

# Saint-Valère

**C'est notre affaire...**

**Informations municipales**

**p.6-7**

**Semaine de l'action bénévole**

**p.9**

**Une réflexion pour tous.**

**p. 25**

**Bazar**

**p.26**



**Impliquez-vous pour  
le maintien de notre journal!  
Annoncez votre entreprise!**

**Visitez le site internet de la Municipalité de St-Valère!**

**[www.msvalere.qc.ca](http://www.msvalere.qc.ca)**

**Informations • Météo • Horaires • Petites annonces classées • Etc...**

**NOUVEAU!**

Annonces classées  
**GRATUITES**  
dans ce journal et sur le  
site internet de St-Valère.

# Saint-Valère



**Ce journal est rendu possible grâce  
à la Caisse Populaire et  
à la Municipalité de St-Valère.**



**Desjardins**  
Caisse populaire  
de St-Albert

## Votre désirez annoncer dans notre journal.

Annonce classée .....	1 parution.....	GRATUIT (20 mots)
1/2 page.....	1 parution.....	70\$
1/2 page.....	12 parutions .....	250\$
1/2 page et lien internet.....		250\$
1 page .....	1 parution.....	125\$
1 page .....	12 parutions .....	500\$
1 carte d'affaire.....	12 parutions .....	100\$
Page internet sur le site de St-Valère.....		300\$

## ÉQUIPE DU JOURNAL

La conception et l'impression du journal et du site internet de St-Valère est une réalisation de May-D.



**(819) 352-1889**

### COMMENTAIRES

Vos commentaires et suggestions sont importants pour l'amélioration de notre journal.

## AGENDA

La prochaine date de tombée pour recevoir les articles sera :

**12 mai 2008**

*Prenez note qu'après cette date AUCUN article ne sera accepté.*

*Un gros MERCI aux organismes qui ont remis leurs articles à la date de tombée.*

*Les textes doivent être rédigés sur traitement de textes (word) et envoyer par courriel à [journal@may-d.qc.ca](mailto:journal@may-d.qc.ca) ou déposer à la municipalité.*

Ne plus déposer de texte à la Caisse populaire de St-Valère.

## SOMMAIRE

Jeunes reporters .....	3
Rapport du maire .....	4-5
Infos municipales.....	6-7
Bibliothèque .....	8-9
Cardio-Express de Lucie .....	18
M.F.C.....	19
F.A.D.O.Q. ....	20
Projet É.L.É. ....	21
Loisirs de Saint-Valere.....	22
Comité de vernissage.....	22
AFÉAS.....	23
Comité action .....	24
Une réflexion pour tous.....	25
Marguilliers Conseil de Fabrique .....	26
Caisse Populaire Desjardins de St-Albert ....	27-28

**Pour réserver votre publicité contactez le (819) 352-1889.**



# Saint-Valère

## Redonner vie !

Pour la population en général, redonner vie équivaut à un don de sang, un don de moelle ou un don d'organe pour sauver une vie. Pour moi, une jeune fille de 11 ans, redonner vie signifie aussi récupérer, donner une deuxième ou une dixième chance à un objet voué aux rebus. De ce fait, nous évitons le gaspillage et protégeons ainsi notre environnement. À chaque minute au Québec, plus de 20 tonnes de déchets sont produites, ce qui équivaut en moyenne à 1,5 tonne de déchets par habitant chaque année. Et cela ne cesse d'augmenter année après année. Si nous continuons de cette façon, nous risquons d'épuiser rapidement nos ressources.

C'est ici que la récupération entre en jeu et « redonne vie ». Le caoutchouc, le carton, les métaux, le papier, le plastique, les pneus hors d'usage, le verre, les matières compostables et autres matières résiduelles à la maison, presque tout se récupère et se recycle.

Par exemple, l'acier récupéré est utilisé pour faire des outils, des clous et des boîtes de conserves tandis que l'aluminium entre dans la confection des canettes et du papier d'emballage. Une canette de boisson gazeuse peut être transformée en nouveaux produits à l'infini ! C'est donc très important qu'elle ne se retrouve pas dans les ordures. Avec le papier fin, nous obtenons du carton plat et ondulé, du papier à écrire, des enveloppes postales et du papier hygiénique. Nous transformons le papier journal en boîtes à œufs, en litière pour les animaux et en annuaires téléphoniques. Le plastique, de son côté, est utilisé pour produire des vêtements de polar, des bottes de pluie, des coques de bateaux, des sacs, et bien d'autres objets utiles.

choses

Les matières compostables récupérées dans nos maisons et nos jardins nous donnent le compost qui enrichit la terre et le sol et « redonne la vie » et

l'énergie aux plantes, arbres et pelouses qui nous entourent. De même, si les déchets domestiques dangereux, telles les piles et la peinture, sont orientés aux bons endroits, nous évitons une contamination du sol et favorisons la vie.

Tout ceci permet de sauvegarder nos matières premières, d'économiser nos ressources et d'éviter la pollution. Nous pouvons aussi donner une 2<sup>e</sup> vie aux ordinateurs, aux vêtements, aux meubles et aux appareils électroménagers en les acheminant vers des organismes qui en font la récupération. Une petite retouche et ils seront prêts à avoir un 2<sup>e</sup> propriétaire.

Toutes ces actions permettent de préserver l'environnement et les ressources naturelles et redonnent vie à tout ce qui est récupérable et encore utilisable. Merci et pensez-y bien : récupérer, c'est un choix logique et intelligent !

*Gabrielle Richard*



Voici un nouveau concept dans le Journal de St-Valère!

Vous êtes **JEUNE** et **PASSIONNÉ** d'écriture et d'aventures!

Vous allez voir les kangourous en Australie, le salon de l'auto de Montréal ou un sujet (l'environnement, les jeux de consoles ou le plein air) vous passionne... À vos claviers...

Nous publierons votre article dans la section Jeunes Reporteurs!!!

# Saint-Valère



## Rapport du maire

Chères citoyennes, Chers citoyens

Voici un compte-rendu du mois d'avril 2008 ainsi que du dernier conseil municipal.

En mars dernier, le Conseil a invité quelques entreprises de la région afin de soumissionner sur différents services et approvisionnements dont a besoin la Municipalité pour l'année 2008-2009. Voici donc les soumissionnaires qui ont été acceptés et accordés par le Conseil:

Pour l'approvisionnement en diésel:

Philippe Gosselin & Associés inc.

Pour les services de location de pelle hydraulique:

Excavations Yvon Houle & Fils inc.

Pour l'approvisionnement en calcium:

Somavrac inc.

Pour le service de transport à l'heure:

Excavation Yvon Houle & Fils inc.

Pour le service de transport au kilomètre/tonne:

Excavation L.E.B.

