



Le mensuel de
Saint-Valère

Briller par son audace ■■■ Volume 30, numéro 305

MARS 2017



RELEVEZ LE DÉFI

★ Du 31 mars au 11 mai 2016 ★



AVEC *Anais*

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
ALSC (loisirs)	7
Sûreté du Québec	8-9
Mouv. des femmes chrétiennes	11
FADOQ	12
Aféas	13
RISIB	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
Membre US-1820 Plus 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



RAPPORT DU MAIRE

LOUIS HÉBERT

Chères citoyennes et
chers citoyens,

Voici un résumé des résolutions adoptées lors de la dernière séance ordinaire du conseil municipal, qui avait lieu le 6 mars 2017 :

Comme à chaque année, la municipalité doit prévoir les travaux de voirie. Il est donc nécessaire de faire des demandes de soumissions publiques pour l'achat de pierre pour l'année 2017, ainsi que des soumissions sur invitation pour :

- l'achat de diesel pour la période 2017-2018;
- la location d'une pelle hydraulique dans le but d'effectuer des travaux dans la municipalité;
- l'achat de calcium ou de magnésium liquide;
- le transport à l'heure et le transport au kilomètre tonne;

La Régie intermunicipale de sécurité incendie de Bulstrode a déposé son rapport financier pour l'année 2016. Le conseil a accepté le rapport et vous pouvez consulter le bilan 2016 à la page 14.

La municipalité a autorisé le paiement de la quote-part 2017 pour la Sûreté du Québec.

Le conseil a autorisé les frais d'inscription et les dépenses relatives à la présence du directeur-général et secrétaire-trésorier Jocelyn Jutras au congrès 2017 de l'Association des directeurs municipaux du Québec (ADMQ).

La municipalité évalue la possibilité d'engager une firme pour effectuer l'inventaire des installations septiques conformes ou non en vue des vidanges systématiques des installations pour les années 2018-2019.

Cette année encore, nous faisons partie du Défi Santé (anciennement Défi Santé Équilibre 5/30) afin de vous aider à atteindre vos objectifs de santé et vie active.

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 prendre note que la prochaine assemblée du conseil aura lieu le **lundi 3 avril 2017 20 h**, au complexe municipal.

Le maire,

Louis Hébert

• SEMENCE • CÉRÉALE
• SOYA • MAÏS


**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



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

EMPRISE DU CHEMIN

Petit rappel de ne rien laissé dans l'emprise du chemin, surtout lors de tempête de neige. La municipalité n'est pas responsable des bacs d'ordures et/ou de récupérations ni des boîtes de courrier « boîte à malle » endommagés lors du déneigement des chemins. La visibilité est souvent restreinte et le poids de la neige, ajouté à la vitesse des camions (souvent moins de 50 km/h), peut endommager sérieusement vos biens.

De plus, vous ne pouvez pas envoyer votre surplus de neige de l'autre côté de la rue ou du rang. Cela crée des blocs de neige durcie et peut endommager les équipements de déneigement.

ABRI TEMPORAIRE

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

DÉCHET VOLUMINEUX

La prochaine collecte des déchets volumineux se tiendra **le mardi 11 avril 2017**. Vous pourrez à ce moment vous départir convenablement de vos meubles, matelas, électroménagers (sauf réfrigérateur et congélateur), etc. (page 16)

VERSEMENT DE TAXES

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

ASSEMBLÉE DU CONSEIL MUNICIPAL

L'assemblée se tiendra à la salle municipale du centre administratif, le 3 avril 2017, à 20 h.

Le directeur général et secrétaire-trésorier,

Jocelyn Jutras

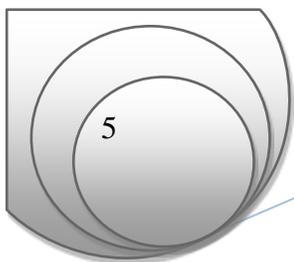
CHEZ NOUS LE BON GOÛT D'AUTREFOIS EXISTE !

Épicerie - Boucherie Claude & Jean Lacharité

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 15 MARS 2017.

