



Le mensuel de *Saint-Valère*

Briller par son audace ■■■ Volume 30, numéro 307

MAI 2017

La Fête des
Voisins

10 JUN 2017, À PARTIR DE 10 H 30

PARC MUNICIPAL

Voisin, voisine
on vous attend!



LISTE DES ACTIVITÉS

- MUSIQUE TRADITIONNELLE
- DÉPUTÉ SUR PLACE
- JEUX GONFLABLES
- MINI FERME
- POMPIER
- ACTIVITÉ POUR LES ENFANTS
- CADEAUX SURPRISES
- DÎNER GRATUIT (MIDI)
(HOT DOG, BREUVAGE,
CHIPS, DESSERT)

RETOUR COMPOST ET DISTRIBUTION D'ARBRES

20 MAI 2017 DE 9 H À MIDI
INFORMATIONS À LA PAGE 4



Le mensuel de Saint-Valère

2

Ce journal est rendu possible grâce à la participation de la Caisse Desjardins des Bois-Francis, de la Municipalité de Saint-Valère ainsi que des bénévoles pour la rédaction des articles autres que les articles municipaux. Veuillez prendre note que la municipalité se dégage de toutes responsabilités sur le contenu des pages dédiées aux organismes et aux groupes d'aide et de loisirs.

Merci à vous tous!

Articles :	Pages
Rapport du maire	3
Infos municipales	4
Bibliothèque	5-6
Rapport financier 2016	7-8
Pastorale	8
Mouv. des femmes chrétiennes	9
FADOQ	10
Aféas	11
Bazar	12
Fête nationale du Québec	14

Date de tombée pour les prochains mois :

**Le dernier mercredi
du mois SAUF JUILLET
(pas de parution en août)**

Les textes doivent faire une seule page et être transmis par courriel dans un document de traitement de texte à l'adresse courriel :

stvalere@msvalere.qc.ca

Aucune publicité ne sera tolérée dans les articles des organismes.

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

819.752.3000 ☎
819.758.2822 ☎

notaire
BERGERON
julie



Clinique D'Orthothérapie Lucie Martel
10 ans d'expérience
Marché US-1820 Rue. Raimon 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



RAPPORT DU MAIRE

LOUIS HÉBERT

Chères citoyennes,
Chers citoyens,

Voici le compte-rendu du dernier Conseil municipal, tenu le 1^{er} mai 2017.

La municipalité a confié l'entretien de la pelouse à la compagnie Pelouse Expert EB pour l'année 2017.

Suite au départ de madame Marie-Pier Danis-Théberge comme adjointe administrative et inspectrice en bâtiment, le conseil se joint à moi pour la remercier pour son implication, son professionnalisme en lui souhaitant bonne chance dans ses nouveaux projets.

Nous accueillons madame Julie Lamontagne comme adjointe administrative, elle se fera un plaisir de vous accueillir.

Pour le remplacement de madame Danis-Théberge en urbanisme, une entente de service avec la MRC pour nous offrir le service pour l'émission des permis.

Veillez prendre note qu'il y aura un délai pour l'entrée en fonction de la nouvelle personne merci de votre compréhension.

Le conseil a fait une contribution au comité Action Communautaire de Saint-Valère ainsi qu'au Grand McDon.

Nous avons obtenu une subvention pour deux postes pour le camp de jour pour la saison estivale.



Les conseillers et moi-même accueilleront les nouveaux propriétaires de la municipalité lors de la Fête des voisins qui se tiendra le 10 juin prochain au parc municipal. Veuillez-vous référer à la première page du journal pour la liste des activités de cette journée.

Nous demeurons disponibles pour toutes questions ou commentaires. N'hésitez pas à communiquer avec l'un des membres du conseil ou du personnel municipal.

Veillez noter que la prochaine assemblée du conseil municipal se tiendra à la salle municipale du centre administratif, le 5 juin 2017, à 20 h.