Tous les ans, la Municipalité, en collaboration avec le Comité Action, organise un brunch pour ses citoyens. Ce déjeuner

est l'occasion idéale pour rencontrer et échanger avec la population. Cet événement, qui a eu lieu le 16 mars dernier, nous a également permis de souligner la venue des nouveaux arrivants de notre municipalité. Devant un tel succès, puisque nous avons servi plus de 80 déjeuners, ce brunch deviendra sûrement une tradition. Je souhaite, encore une fois, la bienvenue aux nouveaux citoyens de Saint-Valère :

M. Alexandre Hardy et

Mme Catherine Jutras

M. Patrick Champagne et

Mme Geneviève Marcoux-Gendron

Mme Maryse Lampron

M. Dave Roux

M. Michaël Gilbert et

Mme Geneviève Desloges

M. Guillaume Cloutier

M. Daniel Dubé

M. Stéphane Chamard

M. Benoit Marcoux et

Mme Céline Martel

M. Pascal Dubois et

Mme Valérie Paradis

M. Nicolas Plante



# Saint-Valère

M. Clément Rheault et  
Mme Maryse Beaudoin  
M. Stéphane Girouard et  
Mme France Tardif  
M. Jean-Luc Paquette  
M. Sylvain Guay  
M. Alexandre Corriveau et  
Mme Joséane Turgeon  
M. Patrick Camiré et  
Mme Véronique Trudel  
Mme Martine Deshaies  
M. Nicolas Massé et  
Mme Julie Baribeault  
M. Benoit Prince  
M. Cédric Desloges et  
Mme Darquise Perron

Finalement, le Conseil a pris la décision de participer à la Journée Normand-Maurice qui aura lieu cet automne. Nous vous informerons ultérieurement du déroulement de la journée.

Le maire,

*Louis Hébert*

Concernant la zone inondable, nous avons reçu du Ministère de l'Environnement le plan hydrique afin de déterminer les limites de ladite zone, incluant le village et le développement. Toutefois, étant donné que le plan actuel occasionnerait des problèmes aux propriétaires inclus dans la zone qui ne pourraient pas reconstruire s'ils devaient passer au feu, nous avons engagé la firme Teknika HBA afin de monter un dossier argumentaire pour faire changer les limites de la zone.

# Saint-Vatère

## Infos municipales

### PRÉVENEZ LES NOYADES DANS VOTRE COUR

Le printemps est maintenant à nos portes et le temps sera bientôt venu pour procéder à l'installation de votre piscine.

Une piscine sécuritaire est une piscine inaccessible de tous les endroits fréquentés par les jeunes enfants. Il faut donc réduire l'accès à la piscine et ce, à partir de la maison, de l'aire de jeux extérieure ou même des terrains du voisinage. Voici donc les règles à suivre afin de rendre le tout sécuritaire et conforme aux normes municipales.

- **Avoir une clôture d'au moins 1,22 m (4 pieds) de hauteur, être impossible à escalader et être à moins de 10 cm du sol;**
- **Avoir une clôture muni d'un loquet de sécurité pour les jeunes enfants et d'un ressort;**
- **Les fils électriques doivent être à plus de 4,6 m de la piscine et du patio;**
- **Avoir une perche en fibre de verre (de couleur jaune);**
- **Les prises de courant extérieures doivent être munies de disjoncteurs différentiels;**

- **Le système de filtration doit être à plus d'un mètre de la piscine;**
- **Avoir des objets à tendre ou à lancer à proximité en cas de détresse;**
- **Les produits chimiques doivent être rangés hors de la portée des enfants;**
- **Avoir un téléphone sans fil à proximité de la piscine;**
- **Avoir une trousse de premiers soins à proximité.**

**Piscines temporaires (gonflables et/ou pour enfants) de moins de 1,22 mètres (4 pieds) :**

- **Il faut clôturer la piscine au même titre qu'une piscine permanente ou vider et ranger la piscine après chaque utilisation ;**

**Spas :**

- **Il faut les clôturer ou les recouvrir d'un couvercle impossible à enlever pour les enfants. Lorsque le couvercle est relevé, la surveillance d'un adulte est requise. Dès que la baignade est terminée, le couvercle doit être remis.**

# Saint-Valère

***Pour toute information supplémentaire, vous pouvez joindre la Société de sauvetage au 1-800-265-3093 ou consultez leur site Internet : [www.sauvetage.qc.ca](http://www.sauvetage.qc.ca).***

## CHIENS

Nous aimerions vous informer que les licences de chiens sont maintenant disponibles au bureau municipal. Au coût de **5,00 \$ par médaille**, n'oubliez pas que l'enregistrement de votre chien est obligatoire.

## L'UTILISATION DES DIFFÉRENTS BACS

Nous avons reçu des commentaires de Gaudreau Environnement nous indiquant que le **bac brun**, pour les matières compostables, était utilisé par certains citoyens pour mettre des déchets. Si tel est votre cas, le bac brun **ne sera pas collecté** s'il est remplacé par le bac gris (ordures). D'ailleurs, le camion passera devant votre résidence, sans s'arrêter, si le bac brun est placé la journée de la collecte des ordures. Il est donc **très important** de bien placer chaque article dans le bon bac, tel qu'expliqué dans la documentation que vous avez reçu par la poste, le tout afin de respecter l'ordre des collectes. Prenez note également

que bac gris /noir deviendra obligatoire à partir du 01<sup>er</sup> mai prochain et **qu'un (1) seul** bac est permis par résidence.

N'hésitez pas à communiquer avec nous pour toute demande de renseignement supplémentaire au (819) 353-3450.

Le directeur général et secrétaire-trésorier,

*Jocelyn Jutras*

# Saint-Valère



## Bibliothèque Municipale

2 A, rue du Parc, SAINT-VALÈRE  
*La lecture, c'est la clé de l'aventure*

LE LUNDI, MARDI ET MERCREDI  
 DE 14H00 À 16H00 ET DE 18H30 À 20H30

Téléphone : (819) 353-3464  
 (si occupé, laisser un message  
 sur la boîte vocale)

Télécopieur : (819) 353-3465

Courriel : biblio127@crsbpcqlm.qc.ca

### Congés fériés

Lundi de la fête des Patriotes ,  
 Mardi le 24 juin Saint-Jean-Baptiste  
 Mardi le 1<sup>e</sup> juillet fête nationale du Canada  
 Deux semaines de la construction,  
 Lundi de la fête du travail,  
 Ne pas oublier les journées de la  
 culture 2008, le 26, 27, et 28 septembre,  
 Lundi de l'Action de Grâce,  
 La semaine entre Noël et le jour de l'An: du  
 18 décembre 2008 au 4 janvier 2009  
 Ouverture le 5 janvier 2009

### Les thèmes de chaque mois:

**Mai:** Oiseaux

**Juin:** Allergies, mal de dos et autres

### Concours de l'année:

**Mai:** Maman de l'année

Le tirage fin mai, **Juin:** papa de l'année, le  
 tirage fin juin **Fin Juin** début du club de  
 lecture 2008, viens t'inscrire à la biblio

### Une naissance, un livre; viens inscrire ton nouveau-né (0 à 12 mois)

Il va recevoir gratuitement une trousse (bébé-  
 lecteur) .

