

# Saint-Valère

C'est notre affaire...

## UN PANIER DE NOËL APPORTE JOIE ET RÉCONFORT

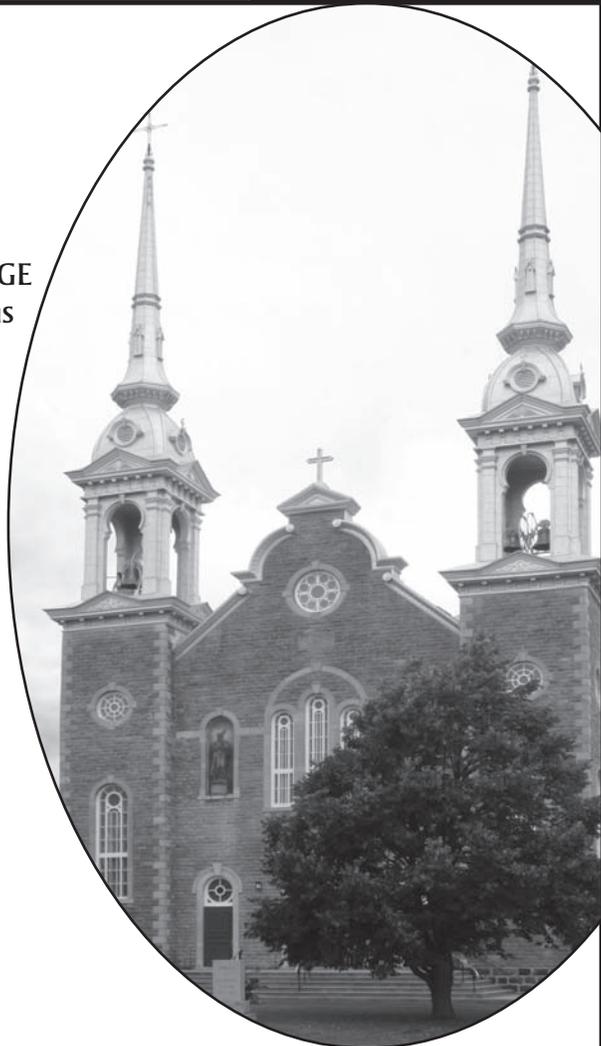
Déjà le mois d'octobre 2007. Le COMITÉ NOËL DU PARTAGE vous invite à contribuer avec nous afin de combler des besoins essentiels et d'apporter un peu de douceur et de chaleur aux familles démunies.

Nous comptons sur votre générosité habituelle pour aider les moins favorisés.

PARTAGER, S'AIDER LES UNS LES AUTRES, C'EST UNE FAÇON DE RENDRE GRÂCE POUR LES BIENS QUE NOUS AVONS REÇUS. Des paniers seront placés aux endroits suivants : Caisse Populaire, Bibliothèque Municipale, Ecole Cœur Immaculé, Eglise...

Merci de votre générosité pour les moins bien choyés de notre paroisse.

Lise Blanchette	Tél.: (819) 353-1928
Télécopieur	Tél.: (819) 353-2998
Presbytère St-Valère	Tél.: (819) 353-2214
Denise Cantin	Tél.: (819) 353-2411



**Le comité de Noël du Partage Lise Blanchette, présidente**

**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 novembre 2007**

**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

Avis public .....	3
Bibliothèque .....	4
Comité du vernissage.....	5
Activité de pastorale.....	5
Élection .....	6
Jeunes reporters .....	6
Projet É.L.É. ....	7
Journée de la culture .....	7
F.A.D.O.Q. ....	15
Fondation CLSC Suzor-Côté.....	16
AFÉAS.....	18
Comité action .....	19
Caisse Populaire Desjardins de St-Albert ....	20

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



# Saint-Valère

PROVINCE DE QUÉBEC  
MUNICIPALITÉ DE SAINT-VALÈRE

DÉPÔT DU RÔLE D'ÉVALUATION ET DE SON SOMMAIRE  
AUX CONTRIBUABLES DE LA MUNICIPALITÉ CI-HAUT MENTIONNÉE

## AVIS PUBLIC

Concernant le rôle d'évaluation foncière de la Municipalité de Saint-Valère.