Le maire,

Louis Hébert

• SEMENCE • CÉRÉALE
• SOYA • MAIS



**AGRO
CENTRE
VINISOL INC.**

Marcel Normand
REPRÉSENTANT

60, rang 10
Saint-Valère (Québec) G0P 1M0
Cellulaire 819-795-9877
Téléphone 819-353-2877



TOILETTAGE

Pattes de poils

Annie Bédard
Toiletteuse félin et canin

2405, route 161
St-Valère, Qc G0P 1M0

819 353-1409

Visitez ma page facebook

Le mensuel de Saint-Valère

4



INFOS MUNICIPALES

Bureau Municipal

2, rue du Parc, Saint-Valère
Téléphone : 819 353-3450
Télécopieur : 819 353-3459
Courriel : stvalere@mvalere.qc.ca

Heures d'ouverture : (fermé de midi à 13h)

Lundi	9 h à 17 h
Mardi	9 h à 17 h
Mercredi	9 h à 17 h
Jeudi	9 h à 16 h
Vendredi	9 h à 12 h

ABRI TEMPORAIRE

Petit rappel pour vous aviser de démonter les abris temporaires (Abris Tempo) avant le 15 avril. Selon la réglementation, ces abris peuvent être installés du 1^{er} novembre au 15 avril de l'année suivante.

DISTRIBUTION DU COMPOST

Le 20 mai prochain se déroulera la traditionnelle Distribution annuelle de compost amassé durant la dernière année. Nous vous attendons en grand nombre encore cette année, au 43, rue Desjardins Nord, pour recueillir votre compost distribué par quelques membres du conseil. Vous devrez apporter vos sacs très résistants ou récipients pour obtenir environ 30 kg (66 livres). Pour vous remercier de votre implication, la municipalité conjointement avec l'Association forestière du Sud du Québec fera également la distribution d'arbres. Nous comptons sur votre participation !

VERSEMENT DE TAXES

N'oubliez pas que le deuxième versement pour les taxes municipales doit se faire avant le **31 mai 2017**.

LOCATION DE LA SALLE MUNICIPALE POUR LES ORGANISMES

Petit rappel pour vous aviser que pour effectuer une demande de location de la salle municipale, vous devez compléter le formulaire disponible à cet effet ou nous contacter au bureau municipal.



ASSEMBLÉE DU CONSEIL MUNICIPAL

L'assemblée se tiendra à la salle municipale du centre administratif, le 5 juin 2017, à 20 h.

Le directeur général et secrétaire-trésorier,

Jocelyn Jutras

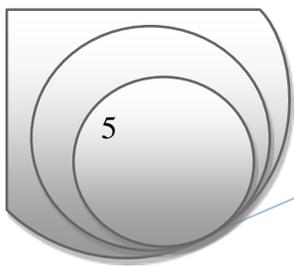
CHEZ NOUS LE BON GOÛT D'AUTREFOIS EXISTE !

Épicerie Boucherie
Claude & Jean
Lacharité

MARQUE
BONICHOIX

Jean & Claude Lacharité

1227, Principale, St-Albert
(Québec) J0A 1E0
Tél.: 819.353.3050 Télécopieur: 819.353.3069



Le mensuel de Saint-Valère

BIBLIOTHÈQUE MUNICIPALE *La lecture, c'est la clé de l'aventure*

Heures d'ouverture :

2-A, rue du Parc, Saint-Valère

Téléphone : 819 353-3464

Télécopieur : 819 353-3465

Courriel : biblio127@crsbpcqlm.qc.ca

Lundi	14 h à 16 h	18 h 30 à 20 h 30
Mardi	14 h à 16 h	18 h 30 à 20 h 30
Mercredi	14 h à 16 h	18 h 30 à 20 h 30

FERMETURE COMPLÈTE POUR LA JOURNÉE DU 26 AVRIL 2017

NOUVEAUTÉS

Romans adultes :

Les orphelins de l'amour

Les étoiles de la fortune (vol. 1 à 3)

Sang de pirate (vol. 1 à 4)

Le manipulateur

Nuits d'enfer au paradis

Danseuse et maman

Des deux côtés de la prison

Le doute

On dirait nous

Leila Meacham

Nora Roberts

Elisabeth Tremblay

John Grisham

Stephanie Meyer

Marc Fisher et Martine Jeanson

Geneviève et Martin Forgues

S.K. Trenayne

Didier Van Cavwelaert

Romans jeunes :