### Nous avons des casse-têtes à la biblio pour tous les goûts (ou presque!) Venez nous voir.

### Romans

Nous avons le 4<sup>e</sup> de À l'ombre du clocher:  
 titre: Au rythme des saisons par Michel  
 David  
 Le refuge de l'ange par Nora Roberts,  
 Princesse par Danielle Steel  
 Les portes de Québec par Jean-Pierre  
 Charland  
 La fille du cardinal tome 3 par Nadine Grelet  
 La commission Boucar par Boucar Diouf

### Documentaires:

La mémoire des mots, Alice au Pays de  
 l'Alzheimer  
 Des rires et une larme par Michel Fugain

### Place aux jeunes : Romans jeunes,

### Spiderwick

Nous avons les numéros de 1 à 5  
 Nous avons aussi les Pakkal de 5 à 8  
 Le journal d'Aulélie Laflamme tome 1-2-3-4.  
 Il était 2 fois : nous en avons 6 de cette série



**Bibliothèque  
Municipale**

# Saint-Valère

## Bibliothèque Municipale

Naruto par Mazsashi Kishimoto: nous en avons 8 de cette série. Nous avons aussi 10 nouveaux Garfield,

Bonne lecture à tous documentaires, bandes dessinées, et albums jeunes

Nous recevons à chaque mois les revues suivantes : Tralalire, et j'aime lire.

Avez-vous des demandes spéciales, des suggestions de toutes sortes ?

Faites- nous- le savoir!

Si vous avez des livres à donner pour adultes, enfants et autres, nous les prenons: ces dons vont faire partie de la collection locale (Saint-Valère), Merci de nous faire profiter de vos dons.

*Hélène Provencher*  
Coordonnatrice de la Bibliothèque Municipale

**Du 27 avril au 3 mai 2008,  
célébrons ensemble la Semaine de l'action bénévole!**

À l'occasion de la Semaine de l'action bénévole, prenons le temps de saluer et remercier les nombreux bénévoles qui nous entourent. Ils sont des centaines à pied d'œuvre tous les jours sur le territoire de la MRC d'Arthabaska. Ils consacrent sans compter temps et énergie auprès des organismes bénévoles ou communautaires, des municipalités ou des paroisses. Ces ouvriers sont des bâtisseurs de société, car chacun de leurs gestes contribue à *aider* des gens, à *unir* leurs forces et, finalement, à *bâtir* une société meilleure où il fait bon vivre et où *l'action bénévole* est un choix de vie.

Le temps est venu de reconnaître leurs talents d'« architectes » et de saluer publiquement toutes les « édifications » réalisées dans notre région. « *Aider, unir, bâtir l'action bénévole* » est le thème choisi cette année pour illustrer toute la portée du geste individuel mis en valeur par l'union des forces.

Carrefour d'entraide bénévole profite de cette semaine très spéciale pour remercier chaleureusement tous les bénévoles et leur souhaite de profiter de cette fête de la reconnaissance qui leur est dédiée! Leur œuvre est majestueuse... et elle continue sans cesse à s'élever vers le sommet.

AIDER. UNIR. BÂTIR.

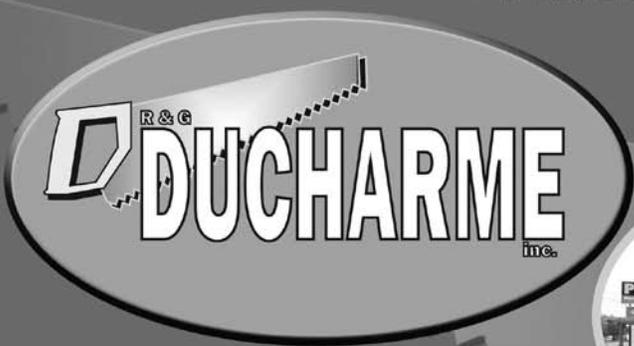
L'ACTION BÉNÉVOLE



40, rue Alice, Victoriaville (Québec) G6P 3H4  
Téléphone : 819 758-4188 • Télécopieur : 819 758-6043  
Courriel : [carrefour@cebboisfrancs.org](mailto:carrefour@cebboisfrancs.org)  
[www.cebboisfrancs.org](http://www.cebboisfrancs.org)

# Saint-Valère

- BOIS, MATÉRIAUX DE CONSTRUCTION
- REVÊTEMENT EXTÉRIEUR, PORTE ACIER
- FENÊTRE, QUINCAILLERIE
- ÉLECTRICITÉ
- PLOMBERIE



**PRO**  **RÉNOVATION**

**PRO**  **PRO**  **PRO**  **PRO**  **PRO** 

**NOUS LIVRONS...**



**DE TOUS POUR LA RÉNOVATION  
ET LA CONSTRUCTION**

**PRO**  **PRO**  **PRO**  **PRO**  **PRO** 

1276, rue PRINCIPALE, ST-ALBERT    Tél.: 819.353.3666  
 4, route ST-ALBERT, WARWICK    Tél.: 819.358.3800  
 SANS FRAIS: 1.877.353.3666

# Saint-Valère



Nous offrons les déjeuners, dîners et soupers.

Nous avons *Plus* de 230 choix de repas  
à vous offrir!!

2 salons  
privés



HUILE DE CANOLA  
(SANS GRAS TRANS)  
Toutes nos cuissons et nos vinaigrettes  
sont faites à base d'huile de canola.

L'équipe du

*Plus* «in» en ville

toujours  
*Plus*  
dynamique  
pour vous  
servir!



Visitez notre site internet au  
[www.plusrestaurantbar.com](http://www.plusrestaurantbar.com)

192, boul. des Bois-Francis Sud, Victoriaville

(819) 758-9927

Pour réservation communiquez avec nous!

