

# LE MENSUEL DE SAINT-VALÈRE

URBANISME ET  
RÈGLEMENTATIONS  
PAGES 5 ET 6

PROGRAMME DE VIDANGE DES  
FOSSÉS  
PAGES 8 ET 9

INSCRIPTIONS SOCCER 2021  
PAGE 12



PAGE  
7

DISTRIBUTION DU COMPOST  
SAMEDI LE 22 MAI 2021 (9h à 12h)



MUNICIPALITÉ  
DE *Saint-Valère*  
BRILLER PAR SON AUDACE

Le mensuel de Saint-Valère est publié onze fois par année par la Municipalité de Saint-Valère. Ce journal est rendu possible grâce à l'implication de plusieurs bénévoles pour la rédaction des textes autres que les articles municipaux et à la participation financière de la Caisse Desjardins des Bois-Francis.

Merci à vous tous!

*Veillez prendre note que la Municipalité de Saint-Valère se dégage de toutes responsabilités quant au contenu des pages dédiées aux organismes locaux et régionaux.*

#### DATE DE TOMBÉE

#### POUR LES PROCHAINS MOIS :

Les dates de tombée pourraient être modifiées considérant la situation actuelle des mesures sanitaires. Le mensuel de Saint-Valère est normalement distribué le dernier mercredi du mois, à l'exception du mois de juillet.

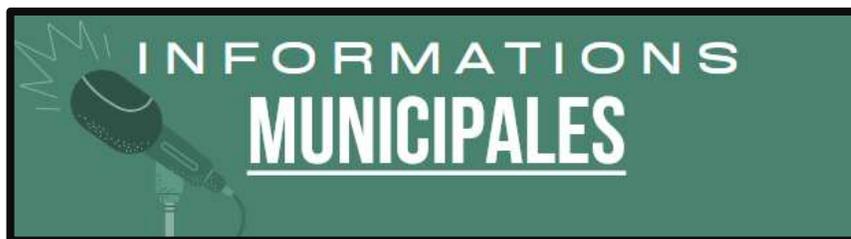
*Veillez adresser votre texte, en format Word, à l'adresse courriel suivante : [stvalere@msvalere.qc.ca](mailto:stvalere@msvalere.qc.ca)*

*Aucune publicité ne sera tolérée dans les articles des organismes*

## TABLE DES MATIÈRES

3/4	INFORMATIONS MUNICIPALES
5/6	URBANISME ET RÉGLEMENTATIONS
7	DISTRIBUTION DU COMPOST 2021
8/9	PROGRAMME DE VIDANGE DES FOSSES
10	CAMP DE JOUR
11/12	BIBLIOTHÈQUE MUNICIPALE
12	INSCRIPTIONS SOCCER
18	CHRONIQUE SANTÉ





### *Fermeture du centre administratif - 2021*

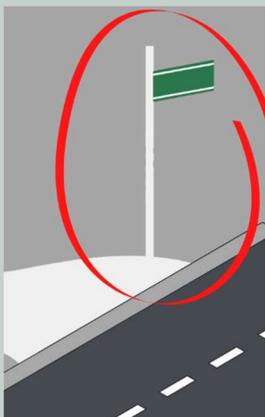
Veillez noter que le centre administratif sera fermé pour les fériés et les vacances estivales du personnel administratif, soit les journées suivantes :

- Le vendredi, 21 mai;
- Le lundi, 24 mai;
- Le jeudi, 24 juin;
- Le jeudi, 1 juillet;
- Du lundi au vendredi, 19 au 23 juillet;
- Le vendredi, 30 juillet;
- Le vendredi, 3 septembre;
- Le lundi, 6 septembre;
- Le vendredi, 8 octobre;
- Le lundi, 11 octobre;
- Le jeudi et vendredi, 23 et 24 décembre;
- Du lundi au vendredi, 27 au 31 décembre;

### *Prochaine assemblée du conseil municipal*

La prochaine assemblée du conseil aura lieu le lundi 7 juin 2021 à 20 h, à huis clos. Le public ne sera pas admis en salle au cours de cette séance. Toutefois, les citoyens qui le désirent peuvent poser leurs questions soit par téléphone au (819) 353-3450 ou encore par courriel à [stvalere@msvalere.qc.ca](mailto:stvalere@msvalere.qc.ca), et ce, avant 17 h le lundi des séances du conseil (1<sup>er</sup> lundi du mois.)

### *Poteaux – Adresse civiques*



*Les poteaux d'adresses civiques situés en bordure du chemin permettent aux services d'urgence d'identifier votre localisation plus rapidement.*

L'installation initiale étant effectuée par la Municipalité, il est cependant de votre devoir de veiller à ce que le poteau demeure visible, bien positionné et dans le cas échéant, d'effectuer la réparation ou le remplacement de celui-ci. Les poteaux de remplacement peuvent être achetés auprès du fournisseur de votre choix ou commandé par l'entremise de la Municipalité. Quant aux affiches, nous vous invitons à communiquer avec le bureau municipal afin de placer une commande spécifique à votre numéro civique.