Avis public est par les présentes donné que le rôle triennal d'évaluation foncière de la Municipalité de Saint-Valère a été déposé, au bureau de la municipalité le 15 septembre 2007, sera en 2008, en vigueur pour sa troisième année d'exercice financier et que toute personne peut en prendre connaissance à mon bureau au 02, rue du Parc, durant les heures d'affaires régulières.

Conformément aux dispositions de l'article 74.1 de la Loi sur la fiscalité municipale, avis est également donné que toute personne qui a un intérêt à cet effet peut déposer, à l'égard de ce rôle, une demande de révision prévue par la section 1 du chapitre X de cette loi, au motif que l'évaluateur n'a pas effectué une modification qu'il aurait dû y apporter en vertu de la loi.

Pour être recevable, une telle demande de révision doit remplir les conditions suivantes:

- être déposée au cours de l'exercice financier pendant lequel survient un événement justifiant une modification du rôle en vertu de la loi, ou au cours de l'exercice suivant;
- être déposée à l'endroit suivant ou être envoyée par courrier recommandé:

**MRC d'Arthabaska**  
**40, route de la Grande-Ligne**  
**Victoriaville (Québec) G6P 6R9**

- être faite sur le formulaire prescrit à cette fin et disponible à l'endroit ci-dessus indiqué;
- être accompagnée de la somme d'argent déterminée par le règlement # 137 de la MRC d'Arthabaska et applicable à l'unité d'évaluation visée par la demande.

Donné à Saint-Valère ce 12ième jour du mois d'octobre 2007

Le directeur général et secrétaire-trésorier, *Jocelyn Jutras*

Le mensuel de

# 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 14 H À 16 H ET  
DE 18 H 30 À 20 H 30**

**Téléphone :** (819) 353-3464  
(si occupé, laisser un message sur la boîte vocale)  
**Télécopieur :** (819) 353-3465  
**Courriel :** biblio127@crsbcqlm.qc.ca

### Congés fériés

*Dates de fermeture 2007:*

- La semaine entre Noël et le jour de l'An, les 24, 25 et 26 décembre 2007 et les 1, 2 et 3 janvier 2008.  
Ouverture le 7 janvier 2008.

### Thèmes des mois : Octobre et novembre

Octobre : Halloween

Novembre : Animaux

***Nous avons des livres sur les sujets de chaque mois.***

***Club de lecture 2007*** Bravo tous les enfants qui ont participé à cette belle aventure de lire durant l'été, le retour à l'école est moins pénible, le cerveau est resté actif, Félicitations aux gagnants.

***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 :

Je m'appelle Marie de Christian Tétreault  
Sans rien ni personne de Marie Laberge  
Harry Potter et les reliques de la mort de J.K. Rowling  
Le guerrier, biographie de Patrick Roy  
Le livre de Richard Petit concernant la vie avec le cancer

**Documentaires :** 220 recettes, Plats mijotés

**Place aux jeunes :** Romans jeunes, 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 partis de la collection locale (Saint-Valère), merci de nous faire profiter de vos dons.

*Hélène Provencher*  
Coordonnatrice de la Bibliothèque Municipale

# Saint-Valère

## Annnonce d'une activité pastorale

Une célébration spéciale aura lieu le dimanche 28 octobre, à 10h30 à l'église de St-Valère.

Ce sera l'occasion de présenter à la communauté les animateurs et animatrices qui accompagneront cette année les enfants et les parents dans les parcours d'éveil à la foi et d'initiation chrétienne qui conduisent aux sacrements du pardon, de l'eucharistie et de la confirmation. Une invitation spéciale est faite aux enfants et aux parents qui suivent ces parcours.

*Lise Grenier*, agente de pastorale    *André Genest*, curé

## Comité de vernissage de Saint-Valère

C'est avec plaisir que nous vous invitons au prochain vernissage avec les élèves de l'école pour le travail effectué sur «le sujet recyclage »pour la journée Normand Maurice qui a été fait en octobre et qui sera présenté le :

**Vendredi 18 janvier 2008 19 heures**  
**Complexe Municipal de Saint-Valère**  
**2, rue du Parc**

Nous vous attendons en grand nombre pour cette soirée. Merci de venir nous rencontrer.

*Martine Ayotte*, responsable du comité de vernissage

*Carole Potvin*, adjointe

# Saint-Valère



## Élections 2007

Le 05 octobre 2007 était le dernier jour pour le dépôt des bulletins de candidature afin de combler deux postes vacants au Conseil municipal de Saint Valère. Je vous informe que Monsieur Louis Hébert et Madame Sonia Gosselin ont été élus, sans opposition, respectivement à titre de Maire et de Conseillère dans le district numéro 5.