*Plus*

# Saint-Valère



## Épicerie



## Lacharité



Tél.: 819.353.3050  
Télécopieur: 819.353.3069

1227, Principale, St-Albert  
(Québec) J0A 1E0



### Nos produits maison

*Tête fromagée, saucisses, cretons, petits plats, pizza prêts à manger, sous-marins et bien d'autres choses...*



*Nos produits fumés sur place sont un vrai délice !*



# Saint-Valère



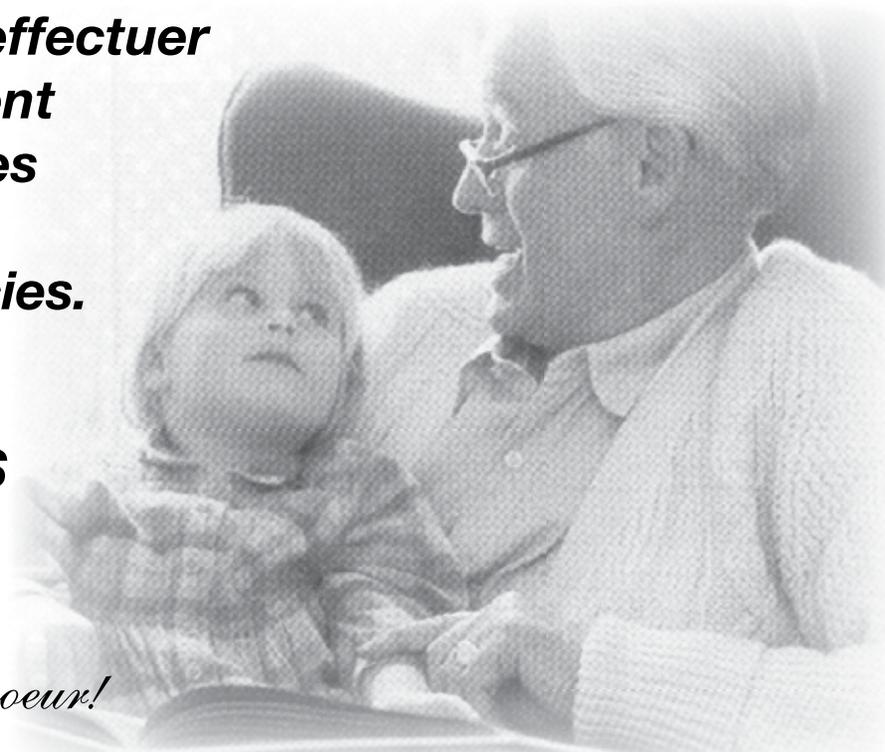
**Habib Néji**  
pharmacien, Ph. D.



- **Nous pouvons effectuer le renouvellement des ordonnances provenant des autres pharmacies.**

**INFORMEZ-VOUS**  
auprès de notre pharmacien!

*Votre santé  
nous tient à coeur!*



**HEURES D'OUVERTURE :**

Lundi au vendredi :  
8 h 30 à 21 h 00

Samedi :  
9 h 00 à 17 h 00

**LIVRAISON GRATUITE À ST-VALÈRE**



**STATIONNEMENT GRATUIT 30 MINUTES**

**Clinique Laurier**  
39, rue Laurier Est, bureau 1  
Victoriaville, Qc G6P 6P6

**Téléphone : (819) 357-1515**  
Télécopieur : (819) 357-1519

# Saint-Vallée



**Votre pompe ne vous fournit pas suffisamment d'eau**

À-t-elle pris de l'âge?

Vous n'avez pas de pression?

Votre réservoir est-il perforé?

(la pression d'eau varie)

Sa capacité est-elle suffisante?

Votre consommation s'est-elle accrue au fil des ans?

Votre pompe fait-elle beaucoup de bruit?

(arrêts et départs fréquents)



## NORT EAU

Tél.: 758.5188

S.F.: 1.866.758.5188

Votre eau tache-t-elle vos vêtements et vos appareils ménagers? (fer, dureté)

Sent-elle les oeufs pourris ou le chlore?

À- t-elle mauvais goût?



**CMMTQ**  
Corporation des maîtres  
mécaniciens en tuyauterie  
du Québec

RBQ 8232-9970-39

**Notre traitement d'eau est la solution à vos problèmes.**

# Saint-Valère

**DU NOUVEAU** pour les producteurs forestiers



**PLUS** de 20 ans d'expérience  
Aménagement, évaluation,  
expertise **ET PLUS...**

Daniel Gagnon, ingénieur forestier  
Serge Nadeau, technicien forestier  
Daniel St-Hilaire, ingénieur forestier

2430, Notre-Dame Ouest, Victoriaville sngfc@bellnet.ca (819) 758-1693

## Salon Fem-Hom

1483 rg 11, St-Valère

*Coiffure pour elle et lui*

Du mardi au samedi  
avec ou sans rendez-vous

**(819) 353-1912**

Prop. : Lucie Guilbeault



## Benoit Normand

REPRÉSENTANT

8, rue Desjardins Sud  
Saint-Valère (Québec) G0P 1M0  
Cellulaire 819-795-5617  
Téléphone 819-353-2522



## 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

## Y. COLLIN SERVICE ENR.

Entrepreneur Général

En Rénovation

Licence R.B.Q.: 8265-3114-07

182, Rang 6, St-Rosaire  
(Québec) G0Z 1K0

Bur. : (819) 758-6297

Cell. : (819) 352-2566

Courriel : ycollin@sympatico.ca

Yvan Collin  
Propriétaire



Pause/Café Maryse

1664, route 161, St-Valère

Ouvert 7 jours sur 7  
de 7h30 à 22h

Nouvelle propriétaire  
Maryse Gagnon

Tél.: (819) 353-2161

Téloc.: (819) 353-2162

## STÉPHANE FOURNIER

REMORQUAGE

**1-819-353-2899**



# Saint-Valère

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



## André Bellavance

Député de Richmond-Arthabaska  
Porte-parole du Bloc Québécois en  
matière d'Agriculture et Agroalimentaire  
Vice-président du caucus du  
Bloc Québécois



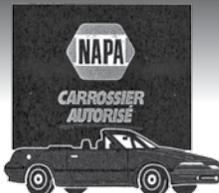
Bureau 442 32, rue Notre-Dame Est  
Édifice de la Confédération Victoriaville (Québec)  
Chambre des communes G6P 3Z5  
Ottawa (Ontario) K1A 0A6 Tél. : (819) 751-1375  
Tél. : (613) 995-1554 Sans frais : 1-877-751-1375  
Télécopieur : (613) 995-2026 Télécopieur : (819) 751-5517

Courriel : [bellaa1@parl.gc.ca](mailto:bellaa1@parl.gc.ca)



DISTRIBUTEUR DE GAZ INDUSTRIELS  
ET DE PRODUITS DE SOUDAGE

550, BOUL. JUTRAS EST - C.P. 305  
VICTORIAVILLE - QC - G6P 6S9  
Tél. : (819) 752-4589 - Fax : (819) 752-3093  
Courriel : [obf@oxygenebf.com](mailto:obf@oxygenebf.com)



## GARAGE RÉJEAN MARTEL ENR.

Débosselage - Peinture  
Voitures de courtoisie

1369, route 161  
St-Valère, Qc G0P 1M0  
[rejmar@telwarwick.net](mailto:rejmar@telwarwick.net)

Tél.: (819) 353-2221  
Télé.: (819) 353-1688

## VENTE DE VÉHICULES D'OCCASION



## Manufacturier de remorques

2245, route 161  
St-Valère (Québec) G0P 1M0  
Tél. : (819) 353-3350  
Télé.: (819) 353-3359

*Yves Bergeron*  
président directeur général

Courriel : [info@idealtrailer.com](mailto:info@idealtrailer.com)  
Site internet : [www.remorqueideal.com](http://www.remorqueideal.com)



Habillage fenêtre • Objets décoratifs • Planification intérieur • Décoration

Service à domicile

751-1482

325, Gamache, Victoriaville (Québec) G6P 3T2



A.M.O.C.