*Lumières de rues*

Si vous remarquez une lumière de rue défectueuse ou brisée, veuillez nous aviser le plus tôt possible afin d'éviter tout incident. N'oubliez pas de prendre en note l'adresse la plus proche de la lumière en question.

*Jocelyn Jutras*

Directeur général et secrétaire-trésorier

**Rappel :**

**La collecte des déchets volumineux aura lieu le 4 juin 2021.**



**⊗ Matières refusées**

Les matières suivantes sont interdites lors de la collecte des déchets volumineux :

- Réfrigérateurs et congélateurs
- Climatiseurs et déshumidificateurs
- Thermopompes de piscine
- Toilettes et éviers
- Bains et douches
- **Rebuts de construction** (bois, briques, bardeaux d'asphalte, etc.)
- Peinture
- Pneus

**IDEAL CARGO**  
IDEALTRAILER.COM

*Défiez le temps!*

---

Yves Bergeron, président

2245, route 161, St-Valère (Québec) G0P 1M0

Téléphone : (819) 353-3350 • Sans frais : (877) 353-3350 • Fax : (819) 353-3359

*Clinique D'Orthothérapie Lucie Martel*  
10 ans d'expérience  
Membre OS-1820 Mon Réseau Plus

- Orthothérapie -Kinésithérapie
- Massothérapie - Drainage lymphatique
- Massage de femmes enceintes
- Oscillations rythmées

**819-353-2301 ou 819-350-9852**  
278 rang 11, St-Valère, Qc, G0P 1M0

Reçus d'assurance disponibles

# Rappel de la réglementation

## Utilisation de conteneur à des fins de bâtiments / remise

Nous souhaitons vous rappeler que l'utilisation de conteneur comme bâtiment est prohibée pour les terrains dont l'usage principal n'est pas agricole ou industriel. Il est donc interdit d'utiliser un conteneur à des fins de remise résidentielle.



## Abris d'auto

N'oubliez pas que les abris d'auto temporaires doivent maintenant être démontés pour la période estivale.

## Demande de permis

Finalement, si vous prévoyez faire des travaux quelconques sur votre propriété, il est important de valider si un permis de construction est nécessaire.



*Si vous avez des questions sur la réglementation, n'hésitez surtout pas à communiquer avec Philippe Habel, inspecteur en bâtiment et environnement.*

*(819) 752-2444 #4221*

# Feux extérieurs.

## Demande de permis

Vous **devez** effectuer une demande de permis de brûlage pour tous feux extérieurs **autre qu'un feu de foyer conçu à cet effet et conforme.**

## Restrictions

En tout temps, il est strictement interdit de faire brûler des matériaux de construction. Vous devez en disposer à l'Écocentre.

## Conditions

Votre permis de brûlage peut être révoqué si la Société de la protection des forêts contre le feu (SOPFEU) indique un indice d'inflammabilité trop élevé, si la vitesse du vent excède 20 km/h ou si les conditions stipulées lors de l'émission du permis ne sont pas respectées.

## Sécurité

L'obtention du permis ne libère pas le demandeur des responsabilités qui lui sont attribués par la Loi. Assurez-vous de respecter les mesures de sécurité tel qu'une présence constante sur les lieux, les distances minimums à respecter et l'équipement nécessaire pour empêcher une propagation.

## Frais

Le permis de brûlage est gratuit.

***Avant de faire un feu, il est de votre responsabilité de vérifier l'indice d'inflammabilité avec SOPFEU (1-800-463-FEUX)***

***ou via le site internet de la Municipalité de Saint-Valère***



# PETIT GUIDE DE GESTION DES RÉSIDUS

- CRD (construction, rénovation et démolition)
- Déchets volumineux
- RDD (résidus domestiques dangereux)



**Gesterra**  
GESTION GLOBALE  
DES MATIÈRES RÉSIDUELLES

# RÉSIDUS DE CONSTRUCTION, RÉNOVATION ET DÉMOLITION (CRD)



## C'est un CRD si...

Les CRD incluent tout ce qui ne se déménage pas lorsque vous quittez votre domicile, comme les lavabos, les toilettes, les armoires, etc.

Vos CRD doivent être déposés à l'écocentre\*.

### Les CRD les plus courants :

- Bardeaux d'asphalte, asphalte
- Laine isolante
- Panneaux de gypse, plâtre
- Béton, briques, pavés
- Bois : palettes, poutres, moulures, etc.
- Métal : tôle, tuyaux, etc.
- Fenêtres
- Pierre, sable, terre
- Cendres refroidies
- Lavabos, toilettes
- Armoires, comptoirs



Ne mettez pas vos CRD dans vos bacs.