Trilogie de : Le baise de la sirène

Les zozos du sport

Tera Lynn Childs

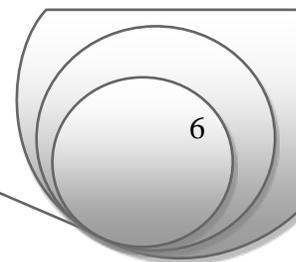
Marilou Addison

N'oubliez pas de visiter le site internet <http://www.mabibliotheque.ca/> pour réserver un titre non-disponible à la bibliothèque, pour obtenir un prêt de livre numérique, etc.

Dans le petit journal d'avril, nous vous suggérons de nous laisser votre adresse courriel pour éviter les retards. Le CRSBP éprouve des difficultés avec cette fonction, les accents ne s'affichant pas correctement dans les messages envoyés. Nous nous excusons de ce délai.

Nous avons reçu des livres pour le Biblio-Aidants : un service d'information pour les proches aidants. Venez consulter les documents!

Le mensuel de Saint-Valère



Voici les noms des gagnants du tirage de Pâques :

JEUNES : Alek Lamontagne, Elizabeth Bernier, Elizabeth Hardy, Alexis Normand, Jérémy Normand, Gabriel Hardy, Jérémy Allaire et Maxim Normand.

ADULTES: Nathalie Rondeau.

Et le grand prix: Maxim Normand.

Prochain concours : Mai : la maman de l'année;
Juin : le papa de l'année.

FÉLICITATION À TOUS LES GAGNANTS ET GAGNANTES

Bonne lecture!

Coordonnatrice de la bibliothèque municipale,

Marlène Chouinard

Activités hivernales à la cabane!

Sentiers de patinage en forêt

Glissage sur neige

Sentiers pédestres

Sentiers de raquettes

Mini ferme

Feux de foyer en forêt

➡ Brunch « cabane » à la carte les samedis et dimanche de 9 à 14 heures



Érable Rouge

3324, route 161 Saint-Valère G0P 1M0

Activités hivernales : décembre à mars inclusivement selon dame nature

Accès gratuit sur présentation de votre carte FADOQ de Saint-Valère (avec achat de 2\$ ou plus d'un produit de l'érable)

Accès gratuit pour les résidents de Saint-Valère (avec achat de 6\$ ou plus d'un produit de l'érable, vous devez prendre rendez-vous avec moi pour faire préparer votre carte de citoyen de Saint-Valère, gratuit pour vos enfants)

Activités printanières (repas de cabane à sucre) : mars et avril

Tarifs et informations : www.erablerouge.com

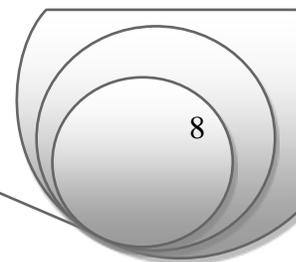
Courriel : info@erablerouge.com

Téléphone : 819-353-1616 (Mélissa Fleury)

Devenez fans de notre [page Facebook](#) pour suivre les actualités !!!

