le mois à venir, que ce soit un anniversaire de mariage ou de naissance, ou si vous êtes gagnant d'un événement sportif par exemple, *L'Écho de Cantley* se fera un plaisir de publier un message de félicitations gratuitement.

Are you celebrating an anniversary?

If you have an occasion to celebrate during the coming month, a birthday, wedding anniversary or perhaps the winning of a sports event, *The Echo of Cantley* would be happy to offer congratulations in the paper, free of charge.

Pour annoncer Classifieds – details

Prix

Personnel : 5 $

Commercial : à partir de 5 $

Dates de tombée :
Mars 2019 : **14 février**
Avril 2019 : **21 mars**

Price

Personal: $ 5.00

Commercial: starting at $ 5.00

Deadlines:
March 2019 : **February 14**
April 2019 : **March 21**

Envoyez votre annonce à :
Send your ad to:

L'ÉCHO de CANTLEY
188, montée de la Source
Boîte nº1, Comp. 9
Cantley (Québec) J8V 3J2

Information : 819 827-2828

Toutes les petites annonces doivent être payées avant leur parution.

All classified ads must be paid for before publication.

www.echocantley.ca

MARTIN CHIASSON
Courtier immobilier agréé
Courtier immobilier agréé MARTIN CHIASSON Inc.
T. 819.661.3500
C. martin@lacentraleimmobiliere.ca

KARINE SÉGUIN
Courtier immobilier agréé
T. 819.661.2123
C. karine@lacentraleimmobiliere.ca

WWW.MARTINCHIASSON.COM

À CANTLEY
L'AVANTAGE DE NOS CLIENTS EST NOTRE SAVOIR-FAIRE!

DEPUIS 2003

In Cantley, the advantage of our customers is our expertise! Since 2003.

GATINEAU
MLS 26967478
257, boulevard Maloney Est

COMMERCIAL

Nbr. de chambres/Nbr. of bedrooms : n/a
Nbr. salles de bains/Nbr. of bathrooms : n/a

GATINEAU
MLS 25513339
111, Rue Desforges

Nbr. de chambres/Nbr. of bedrooms : 3
Nbr. salles de bains/Nbr. of bathrooms : 2

GATINEAU
MLS 21261112
576, Rue Sigouin

Nbr. de chambres/Nbr. of bedrooms : 3
Nbr. salles de bains/Nbr. of bathrooms : 2

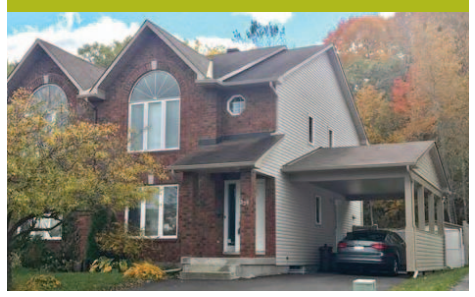
GATINEAU
MLS 19589835
165, Rue du Campagnard

Nbr. de chambres/Nbr. of bedrooms : 5
Nbr. salles de bains/Nbr. of bathrooms : 1

GATINEAU
MLS 18165108
8, Rue Lanthier

Nbr. de chambres/Nbr. of bedrooms : 3
Nbr. salles de bains/Nbr. of bathrooms : 2

GATINEAU
MLS 14702023
336, Rue de Rayol



Nbr. de chambres/Nbr. of bedrooms : 4
Nbr. salles de bains/Nbr. of bathrooms : 1

GATINEAU
MLS 18022861
573, Rue Notre-Dame

Nbr. de chambres/Nbr. of bedrooms : 2
Nbr. salles de bains/Nbr. of bathrooms : 1

CANTLEY
MLS 15709175
44, Rue des Duchesses

Nbr. de chambres/Nbr. of bedrooms : 3
Nbr. salles de bains/Nbr. of bathrooms : 1

GATINEAU
MLS 18165378
831, Rue Davidson Est

Nbr. de chambres/Nbr. of bedrooms : 2
Nbr. salles de bains/Nbr. of bathrooms : 2

GATINEAU
MLS 16714674
17, Rue Saint-Antoine

TERRAIN
LOT

189 000$+TX
poss. de construire un triplex

VAL-DES-MONTS
MLS 9555284
112, Chemin du Lac-Clair

TERRAIN
LOT

40 500$+TX
1.4 acres, Boisé

VAL-DES-MONTS
MLS 24484045
50, Chemin du Lac-Clair

TERRAIN
LOT

93 750$+TX
9.19 acres, près du Lac McGregor

MASSON-ANGERS
MLS 10104684
158, Rue des Hauts-Bois

Nbr. de chambres/Nbr. of bedrooms : 3
Nbr. salles de bains/Nbr. of bathrooms : 1

AYLMER
MLS 21136922
72, Rue du Lys

VENDU/SOLD

Nbr. de chambres/Nbr. of bedrooms : 3
Nbr. salles de bains/Nbr. of bathrooms : 2

La Centrale Immobilière.ca
La Centrale Immobilière inc. Agence immobilière

Inscrivez votre propriété avec Martin Chiasson et on vous rembourse vos dépenses de vente privée!
* Certaines conditions peuvent s'appliquer

List your property with Martin Chiasson and we will refund the costs related to your private sale!
** Some conditions may apply*

Consultez notre site web pour découvrir toutes nos propriétés et terrains à vendre | Suivez-nous sur
Visit our website to browse our complete list of properties and lots for sale | Follow us on