NOUVEAUTÉS

Romans adultes :

Les fiançailles au berceau vol.1

Julie Lemieux

Je est une autre

Suzanne Aubry

Il était une fois à Québec vol. 1 et 2

Michel Langlois

Sur les berges du Richelieu Vol. 1 et 2

Jean-Pierre Charland

Amour fou

Nora Roberts

Annika (Les étoiles de la fortune) vol. 2

Nora Roberts

Sur les berges du lac Brûlé vol. 1-2-3

Colette Major Mc-Graw

L'espoir des Bergeron vol. 1

Michèle B. Tremblay

Le saut de l'ange

Lisa Gardner

Romans jeunes :

Défense d'entrer vol. 1 à 5

Caroline Héroux

Documentaire adultes :

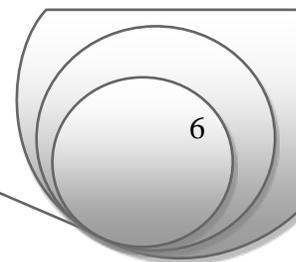
La vérité sur le sucre

André Marette

Ma cabane au Canada

Frédérique Chartrand

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.



Gagnants du tirage de Noël

Adultes :	Jacques Pépin et Nancy Vigneault
Catégorie 13-16 ans :	Alexia Bélanger et Maxim Normand
Catégorie 9-12 ans :	Justine Pépin, Gabriel Hardy et Derek Normand
Catégorie 6-8 ans :	Malik Plouffe, Léa Normand et Mia Brochu
Catégorie 0-5 ans :	Victor Bernier, Olivier Pellerin et Alek Lamontagne

Félicitations à tous les gagnants!

Les gagnants des concours « Connais-tu ta bibliothèque municipale? » et de la Saint-Valentin seront publiés dans la prochaine édition!

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)

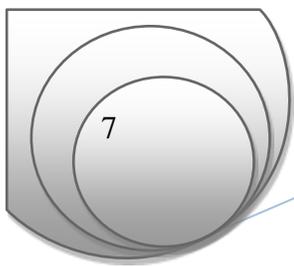
Activités printanières (repas de cabane à sucre) : mars et avril

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 !!!



Le mensuel de Saint-Valère



Animateur(trice) de camp de jour

L'Association Sports, Loisirs et Culture de Saint-Valère est à la recherche d'un(e) animateur(trice) pour son camp de jour. Celui-ci débutera le 26 juin et se terminera le 19 août. Il s'agit d'un contrat entre 32 et 40 heures par semaine d'une durée de 6 semaines (fermé les 2 semaines de la construction).

Fonctions

Sous la supervision du coordonnateur(trice), la personne choisie sera responsable :

- d'assurer en tout temps la sécurité des enfants inscrits au camp de jour;
- d'organiser des activités;
- d'animer les enfants;
- d'appliquer les règlements;
- d'assurer un suivi régulier auprès des parents (communication, situations particulières, bons coups, etc.);
- d'effectuer toutes autres tâches jugées essentielles au bon fonctionnement du terrain de jeux (ex. : ménage).

Qualifications

- Détenir son diplôme de secondaire 5 ou être en voie de l'obtenir;
- Être inscrit dans un programme d'études à l'automne 2017;
- Avoir son cours de gardiens avertis ou sa formation DAFA;
- Expérience avec les enfants de 5 à 12 ans (un atout);
- Avoir des aptitudes à travailler en équipe, faire preuve de créativité, être responsable et aimer travailler avec les jeunes.

Salaire : 11,25 \$ de l'heure

Date limite : 31 mars 2017 à 16 h

- Faire parvenir votre c.v. par courriel à Associationstvalere@gmail.com ou en personne au 1500 rang 10 St-Valère GOP 1M0 à l'attention de Mesdames Guylaine St-Hilaire et Caroline Hélie

Prenez note que seules les candidatures retenues seront convoquées en entrevue



COMMUNIQUÉ

pour diffusion immédiate

NOTRE ENGAGEMENT, VOTRE SÉCURITÉ

Objet : Lancement du mois de la prévention de la fraude

Boucherville, le 1 mars 2017 – Dans le cadre du mois de la prévention de la fraude, les policiers de la Sûreté du Québec (SQ), de la Gendarmerie royale du Canada (GRC), du Service de police de la ville de Montréal (SPVM), du Service de police de la ville de Québec (SPVQ) et du Service de police de l'agglomération de Longueuil (SPAL), en partenariat avec la Banque du Canada, uniront leurs forces afin d'informer les citoyens sur la variété de stratagèmes frauduleux et les outiller pour qu'ils soient en mesure de les repérer.