Les CRD ne se traitent pas de la même façon que vos déchets ménagers.

## Le saviez-vous?

- Vos CRD ne seront pas ramassés à la collecte des déchets volumineux.
- Recycler vos CRD réduit grandement votre impact sur l'environnement.
- Trier vos CRD avant de les déposer à l'écocentre vous permettra de réduire vos frais.

## Privilégiez la déconstruction sélective

La déconstruction sélective, une approche optimisant le tri, le recyclage et la réutilisation, permet de sauver jusqu'à 90 % des matières de l'enfouissement.

Favoriser le recyclage de vos CRD permet la création de nouveaux produits plus responsables.

Découvrez-en plus : [ecohabitation.com](http://ecohabitation.com)

\* Des frais peuvent s'appliquer si vous déposez plus de 2 m<sup>3</sup> de matières à l'écocentre.



## Saint-Valère

2, rue du Parc  
au Centre administratif

9 h à 12 h

 Afin de respecter les normes sanitaires en vigueur et la distanciation sociale de deux mètres, chaque citoyen(ne) devra remplir ses contenants avec sa propre pelle.

*Distribution  
de compost*

Samedi  
le 22 mai

Veillez noter que les demandes de vidanges de fosses urgentes doivent dorénavant être faites auprès de l'entrepreneur de votre choix. Seules les semaines identifiées dans le calendrier des vidanges supplémentaires 2021 seront possibles par l'entremise de la Municipalité.

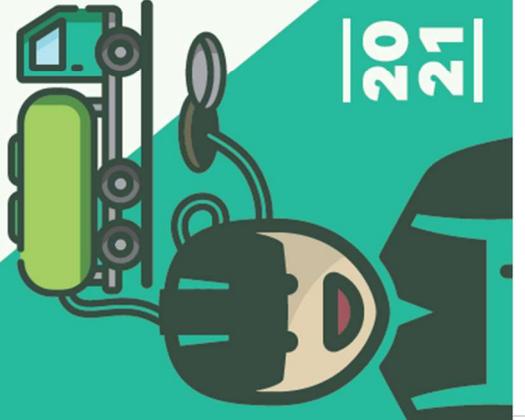
La période de vidange des fosses septiques prévue dans votre municipalité aura lieu **du 17 mai au 22 juin 2021**



VISITEZ LE [FOSSSARTHABASKA.CA](http://FOSSSARTHABASKA.CA) POUR ACCÉDER AU CALENDRIER



## PROGRAMME DE VIDANGE DES FOSSES SEPTIQUES DANS LA MRC D'ARTHABASKA



20  
21

### AVANTAGES DU PROGRAMME



**PROPRIÉTAIRE**  
Un service uniformisé pour l'ensemble du territoire de la MRC.  
Une gestion simplifiée de la vidange.  
Un entretien régulier de la fosse septique qui en prolonge la durée de vie et qui évite les problèmes de refoulements dans la maison.



**ENVIRONNEMENT**  
Préservation des nappes d'eau souterraines et donc des sources d'eau potable.  
Amélioration de la qualité des cours d'eau et des écosystèmes.  
Les boies recueillies seront transportées vers un lieu de traitement autorisé par le ministère.

### FRAIS SUPPLÉMENTAIRES

- Déplacement inutile de l'entrepreneur en cas de mauvaise préparation des lieux (voir verso)
- Boyau déployé de plus de 4,5 m (150 pieds)
- Capacité de la fosse de plus de 5,8 m<sup>3</sup> (1532 gallons)

### UN PROGRAMME DE VIDANGES SYSTÉMATIQUES

**Fréquences des opérations**  
Conformément au règlement provincial Q-2, r22  
Résidences permanentes : 1 fois aux 2 ans.  
Résidences saisonnières : 1 fois aux 4 ans.



**Période d'opération**  
Du 1<sup>er</sup> lundi de mai au vendredi suivant le 2<sup>e</sup> lundi de novembre.  
Entre 7 h et 18 h.  
**Calendrier disponible en ligne**

### VIDANGES SUPPLÉMENTAIRES



**Période d'opération**  
Voir le calendrier divisé par secteur.

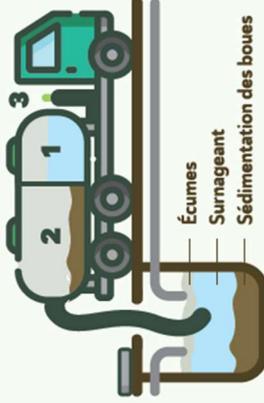
### INSCRIPTIONS

communiquer avec votre municipalité

L'inscription est obligatoire et doit être faite au plus tard à 17h le jeudi qui précède la semaine choisie.