Orthothérapeute membre  
Numéro : 03-1820

## Clinique d'Orthothérapie Lucie Martel

- \* Orthothérapie
- \* Kinésithérapie
- \* Massothérapie
- \* Massage, femme enceinte

278, rang 11  
St-Valère (Qc) G0P 1M0  
(819) 350-9852

Reçu d'assurance

## CALIN CANIN TOILETTAGE MOBILE

Tonte et toilettage  
de chien et chat,  
directement chez vous!

STÉPHANIE MARCOUX  
819.350.1053



# Saint-Valère

## **Votre terrain à besoin d'un petit changement?**

**Pour l'entretien ou l'aménagement  
de votre terrain  
un seul nom s'impose.**



Aménagement paysager  
Entretien général - terrassement  
*Plus de 34 ans à votre service*

**Bureau : (819) 357-8963**  
Résidence : (819) 353-2152

**ÉRABLE  
ROUGE**



### L'ÉRABLE ROUGE

Parties de sucre • Réceptions de tous genres

Réjeanne et Bernard Hamel  
réservation

rés.: (819) 758-8580 • (819) 353-1616

télécopieur : (819) 353-1644

3324, route 161, SAINT-VALÈRE

(sortie 210 sur la Transcanadienne, direction route 161 Sud)

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



**Jean-François Roux**  
Député d'Arthabaska

Porte-parole de l'opposition officielle  
en matière de régions

127, boul. des Bois-Francs Sud  
Victoriaville (Québec) G6P 4S4

**Téléphone : 819 758-7440**

Télécopieur : 819 758-1583

Courriel : [jfroux-arth@assnat.qc.ca](mailto:jfroux-arth@assnat.qc.ca)



# Saint-Vallère

*La printemps arrive bientôt*

**CARDIO EXPRESS DE LUCIE (819) 353-3464**

**Mercredi : 10h00 à 11h00 A.M      Mercredi : 19h30 à 20h30 P.M.**

**Capsule santé !**

L'art de lire les étiquettes peut se transformer en une véritable chasse aux trésors. Avec tout le choix de produits que nous trouvons sur les étales d'épicerie, comment s'y retrouver ? Un produit doit contenir 13 éléments nutritifs.

**Voici comme fonctionne le tableau de la valeur nutritive:**

Valeur nutritive

1	Pour 1 barre (35g) teneur en % Valeur quotidienne	1 - Information à une quantité indiquée par portion
2	Calories 140	2 - Nombre de calories
3	Lipides 4g 6% Saturés 0.4g + gras trans. 0g	3 - La quantité de gras ne devrait pas dépasser 5g de lipides
4	Cholestérol 0% mg	4 - Ne devrait pas dépasser 10mg
5	Sodium 70 mg 3%	5 - La quantité de sel ne doit pas dépasser 300mg
6	Glucides 22g 7%	6 - La quantité de glucides ne doit pas dépasser 25g (1 g de glucides = 4 calories)
7	Fibres 5g 20%	7 - Une bonne source de fibres contient 4 g à 6g par portion
Fibres		
	Sucre 11g	Porter une attention particulière pour le pain, sur l'étiquette On peut lire 4 g = 2 tranches de pain. On doit lire 4 g à 6 g = 1 tranche de pain
	Protéine 5g	
	Vitamine A 0%	
	Vitamine C 0%	
	Calcium 4%	
	Fer 8%	

**Sucre:** Pour les diabétiques: ne doit pas dépasser 5 g de sucre.

**RECETTE DU MOIS**

Crêpes au gruau = 2 portions

171 calories \ portion

½ tasse de lait à 1 % mg ou 2 % mg

½ tasse gruau nature sec ou non cuit et 1 œuf

Dans un bol, mélanger le lait, le gruau et l'œuf. Laisser reposer 5 minutes. Cuire dans un poêlon vaporisé de Pam.

**Lucie Godbout**

**M.F.C.**

Mouvement des  
femmes Chrétiennes  
de Saint-Valère

*Saint-Valère**Dieu dans nos vies*

Avril nous ramène le printemps. Nous avons vécu le Carême, la semaine sainte, la mort de Jésus et la résurrection. La période de Pâques va durer tout le mois d'avril. Au fait, vous êtes-vous déjà posé la question: où en sommes-nous dans notre relation avec Dieu. C'est ce que nous allons partager avec ce thème: «Dieu dans nos vies.» Avec l'effritement de l'appartenance religieuse traditionnelle, la religion catholique n'occupe définitivement plus la même place dans la vie. Le temps serait-il venu de passer à une autre étape? Pourquoi la religion est-elle mise de côté dans les écoles? Par notre indifférence, la loi 95 a passé. Vu que les parents sont non pratiquants ou qu'il y a plusieurs nationalités, on manque d'audace pour affirmer notre foi chrétienne.

C'est la même chose dans les gouvernements, les endroits publics, on manque de convictions et on laisse tout tomber. Dans la vie sociale et culturelle, on ne parle pas de religion pour éviter les conflits. Et aussi, il y a eu beaucoup de changement. En n'ayant plus d'enseignement religieux dans les écoles, qui devra prendre la relève? À qui reviendra la charge de l'éducation et de la transmission des valeurs religieuses et chrétiennes? Face à tous ces changements, est-ce important de transmettre notre foi? Pourquoi? Nous avons le devoir de transmettre les valeurs auxquelles nous croyons. Nous ne pouvons plus compter sur l'école. Il revient donc aux

parents, grands-parents et à la communauté chrétienne de prendre le flambeau. Si on reprenait seulement quelques vieilles coutumes de nos parents... Autrefois, la religion était transmise à la maison par l'apprentissage de la prière, le signe de la croix, la messe obligatoire le dimanche, et les journées spéciales. Dans tous ces changements, il y a du positif: nous devons nous prendre en main. N'hésitons pas à affirmer nos principes. On n'a pas de temps à perdre, je donne l'exemple. La prière est une bouée de sauvetage. Aujourd'hui, à la suite de cette réflexion, je prends conscience de ma mission de faire aimer la Parole Et de la comprendre. Dieu dans ma vie, c'est Jésus. Je tente donc de faire avec Jésus les mille et un petits gestes d'une journée « Viens avec moi Jésus, on va à l'épicerie, viens on va prendre une marche, on va à une réunion.

Qu'en penses-tu? Aide-moi à comprendre. Viens, on va prier, apprends-moi à prier comme toi.»

Jeudi le 1<sup>er</sup> mai, à 19 heures, aura lieu le mois de Marie à la grotte près de l'église ou à la sacristie selon la température. Par la suite, il y aura la rencontre du mois au presbytère. En toute amitié.