Le président d'élection, *Jocelyn Jutras*

## Une journée enrichissante



Aujourd'hui le 7 avril, j'ai participé à la formation de la Croix-Rouge de gardiens et gardiennes avertis (es). J'ai beaucoup apprécié mon expérience car, en plus de passer la journée en compagnie de mes amies, j'ai appris plusieurs nouvelles techniques concernant les premiers soins.

Ces techniques s'appliquaient autant aux bébés qu'aux enfants d'âge scolaire. Nous avons appris le PER (pression- élévation- repos) pour les hémorragies externes, le RIGE (repos- immobilisation- glace- élévation) pour les entorses et les fractures. On nous a aussi enseigné « L'ABC » qui est la technique que l'on doit utiliser lors des pertes de conscience. Nous avons aussi étudié les premiers soins à donner lors des coupures ou brûlures légères, et quoi faire lorsque quelqu'un s'étouffe. Notre formatrice était très gentille. Elle s'appelait Marie-Philippe.

Dans toute la journée, ce qui a été le plus rigolo, c'était de voir les garçons apprendre le bouche-à-bouche sur leur poupée (Nous faisons semblant de le faire). Ils étaient accroupis par-dessus leur poupée et semblaient bien gênés...

La journée s'est terminée par un examen qui déterminait la note de passage et la réussite ou non de la formation. J'étais un peu nerveuse mais j'avais été attentive toute la journée et l'examen s'est très bien déroulé, autant pour mes amies que pour moi-même. C'était vraiment une belle journée. Je suis fière d'avoir obtenu mon certificat de gardienne avertie.

*Gabrielle Richard*, École Cœur Immaculé

Mon amie Élixa et moi

# Saint-Valère

## Projet É.L.É.

Éveil, Lecture, Écriture

L'automne est arrivé. Octobre le souligne avec ses belles couleurs. Il y aura aussi la fête de l'Halloween. Quand vous passerez par les maisons, soyez prudents.

- Ne mangez pas ce qu'il y aura dans vos sacs avant que le contenu soit vérifié par un adulte.
- Ne traversez pas le chemin sans avoir vérifié des deux cotés de la rue.
- Restez toujours en groupe.
- SOYEZ PRUDENTS!!!

Le 24 novembre 2007 sera notre dernière rencontre de l'année. Nous serons déjà dans la période de Noël, donc, bricolage des fêtes. On vous attend en grand nombre.

*Marlene Chouinard*, responsable,

*Danielle Tremblay et Hélène Provencher-Hébert*

## Journées de la culture 2007

Encore une fois, les journées de la culture de Saint-Valère ont connu un grand succès. Environ 430 personnes sont venues admirer les œuvres et échanger avec les artistes et artisans présents. Merci à la population de participer en si grand nombre !

Nous voulons remercier chaleureusement les nombreux commanditaires, sans qui il serait impossible de vous offrir de telles activités.

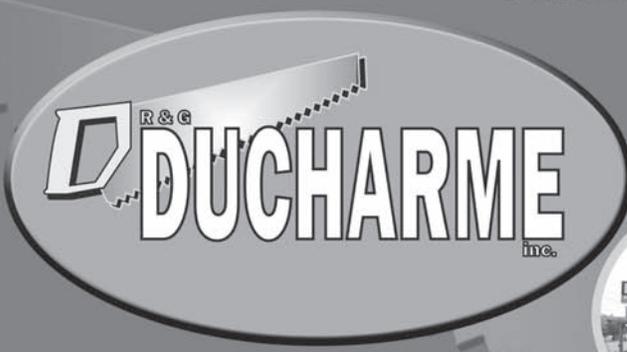
Finalement, un beau merci à tous les bénévoles qui participent, année après année, au succès des journées de la culture.

*Julie Desrochers*  
Comité des journées de la culture

Le mensuel de

# Saint-Valère

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



**PRO** RÉNOVATION

PRO PRO PRO PRO PRO PRO

**NOUS LIVRONS...**



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

PRO 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

*Plus*

Pour réservation communiquez avec nous!