### TECHNIQUES DE VIDANGE

#### 1. VIDANGE SÉLECTIVE



Écumes  
Surnageant  
Sédimentation des boues

1. Aspiration du surnageant.
2. Aspiration des boues et des écumes.
3. Retour du liquide filtré et clarifié à 98 % dans la fosse.\*

\* Ne vous méprenez pas en pensant que votre fosse n'a pas été vidangée! Les bactéries contenues dans le liquide filtré permettent de redémarrer immédiatement le processus de décomposition et de décañation des boues. Ne vous inquiétez pas, votre fosse peut devenir une vidange complète selon l'état des boues et le climat.

#### 2. VIDANGE COMPLÈTE

Pour les fosses de rétentions (scallées), une vidange complète est nécessaire puisqu'elles ne laissent échapper aucun liquide. Ce type de fosse requiert souvent plus d'une vidange annuellement.

### TÉLÉPHONES

- Meddington | 819-367-2577
- Daveluyville | 819-367-3395
- Saint-Louis-de-Blandford | 819-364-7007
- Saint-Rosaire | 819-752-6178
- Saint-Valère | 819-353-3450
- Saint-Samuel | 819-353-1242
- Sainte-Clothilde-de-Horton | 819-336-5344
- Sainte-Séraphine | 819-336-3200
- Sainte-Elizabeth-de-Warwick | 819-358-5162
- Saints-Martyrs-Canadiens | 819-344-5171
- Ham-Nord | 819-344-2424
- Saint-Christophe-d'Arthabaska | 819-357-9031
- Chesterville | 819-382-2059
- Notre-Dame-de-Ham | 819-344-5806
- Kingsley Falls | 819-363-3810
- Warwick | 819-358-4300
- Saint-Albert | 819-353-3300
- Victoriaville | 819-758-1571
- Saint-Norbert-d'Arthabaska | 819-369-9318
- Sainte-Hélène-de-Chester | 819-382-2650
- Tingwick | 819-359-2454
- Saint-Rémi-de-Tingwick | 819-359-2731

### VIDANGE D'URGENCE?

Communiquez avec l'entrepreneur de votre choix

[fossarthabaska.ca](http://fossarthabaska.ca)

# CALENDRIER DES VIDANGES SUPPLÉMENTAIRES 2021

S'adresse uniquement aux citoyens ayant besoin de plus d'une vidange tous les deux ans

## INSCRIPTION

L'inscription est obligatoire et doit être faite au plus tard le jeudi qui précède la semaine choisie :

- En ligne au [fossesarthabaska.ca](http://fossesarthabaska.ca)
- Par téléphone en communiquant avec votre municipalité

\*En vous inscrivant au calendrier des vidanges supplémentaires, vous bénéficiez du tarif le plus bas disponible. La vidange sera effectuée dans la semaine choisie, entre le lundi et le vendredi. Il n'est pas possible de choisir une date précise.

**Maddington** | 819-367-2577  
**Daveluyville** | 819-367-3395  
**Saint-Louis-de-Blandford** | 819-364-7007  
**Saint-Rosaire** | 819-752-6178  
**Saint-Valère** | 819-353-3450  
**Saint-Samuel** | 819-353-1242  
**Sainte-Clotilde-de-Horton** | 819-336-5344  
**Sainte-Séraphine** | 819-336-3200  
**Sainte-Élizabeth-de-Warwick** | 819-358-5162

**Saints-Martyrs-Canadiens** | 819-344-5171  
**Ham-Nord** | 819-344-2424  
**Saint-Christophe-d'Arthabaska** | 819-357-9031  
**Chesterville** | 819-382-2059  
**Notre-Dame-de-Ham** | 819-344-5806  
**Kingsey Falls** | 819-363-3810  
**Warwick** | 819-358-4300  
**Saint-Albert** | 819-353-3300

**Victoriaville** | 819-758-1571  
**Saint-Norbert-d'Arthabaska** | 819-369-9318  
**Sainte-Hélène-de-Chester** | 819-382-2650  
**Tingwick** | 819-359-2454  
**Saint-Rémi-de-Tingwick** | 819-359-2731

Semaines offertes à toutes les municipalités

Basée saison

Jours fériés

### JANVIER

L	M	J	V	S	D
			1	2	3
4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27
28	29	30	31		

### FÉVRIER

L	M	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24
25	26	27	28		

### MARS

L	M	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30
31					

### AVRIL

L	M	J	V	S	D
1	2	3	4		
5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28
29	30				

### MAI

L	M	J	V	S	D
					1
2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31

### JUIN

L	M	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30

### JUILLET

L	M	J	V	S	D
1	2	3	4		
5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28
29	30	31			