RAPPORT FINANCIER 2016

<u>Revenus</u>	<u>Revenus réels 2016</u>	<u>Budget 2016</u>	<u>Revenus réels 2015</u>
Taxes sur la valeur foncière	1 094 202,18 \$	1 090 480,00 \$	1 050 410,39 \$
Taxes sur une autre base	265 348,91 \$	135 704,00 \$	133 043,10 \$
Compensations tenant lieu de taxes	6 179,21 \$	4 674,00 \$	23 109,00 \$
Quotes-parts	1 878,31 \$	2 000,00 \$	2 460,21 \$
Transferts	617 048,79 \$	197 609,00 \$	358 098,38 \$
Fonds de roulement	100 000,00 \$		
Services rendus	42 190,01 \$	15 700,00 \$	21 411,55 \$
Imposition de droits	39 181,77 \$	22 400,00 \$	26 428,92 \$
Amendes et pénalités	3 522,78 \$	3 000,00 \$	3 638,00 \$
Intérêts	10 552,11 \$	4 000,00 \$	10 782,59 \$
Autres revenus	93 692,74 \$	96 059,00 \$	91 662,62 \$
<u>Total des revenus</u>	2 273 796,81 \$	1 571 626,00 \$	1 721 044,76 \$
<u>Charges</u>	<u>Charges réels 2016</u>	<u>Budget 2016</u>	<u>Charges réels 2015</u>
Administration générale	349 151,58 \$	319 497,00 \$	438 225,33 \$
Sécurité publique	252 418,53 \$	253 610,00 \$	244 413,16 \$
Transport	423 472,24 \$	545 443,00 \$	386 484,34 \$
Hygiène du milieu	139 060,31 \$	150 458,00 \$	143 460,72 \$
Aménagement, urbanisme et développement	71 123,06 \$	150 255,00 \$	104 544,37 \$
Loisirs et culture	103 117,90 \$	102 263,00 \$	92 594,64 \$
Frais de financement	56 085,71 \$	50 100,00 \$	55 965,42 \$
<u>Total des charges</u>	1 394 429,33 \$	1 571 626,00 \$	1 465 687,98 \$
Affectations	508 468,87 \$	0,00 \$	(288 329,57 \$)
Excédent (déficit) de fonctionnement à des fins fiscales	(370 898,61 \$)		32 972,79 \$



Rapport financier 2016 (suite)

La municipalité a terminé l'année avec un surplus de 370 899 \$. Premièrement, suite au nettoyage du cours d'eau de la Rivière-Noire, une dépense de 110 500 \$ a été comptabilisée en 2015, mais le revenu a été appliqué en 2016. Deuxièmement, la dépense de la construction de la bâtisse a été appliquée à la subvention qui a eu pour effet d'augmenter le surplus. En date du 31 décembre 2017, le surplus accumulé était de 558 346 \$.

Le directeur général et secrétaire-trésorier,

Jocelyn Jutras

PARCOURS DE CATÉCHÈSE OFFERT EN PAROISSE **PAROISSE DU BIENHEUREUX-JEAN XXIII** (Daveluyville + St-Rosaire + St-Samuel + St-Valère)

ÉVEIL À LA FOI

À la fin septembre, débutera la première des trois étapes de la catéchèse préparatoire pouvant mener les enfants aux sacrements du pardon, de l'eucharistie et de la confirmation. Sous le vocable de *l'éveil à la foi*, cette étape **est pré-requise pour accéder aux trois sacrements énoncés plus haut.**

Offerte aux enfants de **quatrième année primaire et plus**, cette démarche est vécue sur une période de trois ans.

- Année 1: Éveil à la foi (initiation);
- Année 2: Pardon et Eucharistie;
- Année 3: Confirmation.

Comme prérequis, **l'enfant doit être baptisé** (un certificat de baptême devra être fourni si baptisé ailleurs que dans nos quatre paroisses)

Pour cette première année, les catéchèses sont divisées en **trois blocs de cinq rencontres** donc un total de quinze rencontres à vivre entre les mois de septembre 2017 et de mai 2018.

Veillez noter que les parents (sans les enfants) seront conviés à assister à une rencontre d'informations avant le début des catéchèses.

Cette démarche vous intéresse ? Vous avez des questions ? Vous voulez inscrire votre enfant ? Pour toutes informations communiquez au 819 367-2308 du mardi au vendredi entre 9 h et 16 h ou encore par courriel au lmfraternite@hotmail.ca et demandez Luc Martel (agent de pastorale).

M.F.C. Saint-Valère

S'OUVRIR AU MONDE

De branche en branche.

Le thème de ce dossier : (de branche en branche) évoque pour la plupart, l'image d'un oiseau qui se pose ici et là. Mise à part l'image d'un oiseau, qu'est-ce que ça peut signifier?

De branche en branche, c'est vraiment l'image de ce que nous avons à faire. Notre arbre de vie commence quand nous sommes tout-petits et les branches représentent tous les choix, les chemins qui vont nous faire avancer. Nous avons la liberté de choisir notre branche et, petit à petit, aller plus loin, aller voir ailleurs, s'ouvrir au monde. Avec les années, nous sommes appelés à faire des actions différentes, de nouvelles expériences.