*Rolande Fleurant*

# Saint-Valère

**F.A.D.O.Q.**  
DE SAINT-VALÈRE

## Invitation

### INVITATION

Journée inter club du club de l'Âge d'Or de Saint-Valère, jeudi le 8 mai 2008 à l'Érable Rouge. Les inscriptions seront prises à partir de 9 heures. L'invitation est lancée à tous les membres du club ainsi qu'à leurs amis. Déroulement de la journée: Messe: 10 heures, suivie du bingo 10 tours, repas; dans l'après-midi, jeux: base-ball poches, cartes, pétanque, et tirage de prix de participation. Venez en grand nombre, on vous attend. Coût: \$12.00 pour la journée.

### JUBILAIRES

Encore cette année, le club Âge d'Or de Saint-Valère tient à souligner les anniversaires de mariage, 25, 30, 35, 40, 45, 50, 55, 60...La formule est la même qu'en 2007. Le tout débute samedi, le 31 mai, à 16 heures, par une messe à l'église suivi d'un vin d'honneur offert par le club Âge d'Or. Le souper est libre. Ceux qui sont intéressés à se joindre à l'évènement peuvent contacter un des membres de la direction du club. Vous êtes tous les bienvenus

### PÉTANQUE

La saison de pétanque débute le mercredi 21 mai à 19 heures au terrain de jeux. Toute la population est invitée. Les équipes sont formées à chaque semaine à 19 heures en fonction des personnes présentes. On vous attend avec vos boules de pétanque, si la température le permet, bien sûr. Venez vous amuser avec nous.

### RÉCRÉATIF

Jeudi le 27 mars se tenait le dîner à la cabane à sucre l'Érable Rouge. Une centaine de personnes y ont pris part. Les membres du conseil de direction Âge d'Or vous remercient de votre grande participation.

### FÉLICITATIONS

La ligue de quilles Âge d'Or de Saint-Valère veut féliciter Mme Madeleine Hébert et M.Clément Hébert: ils ont fait chacun une partie parfaite de 300  
Bravo à vous deux!

*Martial Bergeron, (819) 353-2553*

# Saint-Valère

## Invitation spéciale



(Offerte par la bibliothèque de Saint-Valère)

Projet : ÉLÉ (éveil, lecture, écriture)

### Le plaisir de lire commence bien avant l'école...

*Des contes, des discussions, des jeux pour amener les enfants à mieux se connaître et reconnaître leur capacité à développer leur goût de la lecture.*

### VEUILLEZ PRENDRE NOTE D'UN CHANGEMENT DE DATE :

POUR LE MOIS DE MAI : AU LIEU DU 17, CE SERA LE 24

**Qui :** Pour les enfants de 1 à 6 ans

Enfant seul ou accompagné d'un adulte de ton choix

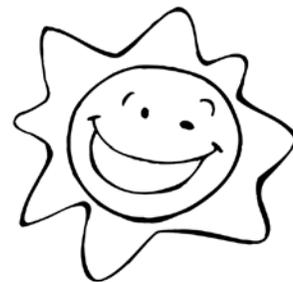
**Quand :** le samedi avant-midi

**Date :** 19 avril, 24 mai, 21 juin,

Septembre, octobre et novembre 2008

**Heure :** De 9 :30 à 11 :00

**Où :** Bibliothèque Municipale



-----Retourner à la bibliothèque ou déposer le dans la chute à livres ou apporte-le avec toi-----

Oui, je participerai

Non, je ne participerai pas

Nom de ou des enfant(s) et l'âge : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Nom des parents : \_\_\_\_\_

No.de tél :: \_\_\_\_\_

**GRATUIT**

-

**GRATUIT**

-

**GRATUIT**



# Saint-Valère

## Loisirs de Saint-Valère

La belle saison est à nos portes et les loisirs vous invitent à prendre l'air et vous dégourdir en venant pratiquer ou encourager nos différentes activités hebdomadaires.

<b>Soccer (si parents bénévoles)</b>	lundi	6h
<b>Roller hockey</b>	lundi et mardi	7h
<b>Fer</b>	mardi	7h
<b>Pétanque</b>	mercredi	7h
<b>Balle homme</b>	vendredi	7h

Les informations pour le camp de jour seront remises aux élèves de l'école et les inscriptions auront lieu le 5 mai prochain. Mais, étant moi-même maman, je sais que les messages ne se rendent pas toujours: **donc, jusqu'au premier juin, vous pouvez inscrire vos enfants au camp de jour en me contactant au 353-1335.**

Je rappelle que si des jeunes de 16 ans ou plus sont intéressés à devenir animateur (trice) pour le camp de jour, faites-le-moi savoir en vous présentant le soir de l'inscription entre 18h et 20h30, le 05 mai.

Profitez bien des chaudes journées à venir pour faire le plein d'énergie. À la prochaine.

*Manon Babin*, coordonnatrice

## Comité de vernissage de Saint-Valère

**AU COMPLEXE ET À LA BIBLIOTHÈQUE DE SAINT-VALÈRE**

**Vous pouvez vous inscrire dès maintenant:**

Vous êtes intéressés à venir exposer vos œuvres (toiles, sculptures, poterie, etc.)?

Contactez-nous au numéro de téléphone suivant: 353-3464

(ou laisser un message sur la boîte vocale et nous vous rappellerons).

Merci de votre collaboration.

*Martine Ayotte*, responsable du comité de vernissage *Carole Potvin*, adjointe



# Saint-Valère

## Activités Femmes d' Ici

### Une réflexion pour être heureux

• Dieu nous parle clairement, nous sommes libres. Nous pouvons répondre à son amour, là où se trouve le bonheur. Nous pouvons préférer d'autres plaisirs aux exigences de l'amour. Mais ce serait choisir le malheur.

Prière d'un fil électrique «Aféas»

Tel un fil électrique, transmets autour du monde un courant d'amitié, de fraternité, d'amour, de justice et de paix

Seigneur, moi, je suis le fil. Tu es la prise de courant. Tant que je reste branché sur Toi, un courant d'amour circule en moi. Mais aussitôt que je me coupe de Toi, je suis un fil mort, sans utilité aucune. Aide le petit fil que je suis à allumer beaucoup de lampes et à inonder de lumière les cœurs enténébrés. Permits que je réchauffe les cœurs froids, que je perce les cœurs durs et que je nourrisse les cœurs affamés de Toi. Seigneur, branche mon petit fil au cœur de tous ceux que je rencontrerai aujourd'hui, afin de faire passer en eux le courant d'amour, le voltage de l'espérance, et l'ampérage de la charité. Amen  
Électrisons les autres sans les électrocuter.

Madeline Normand, agent de pastorale

Pour faire suite à notre article du mois de mars, nous poursuivons sur le thème : Femmes au travail: vos droits.