### AOÛT

L	M	J	V	S	D
					1
2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31

### SEPTEMBRE

L	M	J	V	S	D
					1
2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	

### OCTOBRE

L	M	J	V	S	D
					1
2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31

### NOVEMBRE

L	M	J	V	S	D
					1
2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	

### DÉCEMBRE

L	M	J	V	S	D
					1
2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31

# CAMP DE JOUR

La Municipalité de Saint-Valère est dans le regret de devoir annoncer que le camp de jour 2021 n'aura pas lieu cette année. Le conseil a dû statuer sur cette décision considérant le poste vacant de coordonnateur (trice) au loisir et vie communautaire et les difficultés dans le recrutement du personnel nécessaire.

Nous espérons pouvoir atténuer les inconvénients en vous proposant des alternatives, soit des camps à proximité, acceptant les inscriptions des citoyens de Saint-Valère :

1. Le Camp de jour de Saint-Samuel  
(819) 353-1863 ou [centreserv@telwarwick.net](mailto:centreserv@telwarwick.net)
2. Le Camp de jour de Princeville\*  
(819) 364-3333 poste 3328 ou [f.lecours@villedeprinceville.qc.ca](mailto:f.lecours@villedeprinceville.qc.ca)
3. Le Camp de jour de Daveluyville\*  
(819) 367-3134
4. Le Camp de jour de Sainte-Clotilde-de-Horton\*  
(819) 336-5344

\*Veuillez noter que des tarifs supplémentaires sont applicables pour les non-résidents.

Nous vous invitons à communiquer avec les responsables des camps pour vérifier les disponibilités et l'ensemble des modalités applicables à chacun des camps.

## MODIFICATION À LA COLLECTE DES SURPLUS DE FEUILLES

→ À partir du 22 septembre, seuls les sacs de papier seront acceptés et ramassés.

## L'UTILISATION DE SACS DE PAPIER

- Faire l'achat des sacs de papier dans un commerce et y déposer vos feuilles mortes
- Déposer vos sacs à la collecte des surplus de feuilles





2, rue du Parc  
Saint-Valère (Québec) G0P 1M0

Téléphone : (819) 353-3464

Courriel : [biblio@msvalere.qc.ca](mailto:biblio@msvalere.qc.ca)

Heures d'ouverture : Lundi et mardi de 14 h à 16 h  
et de 18 h 30 à 20 h 30

Coordonnatrice : Marlène Chouinard



## NOUVEAUTÉS

### ROMANS ADULTES

Les collines de Bellechasse vol. 1 et 2	Marthe Laverdière
Un bonheur à bâtir vol. 1	Rosette Laberge
La tisserande	Richard Gougeon
La chronique des Bridgerton Vol. 1 à 6	Julia Quinn
Le trésor des Augustines Vol. 1	Josée Ouimet
Kukum et Atuk, elle et nous	Michel Jean
2 cerises sur mon sundae	Claudia Lupien
Au pied du grand chêne vol. 1 et 2	Louise Caron
Un café avec Marie	Serge Bouchard
La chambre aux papillons	Lucinda Riley
À la vie, à la mort	Mary Higgins Clark
Sarah-Ann Vol. 1 et 2	Delfiane
Et bien d'autres encore...	

### ROMANS JEUNES ET B.D.

Le journal de Dylane Vol. 12	Marilou Addison
Capitaine Static Super Capitaine Static	Alain M. Bergeron
La vie compliquée de Léa Olivier (B.D.)	Catherine Girard-Audet
Les chroniques de Darkhell Vol. 2	Sobral
Mini-Jean et Mini-Bulles Vol. 12	Alex A.
Et bien d'autres ...	

### Congé férié

La bibliothèque sera fermée lundi le 24 mai toute la journée. Nous vous souhaitons un bon congé férié!

### Échange de livres

L'échange de livres aura lieu en juin! Les nouveaux livres, provenant du réseau biblio CRSBP CQLM, seront étiquetés d'un autocollant vert.

### Mesures sanitaires

Voici les mesures sanitaires à observer à la bibliothèque :

- Port du masque;
- Désinfection des mains;
- Nombre limité de familles à l'intérieur de la biblio (il se peut que l'on vous demande d'attendre dans le hall de la bâtisse municipale);
- Ne touchez que les livres que vous empruntez. Si vous touchez un livre que vous ne prendrez finalement pas, veuillez l'apporter à une bénévole, qui mettra le livre en quarantaine.

Merci pour tout le respect que vous manifestez envers les gens et les mesures sanitaires!

Bonne lecture!