Plusieurs activités de prévention sont prévues sur le territoire afin de mieux renseigner la population à ce sujet. Des renseignements utiles seront également diffusés sur les médias sociaux de la Sûreté du Québec et de ses partenaires durant tout le mois de mars.

Du 1^{er} au 31 mars 2017, les volets suivants seront abordés:

- la [cyberfraude](#);
- le [vol d'identité](#);
- la [fraude du président](#);
- la [contrefaçon de billets](#).

La cyberfraude connaît un essor important

Depuis plusieurs années, nous pouvons constater une hausse de la cyberfraude. L'accessibilité et l'omniprésence de l'utilisation du web dans nos vies permettent une porte d'entrée facile pour les fraudeurs. Chaque année, de nombreux Québécois sont victimes de fraudes par Internet ce qui occasionne des pertes financières considérables et la possibilité d'impacts psychologiques.

Personne n'est à l'abri des fraudeurs

Bien que de nombreuses équipes spécialisées travaillent quotidiennement à combattre les divers types de fraudes, la vigilance demeure le meilleur moyen de contrer les fraudeurs. Les citoyens doivent faire preuve d'un scepticisme vis-à-vis les offres trop attirantes, valider l'information et questionner l'appât du gain trop facile. Ces simples gestes peuvent leur éviter plusieurs ennuis.

Les fraudeurs misent généralement sur la méconnaissance, la vulnérabilité des victimes, le sentiment d'urgence et la rapidité pour arriver à leurs fins.

Objet : Lancement du mois de la prévention de la fraude (suite)

Conseils de prévention

- Résistez à la pression et à l'urgence d'agir rapidement sans contre-vérifier la demande;
- Ne donnez pas de renseignements personnels à votre interlocuteur, si vous n'êtes pas en mesure de l'identifier;
- N'envoyez jamais d'argent à quelqu'un que vous ne connaissez pas et ne fournissez jamais votre numéro de carte de crédit à moins d'avoir validé l'identité de la personne ou l'organisme avec lesquels vous transigez;
- Les organisations gouvernementales et les institutions financières ne communiquent jamais avec les citoyens pour obtenir le versement d'une caution et n'ont jamais recours à un service de virement d'argent. En cas de doute et avant d'envoyer toute somme d'argent, communiquer avec votre service de police local.

Des signalements essentiels

La SQ, la GRC, le SPVM, le SPVQ et le SPAL invitent la population à signaler tout acte frauduleux à son service de police local. Rappelons que la fraude est un acte criminel. Qu'elle soit commise sur Internet, par téléphone ou en personne, elle doit être signalée le plus tôt possible aux policiers et au Centre antifraude du Canada au 1-888-495-8501.

Pour plus d'information, nous invitons le public à s'abonner au fil Twitter et à la page Facebook de la Sûreté du Québec et de ses partenaires.

-30-



Sûreté du Québec
District Sud – Montérégie
450-641-7549
www.sq.gouv.qc.ca



Josée Joseph
Courtier immobilier résidentiel
jjoseph@viacapitale.com

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

  **819.350.7949**

www.viacapitalecentreduquebec.com

TRANSPORT MICHEL NADEAU
TERRE • SABLE • GRAVIER

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

Journée d'information Planification financière à la retraite

Pour répondre à la demande des participants de la 1^{ère} édition, cette rencontre de 3 h sera axée sur la planification financière. À noter que le conférencier ne pourra pas répondre à toutes les questions spécifiques, mais abordera les grandes lignes du sujet afin de vous aiguiller vers une bonne préparation.