La croissance d'un être humain va plus loin que l'épanouissement personnel. Notre vie nous appartient, mais elle appartient aussi aux autres; elle est étroitement liée aux autres; la famille, l'entourage et la vie communautaire.

De branche en branche, c'est prendre conscience de son cheminement. Avec l'objectif de se représenter les étapes franchies dans son cheminement et trouver des manières d'être présente au monde. Un proverbe africain dit : « Il faut tout un village pour faire grandir un enfant ».

Je vous transmets les mots de cette chanson :

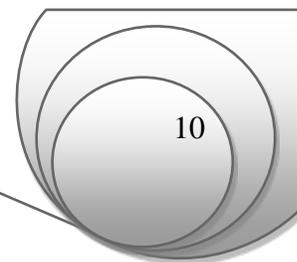
Il faut une fleur pour faire le monde
 Pour faire une maison il faut du bois
 Et pour trouver ce bois il faut un arbre
 Pour faire cet arbre il a fallu qu'on sème
 Sème une graine vivante et belle
 Pour faire la graine il a fallu que pousse
 La fleur si douce la fleur si douce
 Il a fallu une fleur pour faire le monde
 Pour faire naître une fleur il faut une graine
 Pour faire la graine il faut un arbre
 Un arbre qui vient prendre ses racines
 Sur la colline verte et tranquille
 Un arbre qui a porté sur ses branches
 La fleur si blanche la fleur si blanche
 Il faut toujours une fleur pour faire le monde. (Les Poppys.)

Pèlerinage à Sainte-Anne-de-Beaupré le 7 juin. Si intéressé, veuillez contacter : Rolande Aubry 819 402-2090

Bonne réflexion!

Rolande Fleurant

Le mensuel de Saint-Valère



de Saint-Valère

Bonjour à tous et à toutes, membres de la FADOQ et les gens de Saint-Valère,

Rapport de l'Assemblée annuelle de la FADOQ qui a eu lieu le 19 avril dernier. Je vais vous parler des points les plus importants pour l'année qui vient de passer, 3 vidéoconférences, les sujets étaient bien dans son assiette, l'insomnie et l'apnée du sommeil et accompagné quelqu'un en fin de vie. On a eu deux très bonnes conférences de madame Hélène Jutras qui a fait le grand tour du défi de monsieur Pierre Lavoie en vélo. Monsieur Abdala Gasal qui nous a entretenus de son pays natal la Syrie.

En plus, sept activités de rencontre et de plaisir. Lors de la rencontre, madame Céline Grimard nous a fait le porte-parole des membres du C.A. de la FADOQ du Centre du Québec. C'est avec fierté que je prends un instant pour vous mentionner que la FADOQ de notre région vient de dépasser les 23 500 membres.

Comme vous le savez, depuis plus de 46 ans, le réseau de la FADOQ rassemble et représente les personnes de 50 ans et plus dans le but de conserver et d'améliorer leur qualité de vie. Le réseau défend et fait la promotion de leurs droits collectifs, services et activités, notamment en loisir, culture, sport et plein air.

Le fait d'encourager l'activité physique et intellectuelle chez nos membres est une pratique bien établie dans notre organisation. C'est dans cette perspective que la FADOQ développe constamment de nouvelles activités pour répondre aux besoins de l'ensemble de ses membres.

De plus, la FADOQ a à cœur la qualité de vie de ses membres et se tient constamment à l'affût des décisions gouvernementales pour toujours être prêt à défendre vos droits.

Nous souhaitons vous informez davantage de nos activités, nos actions politiques et augmenter notre communication avec vous. C'est pourquoi, je prends un bref instant pour vous inciter à visiter notre site Internet, à aimer notre page Facebook et à vous inscrire à notre infolettre afin de vous tenir informés, toutes les semaines, des nouveaux développements nous concernant.