*Marlène Chouinard, coordonnatrice*



**INSCRIPTIONS SOCCER**

**REMETTRE PAR COURRIEL :**  
STVALERE@MSVALERE.QC.CA

**REMETTRE SUR PLACE :**  
2, RUE DU PARC

**REMETTRE VIA FACEBOOK :**  
MUNICIPALITÉ DE SAINT-VALÈRE

1. Remplir le formulaire PDF.
2. L'enregistrer sur votre appareil ou l'imprimer.
3. Remettre le formulaire selon l'une des 3 façons précisées.

**VEUILLEZ NOTER QUE LA SANTÉ PUBLIQUE NE PERMET PAS LE JEU D'ÉQUIPE (MATCHS) ACTUELLEMENT.**  
LES INSCRIPTIONS SE FERONT SANS FRAIS. LE PAIEMENT SERA EXIGIBLE UNIQUEMENT LORSQUE LE RESPONSABLE CONFIRMERA LA TENUE DE L'ACTIVITÉ ET LES DATES POUR LA SAISON 2021, EN FONCTION DES RECOMMANDATIONS DE LA SANTÉ PUBLIQUE.

**Gestion**  
**Joan Marcel**  
Processeurs à bois

Tél. : 819 297-2441  
Cell. : 819 371-4437

11 480, boul. du Parc-Industriel,  
Bécancour (Ste-Gertrude) G9H 3P3  
gestionjm@hotmail.com



**PILKEMASTER 820**  
PROCESSEUR À BOIS



**Josée Joseph**  
Courtier immobilier résidentiel  
jjoseph@viacapitale.com

121, Bois-Francs Sud, Victoriaville (Qc) G6P 4S4  
viacapitale 819.350.7949  
www.viacapitalecentreduquebec.com

*une pelouse qui a  
de la vie !*

Tél. : 819 353-2700  
Télec. : 819 353-2704

**GAZONNIÈRE  
Vigneault**

Michel Vigneault  
Cell. : 819 552-2701  
Martin Vigneault  
Cell. : 819 552-2700

181 rang 12, St-Valère  
Québec GOP 1M0



**ÉRIC LEFEBVRE**  
DÉPUTÉ D'ARTHABASKA



**CDCCBF**  
CORPORATION DE DÉVELOPPEMENT  
COMMUNAUTAIRE DES BOIS-FRANCS

**Ensemble et !  
AUTREMENT!**

Présente



**Carrefour jeunesse-emploi Arthabaska**

Aider les 16-35 ans à actualiser leur  
potentiel par le biais de différents services.

- ▶ Recherche d'emploi.
- ▶ Orientation scolaire et professionnelle.
- ▶ Entrepreneuriat.
- ▶ Développement de projet de bénévolat et de volontariat.
- ▶ Autonomie personnelle et sociale.
- ▶ Alternative suspension.
- ▶ Persévérance scolaire.
- ▶ Place aux jeunes.
- ▶ Mes finances mes choix<sup>MD</sup>.

108, rue Olivier, Victoriaville (QC) G6P 6V6

819 758-1661

Courriel : info@cje-arthabaska.ca

Visitez notre site Internet au :  
**www.cje-arthabaska.ca**



## OFFRE D'EMPLOI

### POSTE

Opérateur, camionneur et manœuvre à l'entretien des travaux publics

### Organisme

La Municipalité de Saint-Valère est à la recherche d'un **opérateur, camionneur et manœuvre à l'entretien des travaux publics** pour exécuter une variété de tâches inhérentes à l'entretien des travaux publics ainsi que le déneigement durant la période hivernale.

### Type de poste

Permanent, temps plein de 36 h / semaine

### Responsabilités

- Savoir opérer un chargeur sur roues, pelle mécanique et niveleuse;
- L'opérateur devra conduire les camions de voirie;
- Faire l'entretien de tout ce qui a rapport à la voirie, les bâtisses municipales et s'acquitter de toutes les autres tâches connexes confiées ou demandées par ses supérieurs;

### Aptitudes recherchées et exigences

- Grande autonomie au travail;
- Posséder un permis de conduire valide avec classe 3;
- Être disponible du lundi au vendredi;
- Déneigement durant la période hivernale;
- Être habillé dans l'opération d'une pelle mécanique pour le creusage des fossés occasionnel serait un atout;
- Avoir de l'expérience d'au moins 5 ans dans le domaine;
- Être habilité à remplir les fonctions d'inspecteur en voirie dans l'éventualité de remplacer celui-ci suite à son départ à la retraite (d'ici plus ou moins quatre ans).