Pour faire avancer la cause des femmes, voici des suggestions :

- S'informer sur ses droits au travail,
- Si on est syndiquée, s'impliquer au comité de la condition féminine.

- Appuyer les groupes qui luttent pour améliorer les conditions de vie et de travail des femmes;
- Exiger du monde politique des mesures concrètes pour améliorer le sort des femmes et des travailleuses,
- Donner plus de dents à la loi sur l'équité salariale;
- Garder un œil sur les activités des syndicats,
- Prendre sa place dans les lieux de décision et de développement.
- Exiger d'avoir accès à des ressources locales d'insertion ou d'aide à l'emploi pour les femmes.

Comme on le voit, ce n'est pas l'ouvrage qui manque.

### Carnet d'adresses du monde du travail au gouvernement du Québec.

Ministère Emploi et solidarité sociale,  
Tel: (418) 643-4721, Sans frais: 1-888-643-4721  
Magazine gratuit Jobboom.

Adresse Internet: <http://carriere.jobboom.com>  
Commissions des Normes du travail,  
Tel: 1-800-265-1414

Commission des droits de la personne et de la jeunesse. Tel: 1-514-873-5501 Mme Line Laberge  
Tel: 1-800-361-4477

Commission de la santé et de la sécurité du travail.  
Tel: 1-514-906-3000 ou 1-866-302-2778

Commission des lésions professionnelles  
Tel: 1-800-361-9593

Commission sur l'équité salariale  
Tel: 1-888-528-8765

Au gouvernement fédéral, assurance-emploi  
Tel: 1-800-808-6352

*Lucie Leclerc, présidente Aféas*

# Saint-Valère

Le Comité Action  
Communautaire  
Saint-Valère Inc

*Bonjour à Vous Tous.*

Quelques mots pour vous parler du cheminement de notre Comité. Depuis le début de cette nouvelle année beaucoup de belles choses se sont produites et nous en sommes très fiers. En janvier nous commençons avec le party des bénévoles de notre paroisse; un nouveau partenariat s'est formé, donc le Comité Action, la Fabrique et le Conseil Municipal ont décidé de faire une seule grande fête qui fut une grande réussite. Donc, merci à tous nos bénévoles et également à nos partenaires.

Le mois de mars arrive avec le premier brunch de l'année et celui-ci est parrainé par le Conseil Municipal. Donc, celui-ci est préparé et servi par tous ses membres. Ils ont beaucoup de talent parce que ce fut succulent et très apprécié de tous. Par la même occasion le Conseil a voulu souligner toutes ces belles années que Mme Thérèse Domingue a su donner pour faire avancer et connaître la Municipalité. En guise de remerciements, ils lui ont remis de magnifiques fleurs ainsi qu'un beau présent. Donc, Thérèse, Félicitations et bon succès dans tes nouvelles fonctions. Une nouveauté s'est ajoutée, c'est-à-dire la présentation de nos nouveaux arrivants. Une rencontre très agréable et l'occasion de leur prouver que nous sommes très fiers de pouvoir les compter parmi nos nouveaux

citoyens et qu'ils pourront être des nôtres lors de nos autres activités.

Bienvenue à Vous tous.

Le mois d'avril arrivé veut dire pour nous la préparation de notre Édition 2008 de la Fête Champêtre. Déjà beaucoup de choses sont faites mais les retouches sont très importantes pour nous, parce que à chaque année nous voulons que vous en gardiez un magnifique souvenir. Donc, **pour les 15-16-17 août**, gardez-vous du temps pour venir participer avec nous à votre fête. En avril, un autre brunch est en préparation. Celui-ci sera parrainé par l'Aféas. Pour ce qui est de la date et de son contenu, nous vous ferons parvenir une invitation par le courrier.

Merci de nous appuyer depuis aussi longtemps.

*M. Yvon Martel, président*

# *Une réflexion pour tous.*

## DES TRACES DE CLOUS SUR LA CLÔTURE

*C'est l'histoire du petit garçon qui avait mauvais caractère.*

*Il ne pouvait s'empêcher de dire des mots méchants à ses amis et à ses parents.*

*Alors...il se retrouvait souvent seul et triste.*

*Un jour, son père lui donna un sac de clous et lui dit qu'à chaque fois qu'il perdrait patience et qu'il dirait une parole méchante, il devrait planter un clou sur la clôture du jardin.*

*Le premier jour, le petit garçon planta 37 clous sur la clôture.*

*Le soir, les doigts blessés puisqu'il passait à côté du clou pour se donner des coups sur les doigts, il se dit: « Demain, je ferai mieux».*

*Les jours suivirent, à mesure qu'il apprenait à contrôler son humeur, il plantait de moins en moins de clous.*

*Il découvrit qu'il était plus facile de contrôler son humeur que d'aller planter des clous sur la clôture.*

*Le jour vint où il n'avait pas dit un seul mot méchant de la journée.*

*Après en avoir informé son père, ce dernier lui suggéra de retirer un clou à chaque jour où il contrôlerait son humeur et qu'il ne dirait pas de paroles méchantes.*

*Les jours passèrent et le petit garçon put finalement annoncer à son père qu'il ne restait plus aucun clou à retirer de la clôture.*

*Son père lui prit la main et l'amena à la clôture.*

*Il lui dit: «Tu as travaillé fort mon garçon, mais regarde tous ces trous dans la clôture.*

*Elle ne sera plus jamais la même.*

*À chaque fois que tu perds patience et que tu dis des paroles méchantes, cela laisse aussi des marques, des cicatrices exactement comme celles-ci.*

*Tu peux dire des paroles méchantes à quelqu'un que tu connais bien et t'excuser.*

*Peu importe combien de fois tu lui diras être désolé, la cicatrice demeurera pour toujours».*

*Il paraît qu'à partir de ce jour, à chaque fois que le petit garçon disait une parole aimable, il allait planter une fleur près de la clôture. Puis un matin, le jardin était tellement fleuri et ça sentait tellement bon, qu'on oublia presque les cicatrices imprimées sur la clôture.*

*Et on vit au loin... le petit garçon qui s'amusait et riait avec ses amis.*

# Saint-Valère

Marguilliers,  
Conseil de Fabrique  
Saint-Valère

## Bazar

Les « grands ménages » sont commencés ???? Alors, pensons à notre bazar paroissial pour notre belle ÉGLISE, qui aura lieu le 15 août en soirée, le 16 et 17 août 2008 au sous-sol de la sacristie en même temps que la Fête Champêtre organisée par le Comité Action Communautaire de St-Valère Inc.

Donc, encore une fois, nous venons vous solliciter maintenant. Nous serions heureux de recevoir les objets qui ne vous servent plus mais qui pourraient être utiles à d'autres.