Prochaines activités :

- Interclub de Sainte-Gertrude, lundi le 22 mai 2017, réservez à Monique Mayrand, tel: 819 297 2629 ;
- Interclub de Saint-Valère, mardi le 23 mai 2017, réservez cette date et on vous téléphonera ;
- ouverture de la saison de la pétanque, mardi le 23 mai à 19 h, sur le terrain de la pétanque (venez, il y a de l'équipement disponible) monsieur Martial Bergeron responsable.

Fête des Jubilaires, samedi le 3 juin 2017, à 16 h à l'église, vous êtes tous invités.

L'équipe de la FADOQ

Gaston Vigneault, président

Le mensuel de Saint-Valère



Bonjour à toutes,

Plus de 50 personnes étaient présentes à Kingsey Falls le 4 avril pour la journée du travail invisible. Sur écran, la mairesse de l'endroit, Micheline Lampron, nous fait visiter sa ville et parle des industries comme Cascade, le parc Marie Victorin, ensuite un témoignage d'une maman agricultrice. La journée se termine avec une conférence de monsieur Marcel Lebœuf.

L'Assemblée générale de la région sera le 24 mai à la Pente douce, et vous êtes toujours invitées à l'aféas de Victoriaville, le 3^e mardi de chaque mois.

Pensée : La santé est le trésor le plus précieux et le plus facile à perdre.

Gisèle H. Marceau

TRANSPORT MICHEL NADEAU
TERRE • SABLE • GRAVIER

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



Josée Joseph
Courtier immobilier résidentiel
jjoseph@viacapitale.com

121, Bois-Francs Sud, Victoriaville (Qc) G6P 4S4

viacapitale  **819.350.7949**

www.viacapitalecentreduquebec.com

R.B.Q.: 8318-4994-01



SCIAGE DE BÉTON
BERGERON

Forage et Sciage de béton au diamant

François Bergeron

455, rang 12, St-Valère, Qc G0P 1M0 / Tél. : (819) 352-7707



Les Couvertures
MICHEL LAMONTAGNE

- **Rénovation de toiture**
- **Revêtement extérieur**
- **Agrandissement**

ESTIMATION GRATUITE
819.357.1997

RBQ : 8278-6724-17



BAZAR ST-VALÈRE

Si vous avez des articles de toutes sortes qui ne vous servent plus (sauf les meubles et les gros objets), ceux-ci pourraient faire le bonheur de quelqu'un d'autre. L'argent amassé servira au service pastoral de notre communauté de Saint-Valère.

Vous pouvez communiquer avec le secrétariat de l'église Saint-Valère au 819 353-2214, madame Louissette Fournier se fera un plaisir de vous répondre.

Heure d'ouverture du bureau : lundi et mercredi de 9 h à 11 h 30

Le Bazar est situé au sous-sol de la sacristie de l'église de Saint-Valère, il est souvent ouvert les fins de semaine, surveillez l'affiche qui l'indique.

Merci de vos dons, ils sont grandement appréciés.

Vous pouvez nous contacter :

- Louissette Fournier : 819-353-2214
- Stéphane Fournier : 819-350 2179
- Lucie Germain : 819-353-1758



IDEAL CARGO
IDEALTRAILER.COM

Défiiez 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

☆ TECHNOLOGIE
☆ **DURACORE**
☆ TECHNOLOGY

NOUVEAU ET UNIQUE EN RÉGION FOREUSE DE PUIS 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: 6327-6663-50



Garage Jean-Marc Boilard

PEINTURE - DÉBOSSÉLAGE
Vente d'auto & pièces usagées
Tél.: 758-0063 Rés.: 357-2047
16, route 161, St-Valère Qc G0P 1M0

Jean-Marc Martin

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 G0P 1M0



**OXYGÈNE
BOIS-FRANCS INC.**
DISTRIBUTEUR DE GAZ INDUSTRIELS
ET DE PRODUITS DE SOUDAGE

À VOTRE SERVICE DEPUIS 33 ANS

VENTE - SERVICE - RÉPARATION
Un vaste choix en produits de soudage et sécurité

Distributeur autorisé
Linde

819 752-4589
550 Bd Jutras Est, Victoriaville
www.oxygenebf.com

Bonjour!
Je vous invite à venir voir mes
nouvelles installations. Dans un décor
complètement nouveau. Pour toute la
famille. Prix abordable. Venir
l'essayer, c'est l'adopter!
Au plaisir!