**Conditions salariales :** 25 \$ de l'heure

**Personne à contacter :** Jocelyn Jutras, directeur général

**Date limite du concours :** mardi le 1<sup>er</sup> juin 2021, 12 heures.

**Veillez envoyer votre CV PAR COURRIEL SEULEMENT, accompagné d'une lettre d'intérêt à :**

Municipalité de Saint-Valère

Courriel : [stvalere@mvalere.qc.ca](mailto:stvalere@mvalere.qc.ca)

**Seules les personnes retenues pour une entrevue seront contactées.**

Pour l'amour et  
le respect des  
**ANIMAUX!**



Société  
protectrice  
des animaux  
d'Arthabaska

**LIEU OÙ ON PREND SOIN ET protège LES ANIMAUX**

- Lieu d'information, gestion des plaintes • Service d'urgence
- Récupération des animaux errants • Endroit où se procurer votre licence

*Adopter un animal à la SPA, c'est lui donner une deuxième chance!*

691, RUE DE L'ACADIE, VICTORIANVILLE 819.758.4444

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

**NORT**  **EAU**

RRQ 8232-9970-39  
**CMMTE**  
Corporation des maîtres  
mécaniciens en tuyauterie  
du Québec

Analyses d'eau  
bactériologique et  
physicochimique

- Vente, service et réparation
- Traitement d'eau • Adoucisseur d'eau
- Spécialités: fer - bactéries - odeur ph et dureté
- Osmose • Réparation de toutes marques
- Résidentiel • Commercial • Industriel

43, Eddy Victoriaville

**819 758-5188**

[www.norteau.ca](http://www.norteau.ca)





## **Pompier(ière) à temps partiel, sur appel**

La Régie Intermunicipale de Sécurité Incendie de Bulstrode qui dessert les municipalités de Saint-Samuel, Saint-Valère, Aston-Jonction et Sainte-Eulalie, est à la recherche de candidat (e) pour un poste de pompier (ière) à temps partiel sur appel.

### **Principales fonctions:**

- Répondre aux alertes incendies et autres appels d'urgence sur l'ensemble du territoire de la Régie qui dessert les municipalités de Saint-Samuel, St-Valère, Aston-Jonction et Sainte-Eulalie ainsi que sur les différents territoires faisant l'objet de protocoles d'entraide;
- Participer aux formations;
- Participer aux exercices d'entraînement mensuellement;
- Effectuer des tâches d'entretien des appareils et du matériel requis pour combattre les incendies;
- Effectuer des activités de prévention et d'éducation du public.

### **Conditions d'admissibilité :**

- Être en excellente condition physique;
- Satisfaire à une enquête concernant les antécédents judiciaires;
- Posséder un permis de conduire valable et un véhicule automobile;
- Être disponible pour répondre aux appels d'urgence;
- Posséder la formation « Pompier I » ou s'engager à la suivre dans les délais prévus par la régie;
- Résider dans les municipalités desservies par la Régie afin de répondre dans les délais prescrits.

### **Salaire et conditions de travail:**

- Selon la politique en vigueur de la Régie.

### **Candidature:**

Faites parvenir votre curriculum vitae avant le 4 juin 2021 par courriel à : [rissainte-eulalie.ca](mailto:rissainte-eulalie.ca), par télécopieur au numéro 819-225-4072 ou par la poste à l'adresse suivante:

Mme Raymonde Croteau, directrice générale  
Régie Intermunicipale de Sécurité Incendie de Bulstrode  
759, des Bouleaux  
Sainte-Eulalie (Québec) GOZ 1E0

**Prenez note que seuls les candidats (es) retenus (es) seront convoqués (es) en entrevue.**

## **L'Érable Rouge**

3324, route 161, Saint-Valère, GOP 1M0

- ✓ Cabane à sucre
- ✓ Sentiers de patinage en forêt
- ✓ Culture du safran
- ✓ Autocueillette de citrouille

[erablerouge.com](http://erablerouge.com) / (819) 353-1616





*Excavation - Génie Civil - Drainage - Terrassement - Installations septiques*

**Jean-Philippe Boivin**  
Président  
Cell. 819 352-0972  
jpboivin@ivic.qc.ca

100, rue Industrielle  
Saint-Louis de Blandford, Qc, G0Z 1B0  
Bureau 819 234-0972  
RBQ 5695-8036-01

## Garage Jean-Marc Boilard



**PEINTURE - DÉBOSELAGE**

Vente d'auto & pièces usagées

Tél.: 758-0063 Rés.: 357-2047

16, route 161, St-Valère Qc G0P 1M0

Jean-Marc Martin

## NOUVEAU ET UNIQUE EN RÉGION

## FOREUSE DE PUIITS SUR CHENILLE

FORAGE À DOUBLE ROTATION :

MEILLEUR SCELLEMENT AU ROC

MEILLEURE QUALITÉ D'EAU

FOREUSE PLUS COMPACTE ET PLUS LÉGÈRE

819-758-6468 OU 1-800-567-5829

**Puitbec** GROUPE

www.puitbec.com

100%  
fait au  
Québec



RBQ: 8327-6683-50



- Produits fumés
- Viandes fraîches
- Épicerie
- Viandes - Poissons
- Produits maison
- Essence
- Fromage - Jambon

## CLAUDE ET JEAN LACHARITÉ

• LES MARCHÉS •

# Tradition

OUVERT 7 JOURS / 7 DE 7h à 21h

Tél.: (819) 353-3050

1227, Principale - St-Albert Qc J0A 1E0

SAO

# CHRONIQUE SANTÉ

PAR ANNIE FOURNIER D.N.