Denis Forcier
Spécialiste de contenu –
préparation à la retraite
Cégep de Drummondville

Samedi 1^{er} avril de 9 h à 12 h

Cégep de Victoriaville
475, rue Notre-Dame Est
Gratuit! Places limitées.

Information et inscription : **819 222-5355**

Une retraite, ça se prépare!

**Bienvenue aux futurs et
nouveaux retraités!**

Une invitation de :



M.F.C. Saint-Valère

NOUS SOMMES DES SATELLITES.

Voilà bien une comparaison qui nous fait réfléchir. Les satellites qui vont dans l'espace sont justement là pour nous aider à faire grandir nos connaissances.

Il existe deux types de satellite : le satellite naturel et le satellite artificiel.

Un satellite naturel est un astre en orbite autour d'un corps plus grand que lui-même. Il se forme à partir de particules, de poussières et de roches qui s'amassent ensemble pour former un noyau. Il n'a pas de fonction précise. La terre n'a qu'un seul satellite naturel : la Lune. Le satellite artificiel est une machine fabriquée et envoyée dans l'espace par l'homme.

Suite à ces définitions, comment pourrions-nous nous comparer à un satellite? De quelle façon ressemblons-nous à un satellite?

Nous sommes formés dès notre naissance par un paquet d'informations de nos parents, nos amis, de toutes les expériences que l'on vit chacun différemment. On se structure pour devenir des satellites, pour éclairer, et ensemble s'influencer. C'est ensemble qu'on grandit. Donc si par notre physionomie, notre intelligence, nos apprentissages, nos capacités, nos talents, nos valeurs, notre cheminement, nous ressemblons à un satellite. On pourrait dire qu'il existe un troisième type de satellite : le satellite humain.

Comment faire pour être de meilleurs satellites. En servant nos frères et sœurs avec tout le bagage qu'on a reçu. Vivons le plus important, l'accueil, l'écoute, le respect, l'entraide et la solidarité. Ainsi nous témoignerons qu'un autre monde est possible. C'est la grande espérance du règne de Dieu. La seule chose importante, c'est l'amour qui vaut son pesant d'or.

Construisons des ponts, des relations d'amitié et de soutien mutuel ; c'est cela être le satellite de quelqu'un : faire des compromis. (Allons-y avec courage, nous dit le pape, pour rendre le monde plus juste et plus habitable.) Soyons des porteurs de sens.

Même si dans notre vie nous n'étions le satellite vivant que d'une seule personne, nous aurions accompli, je crois, notre mission sur cette terre.

Bonne réflexion !

Rolande Fleurant



de Saint-Valère

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

Maintenant, il est clair que « les vieux, c'est sexy ». Des problématiques reliées aux aînés font régulièrement la manchette (bain, nourriture, hébergement, retraite et bien d'autre). Les organismes comme la FADOQ sont là pour défendre nos droits.

Maintenant que les vieux sont sexy, assurons-nous que leurs besoins importants le soient aussi. Dans tous ces dossiers qui retiennent l'attention, le chaînon manquant, car il est moins sexy, c'est la prévention. On ne peut pas prévenir le vieillissement, personne n'y échappera. Mais on peut prévenir, dans une certaine mesure, plusieurs des effets néfastes qui y sont associés, comme la perte d'autonomie et de qualité de vie.

La recherche sur ce sujet est assez abondante pour qu'on sache même comment y arriver. Pas par une pilule miracle, dont les médias ont abondamment parlé récemment. Plutôt d'une façon aussi simple que difficile à atteindre : de bonnes habitudes de vie et, surtout, un engagement actif dans notre santé et notre vieillissement.

Rester actif, intellectuellement et physiquement, est LA clé d'un vieillissement réussi.

Des chercheurs, dont ceux du Centre de recherche de l'Institut universitaire de gériatrie de Montréal (CRIUGM), ont élaboré plusieurs programmes de stimulation intellectuelle et physique, prouvés efficaces pour prévenir ou retarder la perte d'autonomie. Ce qu'il faut, maintenant, c'est donner accès à ces programmes. Par la formation aux aînées d'aujourd'hui et de demain. (Extraits de l'article de David Lussier « Les vieux c'est sexy... » paru à La Presse +)

A la FADOQ de Saint-Valère le 19 avril 2017 on veut prendre un virage gagnant avec le programme d'exercices VIEACTIVE.