Coiffure R.G.
20 ans
d'expérience

Sur rendez-vous
Mercredi au vendredi: 9 h à 20 h
Samedi: 8 h à 13 h
85, Rte 161, St-Valère
819 357-0157



NORT EAU

RBQ 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



La thématique de la fête nationale 2017

Québec, emblème de notre fierté

L'emblème aviaire du Québec, le harfang des neiges qui célèbre son 30^e anniversaire.

Aussi d'autres symboles de fierté comme le fleurdelisé, l'iris versicolore et le bouleau jaune occuperont une place de choix dans cette fête. Pour souligner un de nos bâtisseurs emblématiques, l'écrivain et rappeur Biz a mis en mots un texte peu connu « D'Iberville un corsaire à la mesure de l'Amérique ».

Soyons fiers de notre Québec et Bonne Fête nationale.



PICHÉ

OFFRE D'EMPLOI

Établi depuis 1983

Nous nous spécialisons dans la conception et la fabrication d'équipements de manutention.

PLUSIEURS POSTES À COMBLER DONT :

**Soudeurs Assembleurs/Soudeuses
Assembleuses**

Journaliers/Journalières

**Mécaniciens industriels/ Mécaniciennes
industrielles**

Machinistes

- Quart de jour ou de soir;
- Salaires compétitifs;
- Formation offerte par l'entreprise;
- Assurance collective dès 3 mois d'ancienneté;
- Bonne ambiance de travail.

Faire parvenir votre C.V. à :

Machinage Piché Ressources Humaines

rhpiche@outlook.com

414, 3^e rue C.P.147 Daveluyville, Qc

G0Z 1C0



Et si un jour ça m'était utile...

« J'aide une amie à la suite d'un accident d'auto qui l'a rendue moins autonome. Dernièrement, mon conjoint m'a dit qu'il était inquiet pour moi. Il a peur que je m'épuise. C'est vrai que j'ai moins de patience, que j'ai souvent des brûlements d'estomac et que j'ai de la difficulté à dormir. Je me sens tiraillée entre mon amie qui a beaucoup de besoins et ma famille que je délaisse.»