Le sommeil, par Annie Fournier D.N.

L'insomnie: manque de lumière et de noirceur ! Voilà un cycle à bien comprendre. Nous devons nourrir notre corps de ce qu'on appelle la sérotonine (acquis avec suffisamment de lumière), pour pouvoir sécréter la mélatonine 12 heures plus tard pour dormir. Alors une bonne nuit de sommeil débute le matin, comme le dit si bien le Dr. Monique Nitka.

Voici quelques causes importantes à vérifier : hypertension surtout chez la femme, manque de mélatonine, difficulté à relaxer, déséquilibre hormonal, taux d'acidité élevé, problème de foie, hypoglycémie, stress, préoccupations, tensions, insécurité, carence en complexe B et/ou magnésium, manque d'exercice, déshydratation, hyperthyroïdie, changement d'heures (2 semaines d'adaptation), parasites, etc.

Voici quelques faits, non scientifiques, mais pourtant bien établis, surtout en médecine chinoise :

- Se réveiller entre 1hre et 3hrs : Problème de foie en excès
- Se réveiller entre 3hrs et 5hrs : Carence en complexe B
- Pipi au lit, somnambule, dort très profondément, mange peu au souper, cauchemars à 4-5hrs : Hypoglycémie
- Crampes au repos, spasmes, nervosité, anxiété, fourmillement, fatigue, impatience : Carence en magnésium
- Difficulté à s'endormir: parasites
- 3 nuits de manque de sommeil : déséquilibre métabolique
- Incapable de s'endormir, incapable de décrocher, difficulté à se réveiller le matin: Glandes surrénales, hypoglycémie
- Manque de sommeil= hypertension surtout chez la femme

Voici quelques solutions: Après 15hrs, éviter la caféine, le fromage, le vin, alcool, sucre, chocolat les pommes de terre et les tomates durant la soirée, préparer le sommeil, se réserver un espace sommeil, se réveiller à la même heure tous les matins, exercice physique, chambre dans l'obscurité pour produire plus de mélatonine, libérer la pensée et les tourments, attention aux médicaments contre l'hypertension, drogues, laxatif et la cortisone. Relaxer, méditer et utiliser des huiles essentielles: lavande, romarin, camomille, orange, tangerine, manger moins, boire de l'eau.

Et sachez que si vous êtes reposé et en forme le matin, votre sommeil va bien, et ce n'est pas nécessairement relié aux nombres d'heures, à chacun son besoin.

108, rue Olivier, bureau 203,  
Victoriaville (Québec) G6P 6V6  
www.vosnotaires.info  
jbergeron@notarius.net

819.752.3000   
819.758.2822 

notaire  
**BERGERON**  
julie



**TRANSPORT MICHEL NADEAU**  
**TERRE • SABLE • GRAVIER**

51, ROUTE 161  
Saint-Valère (Québec) G0P 1M0  
**Téléphone : (819) 758-0033**  
**Cellulaire : (819) 740-9933**

Association des

# PROCHES AIDANTS

Arthabaska - Érable

## Soutien-aidant « LÀ POUR VOUS! »

Soutien-Aidant est un service téléphonique d'écoute, d'information, de soutien et de références professionnel, confidentiel et gratuit. Il s'adresse aux proches aidants d'aînés et à leur entourage.

Notre conseillère est « LÀ POUR VOUS »:

VOUS  
ÉCOUTER

VOUS  
SOUTENIR

VOUS  
INFORMER

VOUS  
RÉFÉRER

... Vers des ressources et services adaptés à vos besoins.



### Nous joindre

Lundi au jeudi 8 h 30 à 12 h 00  
et 13 h 00 à 16 h 30

**873 665-2299**

\*Arthabaska-Érable\*

[lapourvous@prochesaidantsae.com](mailto:lapourvous@prochesaidantsae.com)

[www.facebook.com/prochesaidants](http://www.facebook.com/prochesaidants)

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

# Entre vous et nous, ça connecte toujours.



**Rencontrer un conseiller  
en ligne, c'est profiter  
des mêmes services qu'en  
caisse, en toute sécurité.**

**Demandez votre rendez-vous  
virtuel maintenant.**

**819 758-9421**

 **Desjardins**  
Caisse des Bois-Francs

[desjardins.com](https://www.desjardins.com)