Car ce que la plupart souhaite, c'est d'ajouter de la vie aux années, plutôt que des années à la vie.

Prochaines activités :

- Cabane à sucre le 30 de mars 2017
Érable Rouge pour diner.
On vous téléphone
- Vidéo conférence le 5 avril 2017
Centre administratif, 10 heures
Sujet; accompagner quelqu'un en fin de vie.
- Assemblée annuelle de notre FADOQ le 19 avril 2017
Centre administratif pour souper
On vous téléphone

L'équipe de la FADOQ

Gaston Vigneault, président

Le mensuel de Saint-Valère



Bonjour à tous,

Le 2 avril, c'est la fête du travail invisible par cette journée on veut rendre hommage et dire Merci à toutes ces personnes qui se dévouent auprès des gens malades et âgés, aux mamans et papas à la maison ainsi qu'aux gens qui font du bénévolat à temps plein. Souvent les Mercis ne sont pas au rendez-vous, mais dans votre cœur, vous savez que vous êtes importants. Ne Faites pas de vaisselle ni de repas cette journée-là et voyez la réaction...

BONNE JOURNÉE INVISIBLE

Recette : connaissez-vous la crème Budwig du Dr. Kousmina? C'est un déjeuner nourrissant et facile à faire, préparer à la fourchette. 2c à thé d'huile de lin ou (de carthame, de tournesol) pressée à froid, 4c à thé de fromage cottage (ou damablanc que je ne retrouve plus) si vous n'aimez pas le cottage, essayer la ricotta ou le yogourt nature (grec ou style Balkan).

Battre en crème avec une fourchette, ajouter le jus de ½ citron, 1 banane mûre écrasée, 2c à thé de graine de lin (tournesol, sésame, amandes, ou noisettes) moulues (moulin à café ou robot), 2c à soupes de **céréales complètes** fraîchement **moulues et crues**, (grau, orge mondé, riz complet ou sarrasin). Ajouter des fruits (bleuets fraises...), miel au goût, mélanger le tout. (J'en mouds à l'avance que je place au congélateur).

Pensée : Je suis responsable de ce qui m'arrive

BONNE ST VALENTIN EN RETARD

P.S La Journée de la femme est le 8 mars, et a été fêtée le 10 mars à Warwick.

Avec amitié,

Gisèle Hébert

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





Régie Intermunicipale de Sécurité Incendie de Bulstrode : Bilan 2016

Votre service de sécurité incendie a reçu en 2016 un total de 67 appels comparativement à 53 en 2015.

Description	2016	2015
Entraide aux autres services incendie	14	7
Feux de véhicules	12	2
Fausses alarmes	10	9
Feux bâtiments	6	3
Feux à ciel ouvert	6	3
Feux de cheminée	4	1
Pinces de désincarcérations : entraide autres municipalités	4	6
Feux de cuisson	3	2
Déversement d'huile	3	2
Feux branches/fils électriques	3	11
Pinces de désincarcérations : notre territoire	2	3
Alarme monoxyde de carbone	0	4
Nombre d'interventions	67	53

L'avertisseur de fumée est le meilleur moyen de sauver votre vie et celle de vos proches.

- Vérifiez régulièrement le fonctionnement de votre avertisseur de fumée, qu'il soit à pile ou électrique;
- Remplacez périodiquement sa pile;
- Remplacez les avertisseurs selon les recommandations du fabricant, généralement aux dix (10) ans. La date de fabrication ou d'expiration est indiquée sur le boîtier. En l'absence d'une telle date, ne prenez aucun risque, remplacez immédiatement l'appareil.