# Saint-Valère



**Épicerie**



**Lacharité**

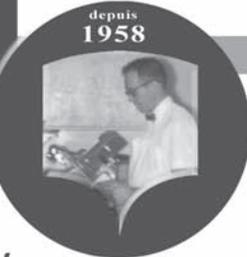


Tél.: 819.353.3050  
Télécopieur: 819.353.3069

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



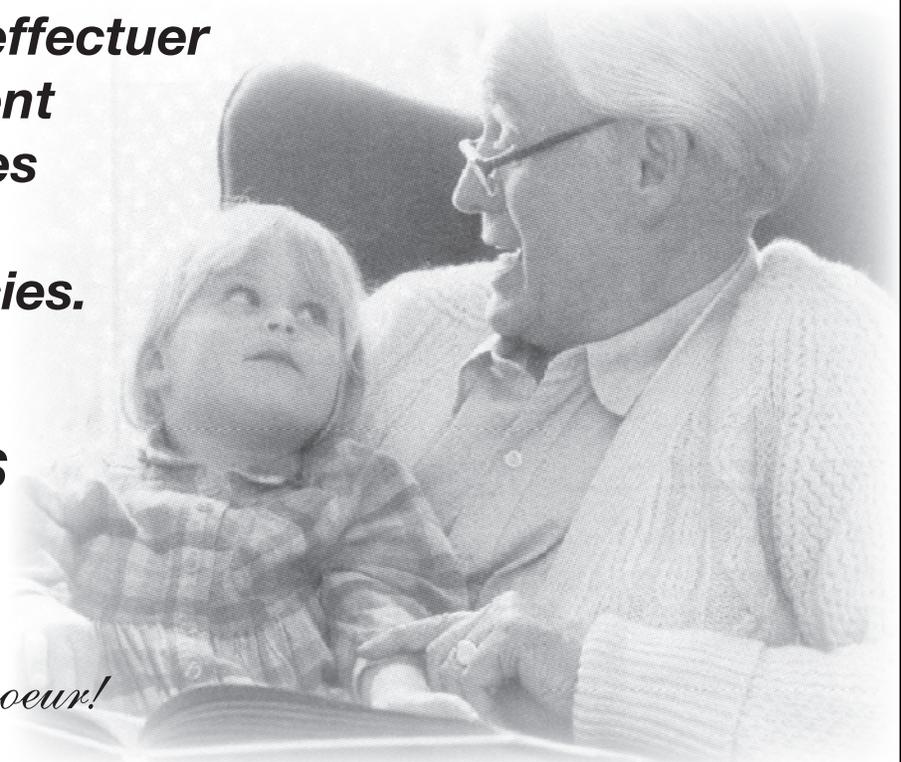
**Habib Néji**  
pharmacien, Ph. D.



- **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?

**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

1664, route 161, St-Valère

Ouvert 7 jours sur 7  
de 7h30 à 22h

Nouvelle propriétaire  
Maryse Gagnon

**Tél.: (819) 353-2161**

Télé.: (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 GOP 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



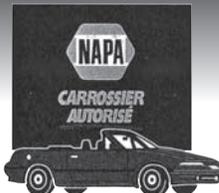
Bureau 442 32, rue Notre-Dame Est  
Édifice de la Confédération Victoriaville (Québec)  
Chambre des communes G6P 3Z5  
Ottawa (Ontario) K1A 0A6 Tél. : (819) 751-1375  
Tél. : (613) 995-1554 Sans frais : 1-877-751-1375  
Télécopieur : (613) 995-2026 Télécopieur : (819) 751-5517

Courriel : [bellaa1@parl.qc.ca](mailto:bellaa1@parl.qc.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 GOP 1M0  
[rejmar@telwarwick.net](http://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) GOP 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)



*Via Décor enr.*  
par  
*Linda Hébert*

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) GOP 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



**F.A.D.O.Q.**  
DE SAINT-VALÈRE

# Saint-Valère

## À inscrire à votre agenda

### Jeux Provinciaux des Aînés

Mercredi, le 26, septembre se tenait à Trois-Rivières la compétition provinciale "quilles". Deux équipes de St-Valère qui s'étaient mérité les médailles d'or et d'argent aux jeux régionaux des Aînés en mai, représentaient le Centre du Québec à la compétition.

### Composition des équipes:

1ère équipe: M. Raymond Courtois, M. Antoine Côté, Mme Nicole Gagné, Mme Madeleine Hébert et M. Hilaire Gagné.