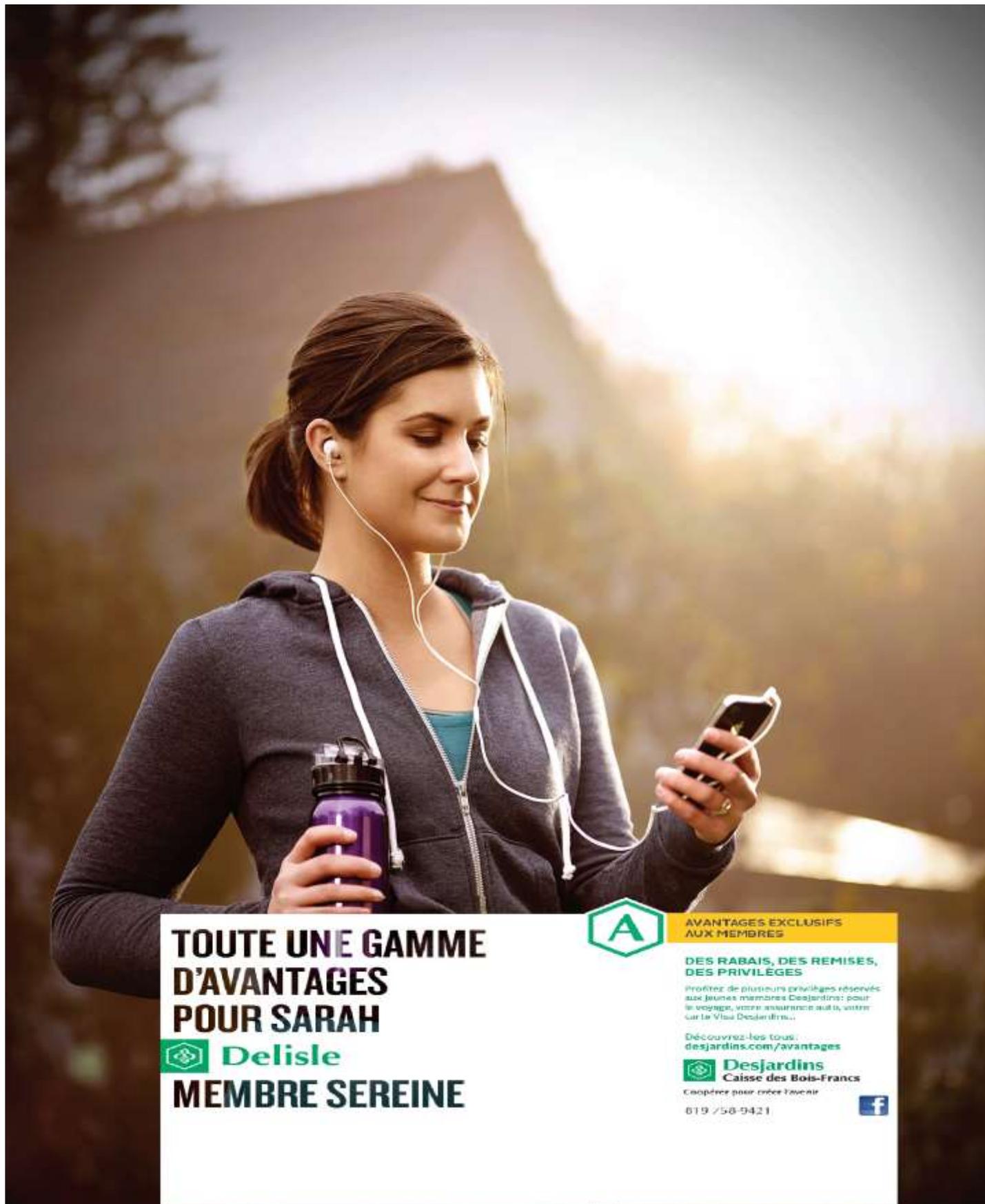
Trop souvent, le proche aidant s'oublie pour penser à l'autre. Il a parfois de la difficulté à mettre ses limites et être à l'écoute de ses propres besoins; une réalité qui entraîne fréquemment de l'épuisement. Les signes avant-coureurs sont souvent ignorés et peuvent entraîner de regrettables conséquences telles que des problèmes de santé inexistants auparavant, des pertes de contrôle et des gestes de colère face à la personne aidée et même le décès du proche aidant.

Voici quelques trucs et pistes de réflexion :

- soyez attentif, il existe plusieurs signes avant-coureurs (troubles de l'appétit et du sommeil, anxiété, sentiment d'être dépassé par la situation, etc.). Si vous avez des malaises physiques, consultez un professionnel. Votre santé est précieuse pour vous permettre de poursuivre votre rôle.
- déléguez certaines tâches et réévaluer vos priorités. Peut-être avez-vous besoin d'abaisser vos exigences?
- participez à des groupes d'entraide ou demandez un suivi individuel pour vous permettre d'exprimer ce que vous vivez.

Vous vivez une situation similaire ou vous connaissez quelqu'un qui vit cette situation? Contactez l'Association des proches aidants Arthabaska-Érable au **819 795-3577** pour obtenir de l'information, pour être soutenu ou encore pour être guidé tout au long de votre rôle de proche aidant. De plus pour connaître les ressources de votre secteur, consultez le www.lappuicdq.org.

Nous sommes là pour vous!



TOUTE UNE GAMME D'AVANTAGES POUR SARAH

 **Delisle**

MEMBRE SEREINE



**AVANTAGES EXCLUSIFS
AUX MEMBRES**

**DES RABAIS, DES REMISES,
DES PRIVILEGES**

Profitez de plusieurs privilèges réservés
aux jeunes membres Desjardins : pour
le voyage, votre assurance auto, votre
cur Le Visa Desjardins...

Découvrez-les tous :
desjardins.com/avantages

 **Desjardins**
Caisse des Bois-Francs

Coopérer pour créer l'avenir

819 758-9421