Une fois par mois

- Appuyez sur le bouton d'essai pendant quelques secondes. Un signal sonore doit se faire entendre immédiatement. Si ce n'est pas le cas, changez la pile.
- Faites la vérification aussi au retour des vacances ou après une absence de plus de 7 jours. En effet, le signal sonore indiquant une pile faible ne se fait entendre plus d'une semaine.
- Vérifiez aussi les avertisseurs de fumée branchés à une centrale de surveillance. Informez d'abord le fournisseur de services et suivez les instructions.

Une fois par année

- Vérifiez sa capacité à détecter la fumée en l'exposant à la fumée produite en éteignant une chandelle, placée à une distance raisonnable, ou à celle produite en brûlant, dans un contenant sécuritaire, un bâton d'encens ou un fil de coton. Avec le temps, la corrosion, la poussière et la graisse peuvent s'accumuler dans l'appareil et nuire à son bon fonctionnement.

Le mensuel de Saint-Valère

BAZAR ST-VALÈRE

Si vous avez des articles de toutes sortes qui ne vous servent plus (sauf les meubles et gros objets), ils pourraient faire le bonheur de quelqu'un d'autre. En même temps, les argents amassés servent au service pastoral de notre communauté à Saint-Valère.

Vous pouvez communiquer avec le secrétariat de l'église Saint-Valère au 819 353-2214, madame Louise 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 la pancarte qui l'indique.

Merci de vos dons, ils sont grandement appréciés.

Vous pouvez nous contacter :
Louise Fournier 819-353-2214
Stéphane Fournier 819-350 2179
Lucie Germain 819-353-1758

SOCIÉTÉ D'ALZHEIMER CENTRE-DU-QUÉBEC

Voici les activités et ateliers des prochaines semaines :

« Les aspects légaux »

QUAND : 29 mars à 19 h

Animé par Me Ruth Kerline Joseph Milcé, notaire

« L'effet de la nutrition et des Oméga-3 sur notre cerveau »

QUAND : 5 avril de 12 h à 13 h 30

Présenté par le professeur Frédéric Calon

OÙ : 40, rue Alice à Victoriaville

Vous devez vous inscrire préalablement au
819 604-7711 auprès de
Madame Thérèse Houle



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 SCÈLEMENT 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




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

DÉCHETS VOLUMINEUX (gros rebut)

Nous aimerions vous informer que la cueillette des déchets solides et volumineux s'effectuera **le 11 avril 2017, la même journée que la collecte des déchets**. Il se peut que le camion doive passer une deuxième fois dans la même journée.

QU'EST-CE QUE DES «DÉCHETS VOLUMINEUX» ?

Tout ce qui meuble une résidence mais qui ne peut être mis dans le bac noir. Sont également compris : **télévision, poêles, tapis et couvre-planchers (roulés), piscines hors terre, filtres (vides) et pompe de piscine, les réservoirs (vides) d'au maximum 1 100 litres (250 gallons) et non contaminés, branches d'arbres (3 pieds et moins attachées, maximum de 3 paquets) accessoires électriques ou au gaz, les meubles et les accessoires de jardins.**

Les items suivants ne sont pas acceptés : réfrigérateurs, congélateurs et autres appareils de réfrigération, carcasses d'automobiles, matériaux de construction ou de rénovation (ex. : fenêtres, portes, baignoires, **toilettes**), clôtures, bois, souches d'arbre, ainsi que tout liquide (ex.: peinture, gaz et autre). Suite au programme de Recyc-Québec, **aucun** pneu n'est admis.

Les déchets volumineux doivent être placés au sol et non dans des remorques et ce, distinctement des ordures ménagères. De plus, ceux-ci doivent être déposés au chemin la veille. Conformément à la *Loi de la qualité de l'environnement*, les objets devront être empilés de façon ordonnée ou liés en paquet pour éviter leur éparpillement et faciliter leur enlèvement.

Déposez les petits déchets tels que télévision, chaudron, grille-pain, etc., dans le bac noir ou dans des sacs verts car ceux-ci seront ramassés avec la collecte régulière.

Ce qui ne sera pas ramassé ne doit pas être déposé lors de la Journée Normand-Maurice.