2ième équipe: M. Marcel Bergeron, Mme Claire Cloutier, Mme Gaétane Hébert, M. Michel Beauchesne et M. Jacques Vigneault.

Merci pour votre participation.

### Rappel dîner des «Fêtes».

Dimanche le 9 décembre à L'Érable Rouge, 819-353-2553 Président

dîner annuel des Fêtes; dans l'après-midi, danse avec orchestre et tirage de plusieurs prix de participation. Coût: 7.50\$ pour les membres de l'Âge d'Or, 15.00\$ pour les non-membres. Bienvenue à tous! On va s'amuser.

### Adhésion au Club Âge d'Or.

Il est encore temps d'adhérer au Club d'Âge d'Or et faire partie d'un mouvement qui regroupe quelques 280 000 membres au Québec, qui a pour but la défense des intérêts des personnes âgées. Le coût est de 20.00\$ annuellement. Contacter un membre de la direction, pour plus d'informations.

*Martial Bergeron*

**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)

# Saint-Valère



Vente-bénéfice poinsettias 2007  
FONDATION CLSC SUZOR-COTÉ

LA CAUSE À APPUYER AVEC DES FLEURS...

La Fondation du CLSC Suzor-Coté a le plaisir de vous informer que, pour une sixième année consécutive, la vente-bénéfice de poinsettias reprend son envol. En collaboration avec Signé Garneau Fleuriste et parrainée par le Dr. Alain Huppé, les profits de cette vente seront entièrement versés à la Fondation dans le but d'améliorer les services aux personnes en phase terminale à domicile.

La période des Fêtes approchant à grands pas, nous profitons de l'occasion pour vous donner rendez-vous à l'un de nos kiosques de vente :

#### **7 et 8 décembre 2007**

- Kiosque de la Fondation CLSC Suzor-Coté à la Grande Place des Bois-Francis

#### **7, 8 et 9 décembre 2007**

- Kiosque de la Fondation CLSC Suzor-Coté chez Signé Garneau fleuriste

#### **Tout au long de la période des Fêtes**

- Boutique Signé Garneau fleuriste  
29 Boul. Arthabaska est  
Victoriaville, (819)758-3887

La Fondation vous dit **MERCI!**

**M.F.C.**Mouvement des  
femmes Chrétiennes  
de Saint-Valère*Saint-Valère**Technologies nouvelles*

Ce mois-ci je vous propose une réflexion sur les changements dans la société qui ont transformé nos vies.

Nous découvrirons comment l'utilisation de l'ordinateur influence notre vie de famille et par le fait même nous aurons à ajuster nos comportements.

Regardons les grandes découvertes qui ont influencé notre façon de vivre aujourd'hui. L'électricité, le Rayon- x, le scanner, le laser, le satellite, l'ordinateur, la caméra numérique, le cellulaire, D.V.D., Ipod, etc....

Comme nous ne pouvons élaborer sur chaque découverte, nous nous arrêtons sur l'ordinateur et Internet, des technologies très en vogue aujourd'hui qui ont changé la vie de bien des gens et qui ont fait évoluer notre société.

**EST-CE POUR LE MIEUX?**

Internet est un outil de recherche et de travail incroyable. Il prend de plus en plus de place dans la vie des gens. Il suffit de quelques minutes pour trouver de la documentation.

Internet a aussi donné vie aux courriels.

Cette technologie permet de communiquer avec n'importe qui dans le monde à tout moment de la journée et de la nuit. Il permet aussi de garder contact avec de vieux amis et

bien d'autres avantages que je vous laisse découvrir.

Mais Internet a par ailleurs certains inconvénients. Tout ce partage d'information peut brimer la confidentialité des gens. On retrouve sur des sites Internet des actes de violence, des porno... Par le fait même, les parents auront à être vigilants pour leurs enfants, superviser et placer l'ordinateur au bon endroit et en un mot être sur leur garde.

En somme, Internet a des inconvénients mais demeure la plus grande technologie qui soit.

Aujourd'hui de quelle façon Jésus-Christ agirait face à l'Internet?

Je crois qu'il serait ouvert à cette nouvelle technologie, il passerait ses messages et choisirait ses sites en acceptant le choix des autres et maintiendrait son grand commandement de l'amour.