Les membres de la Fabrique recueillent des bibelots, jouets, cadres, miroirs, articles ménagers, lampes, accessoires électriques, vaisselle, ustensiles, lingerie, petits meubles, disques, cassettes, livres, articles d'artisanat, articles de sport, articles pour bébé, outils de tout genre sauf des vêtements.

Comme à chaque année, beaucoup de travaux devront être réalisés à notre église. Juste le paiement de l'huile à chauffage et la rémunération du prêtre et de ses aides ainsi que le salaire de l'agente de pastorale

grugent la plupart de nos revenus. Donc, nous avons besoin de votre coopération si nous voulons continuer à vous offrir des services comme l'éveil à la foi, l'initiation sacramentelle, les messes, les funérailles et les mariages. Nous espérons recevoir beaucoup de choses que nous pourrions vendre.

Vous pouvez téléphoner au presbytère Au numéro de téléphone suivant : 819-353-2214 ou à Louissette Fournier au : 819-353-2496.

Une personne passera chercher vos dons ou vous pouvez venir les porter avant ou après les messes.

Tous ensemble, nous formons une formidable équipe et un gros MERCI à l'avance.

*M. François Bergeron*, président



# Saint-Valère

La Caisse populaire de Saint-Albert vous présente

## Louise Cormier



### SON EXPERTISE :

- Plus de 20 années d'expérience dans l'industrie des services financiers, dont dix années dans le domaine des conseils financiers en placement.
- Planificatrice financière diplômée de l'institut québécois de planification financière (i.q.p.f.) et représentante en épargne collective pour Desjardins Cabinet de services financiers inc.
- Titulaire d'un certificat en planification financière personnelle de l'Université Laval.
- Cours sur le commerce des valeurs mobilières au Canada (c.c.v.m.).

### SA CLIENTÈLE :

Principalement constituée de chefs d'entreprises, de personnes retraitées ou préretraitées en quête de stratégies avantageuses.

### L'INSTITUTION FINANCIÈRE :



La Caisse populaire Desjardins de Saint-Albert gère un volume d'affaires de 158 millions de dollars et compte plus de 3 700 membres. Notre équipe vous permet de profiter de l'expertise de personnes qualifiées dont un planificateur financier, deux conseillers en finances personnelles, deux conseillers de service aux particuliers et dix autres personnes pour répondre à vos besoins en services financiers.

Nous avons deux points de services où vous pouvez nous rencontrer, soit à Saint-Albert et Saint-Valère, nous serons heureux de vous y accueillir, afin de **conjuguer Avoirs et Êtres** avec vous.

**Siège social**  
1245, rue Principale,  
Saint-Albert (Québec) J0A 1E0  
(819) 353-3400, ou sans frais 1 866-575-3400  
Télécopieur : (819) 353-3419

**Centre de services Saint-Valère**  
1617, rue Principale  
Saint-Valère (Québec) GOP 1M0  
(819) 353-3431  
Télécopieur : (819) 353-3439

# Saint-Valère



## Desjardins

Caisse populaire de Saint-Albert

### Suite...

- Hé vieux, quoi de neuf?
- **Tu peux pas savoir tout ce que j'ai appris en allant rencontrer mon conseiller à la Caisse. Quand tu m'as suggéré ça l'autre fois, je me disais que dans mon cas, ça ne changerait pas grand-chose. Hé bien, c'est surprenant tous les sujets dont on peut parler avec eux. Avant, moi je pensais à la Caisse pour les prêts et changer mon chèque de paie le jeudi. Laisse moi te dire qu'il était temps que j'aie les voir, j'en ai appris des choses et j'ai réalisé que ma Caisse peut m'offrir beaucoup plus que des prêts.**
- Oui, moi aussi j'ai réalisé ça. Il m'a référé un agent d'assurance et ensemble nous avons fait le tour de toutes mes assurances. Wow, j'ai vraiment été étonné, dans certains cas il m'a dit de garder ce que j'avais car j'étais bien couvert à un coût correct, imagine, c'était même pas des assurances de sa compagnie. Dans d'autres cas il m'a fait des propositions en m'expliquant clairement pourquoi ce qu'il m'offrait pouvait être plus avantageux et j'ai même réalisé que je payais certaines assurances depuis des années et que je n'en avais pas vraiment besoin.
- Oui, moi aussi il m'a proposé ça, mais je ne voyais pas l'intérêt. Après ce que tu viens de me dire je devrais peut-être reconsidérer la question. **Moi ce que j'ai apprécié c'est qu'il me parle des ristournes. Pour moi c'était un chèque que je recevais une fois par année et ça s'arrêtait là. Mais quand tu t'arrêtes comme il faut, c'est bien plus que ça. Dans le fonds, c'est un rabais sur ton taux pour le crédit et une bonification de ton taux sur les épargnes. Plus tu as de choses à ta caisse, plus ta récolte de ristournes est importante.**

- Oui, de plus si tous les emprunteurs de la Caisse y place aussi leurs épargnes, les résultats de la Caisse en seront améliorés et par ricochet les ristournes versées aussi. C'est comme la saucisse, elle est plus fraîche parce que plus de gens en mange et plus de gens en mange parce qu'elle est plus fraîche. Autrement dit, plus tu fais affaires avec ta Caisse et plus ta Caisse te retourne de ristournes.
- **Moi je trouve que ce qu'il y a de plus beau avec la ristourne Desjardins, c'est que toi, moi, nos enfants, nos parents, tout le monde peut en bénéficier peu importe le montant de ses avoirs. C'est pas juste quelques gros actionnaires bien fortunés qui en bénéficient. C'est ça la coopération et moi j'aime bien ça.**
- Ouais, t'as bien raison. En plus, moi quand je vais à la Caisse, je me sens chez nous.
- **C'est vrai, moi aussi je me sens comme ça. Le mois passé, c'était l'assemblée générale annuelle de ma Caisse. Avant j'y allais pas, je me disais que je ne comprendrais rien et puis une fois ma femme a réussi à me convaincre. Sais-tu, j'ai trouvé ça intéressant. C'est certain qu'il y a des chiffres, mais juste assez pour nous permettre de comprendre où notre caisse s'en va. Les gens en avant nous parlent avec nos mots, des mots que l'on comprend et en plus c'est du monde comme nous autres qui font partie des conseils.**
- Sais-tu je pense que j'aimerais ça faire partie d'un conseil, pour voir comment ça se passe de l'intérieur.
- **Tu peux le faire savoir à la caisse et comme ça quand il y aura des postes à combler, ils vont te le dire et tu pourras poser ta candidature.**
- Je crois bien que je vais suivre ton conseil, on s'en reparle. Salut!

Siège social  
1245, rue Principale,  
Saint-Albert (Québec) J0A 1E0  
(819) 353-3400, ou sans frais 1 866-575-3400  
Télécopieur : (819) 353-3419

Centre de services Saint-Valère  
1617, rue Principale  
Saint-Valère (Québec) G0P 1M0  
(819) 353-3431  
Télécopieur : (819) 353-3439