Le mensuel de Saint-Valère



**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





FAIRE GRANDIR L'ESTIME DE SOI, UN ENFANT À LA FOIS

De : Fondation maman Dion

Date : 17 février 2017

Jusqu'au jeudi 30 mars 2017, vous pouvez déposer une demande pour obtenir une trousse de la rentrée pour l'année scolaire 2017-2018. **Veillez prendre connaissance de la procédure suivante puisque vous devez obligatoirement remplir un formulaire en ligne pour chacun de vos enfants.**

Voici comment y accéder :

1. Allez sur le site internet de la Fondation : www.fondationmamandion.org
2. Cliquez sur l'onglet AIDE À LA RENTRÉE SCOLAIRE
3. Suivez les instructions

Informations complémentaires :

- Aucune demande ne sera acceptée par la poste.
- Pour les familles qui n'ont pas un accès internet à la maison, nous les invitons à se diriger vers une bibliothèque, un organisme communautaire, un centre local d'emploi ou un bureau Service Canada près de leur domicile.
- La Fondation suggère fortement que le nom et les coordonnées d'un intervenant social, scolaire ou communautaire soient inscrits dans le formulaire. Cette information pourrait favoriser l'acceptation de votre demande.
- Dû au grand nombre de demandes qui nous sont adressées, vous remarquerez qu'il y a sur le formulaire en ligne plusieurs questions de façon à s'assurer que les trousse de la rentrée soient attribuées aux familles qui en ont le plus besoin.
- **Des documents sont demandés aux familles en guise de preuve d'éligibilité. La Fondation exigera une copie de ces documents. Il est donc important de bien lire les instructions avant de commencer à remplir le formulaire en ligne.**
- Vous devez faire parvenir à la Fondation, uniquement par la poste, à l'adresse suivante, les documents exigés. Fondation maman Dion, 130A, rue Notre-Dame, Charlemagne (Québec) J5Z 1H2.
 1. Une copie de l'Avis de cotisation de l'Agence du revenu du Canada confirmant le montant total de votre revenu, tel qu'indiqué à la ligne 150;
 2. Une copie de votre Avis annuel de la Régie des rentes du Québec, sur lequel apparaît votre revenu familial;
 3. Une copie de la première page du bulletin de chacun de vos enfants admissibles.

Nous vous rappelons que la Fondation maman Dion procure le matériel scolaire de base, des vêtements pour l'école ainsi que des lunettes, après un examen de la vue. Pour de plus amples informations, dirigez-vous sur notre site : www.fondationmamandion.org ou communiquez avec la Fondation maman Dion en composant le 1 866 430 3466.

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...

« Mon ami est atteint d'un cancer. Je l'accompagne régulièrement à ses rendez-vous médicaux et je lui donne quelques soins, car sa conjointe travaille la semaine. Toutefois, certaines tâches me rendent inconfortable, mais j'arrive difficilement à dire non. Après tout, c'est mon ami, je lui dois bien ça! »

Souvent, la volonté d'aider pour le proche aidant l'amène à dépasser ses limites. Lorsque les tâches et les responsabilités s'ajoutent graduellement, l'aidant ne prend pas toujours le temps de redéfinir son engagement auprès de son proche. Pourtant, il n'est jamais trop tard pour le faire. Il importe pour le proche aidant de bien identifier ses limites et les tâches qui le rendent inconfortable.

Voici quelques trucs et pistes de réflexion :

- Dressez la liste des tâches qui vous occasionnent certains inconforts et celles avec lesquelles vous êtes à l'aise.
- Explorez les solutions possibles avec la personne aidée, l'entourage et les professionnels pour pallier aux tâches que vous ne désirez plus faire.
- Faites preuve d'ouverture et soyez à l'écoute. Une bonne communication passe par le fait de s'exprimer simplement et de nommer les choses clairement.
- N'oubliez pas de préserver des moments agréables avec l'autre, car vous demeurez avant tout un ami, un conjoint, un parent, un enfant, etc.

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 car le Visa Desjardins...

Découvrez les tous:
desjardins.com/avantages



Desjardins
Caisse des Bois-Francs

Coopérez pour créer l'avenir

819 / 58-9421