**ET VOUS QU'EN PENSEZ-VOUS?...**

«Mieux vaut prendre le changement par la main avant qu'il ne vous prenne par la gorge»  
(Wiston Churchill)

Semaine national du M.F.C.

Du 11 au 17 novembre 2007

*Rolande Fleurant*

# Saint-Vatère



## Toi et Moi, un Cadeau de Dieu

Ce mois-ci, à l'occasion de notre dimanche Aféas, nous avons présenté à Notre Créateur notre travail, nos projets pour l'année 2007-08.

Accueillantes, priantes et au service, nous avons vu ces femmes, bien que différentes, comme des Cadeaux. Nous tous, toi et moi, sommes des Cadeaux.

“Les gens sont des cadeaux que le Père a préparés pour nous les envoyer. Certains sont magnifiquement enveloppés. Ils sont attrayants dès le premier abord. D'autres ont été malmenés par la poste. Il arrive parfois qu'il y ait une distribution spéciale. Certains sont des cadeaux dont l'emballage laisse à désirer; d'autres dont l'emballage est bien fait.

Mais l'emballage n'est pas le cadeau! C'est si facile de faire une erreur. Et nous rions quand les enfants prennent l'un pour l'autre. Parfois le cadeau est difficile à ouvrir. Il faut se faire aider. Peut-être parce qu'il a peur? Parce que cela fait mal? Il a peut-être déjà été ouvert et rejeté ou se pourrait-il que le cadeau ne me soit pas destiné?

Je suis une personne et donc, moi, je suis un cadeau. ! Un cadeau pour moi même d'abord. Le Père m'a donnée à moi-même. Ai-je déjà regardé à l'intérieur de l'emballage? Ai-je peur de le faire? Peut-être n'ai-je jamais accepté le cadeau que je suis. Je n'ai peut-être jamais vu le cadeau merveilleux que je suis. Les cadeaux du Père pourraient-ils être autres choses que Magnifiques?

Je suis un cadeau pour les autres. Est-ce que j'accepte d'être donnée par le Père aux autres? Une personne pour les autres. Les autres doivent-ils se contenter de l'emballage, sans jamais pouvoir apprécier le Ca-

deau? (Tiré du calendrier des Vocations et de Mine de Rien)

Merci aux dames de l'Aféas. “Aimons-nous” d'abord soi-même, puis les autres.

La Pharmacie du Bon Dieu

Les bananes

Les bananes contiennent 3 sucres naturels; sucrose, fructose et glucose combinés avec des fibres, une banane donne instantanément un gain d'énergie substantiel; Les recherches ont prouvé que juste e2 bananes fourniraient assez d'énergie pour un entraînement rigoureux de 90 minutes.

Toutefois l'énergie n'est pas la seule façon dont la banane peut vous aider à garder la forme. Elle peut également aider à guérir ou prévenir beaucoup de maladies; intégrez-la à votre régime alimentaire quotidien.

Anémie: Elevée en fer, la banane peut stimuler la production d'hémoglobine dans le sang aidant dans les cas d'anémie.

SPM: Oubliez les pilules mangez une banane. La vitamine B6 qu'elle contient régularise le niveau de glucose ans le sang, lequel peut affecter votre état émotionnel.

Constipation: Elevée en fibres, inclure la banane dans votre alimentation quotidienne peut aider la régularité, sans avoir besoin de laxatifs.

(du Journal Mine de Rien)

Pensée: Dieu a mis dans la nature tout ce dont nous avons besoin pour vivre en santé longtemps, mais sagement.

*Madeline Normand*, agente de pastorale

# Saint-Valère

## Le comité action

### Les tartes aux pommes

N'avons-nous pas entendu ces simples phrases: «Tu n'as pas de cœur à l'ouvrage!» «Tu fais cela pour te débarrasser!» Réfléchissons un peu, calmement.

Un jour, un animateur demande à un groupe de personnes de lui donner des exemples de choses que l'on faisait avec amour. Une dame répondit tout de suite: «Moi, c'est les tartes aux pommes.» Un peu surpris, il lui demande de s'expliquer. «Bien voyez-vous, moi, je ne peux pas manger de dessert. Mais je sais que je fais de bonnes tartes aux pommes. Alors, quand j'en fais, je les fais avec beaucoup d'amour pour que mon mari et mes enfants soient heureux en les mangeant.»

Cette femme veut que sa "création" que sont ses tartes aux pommes, soient des instruments de bonheur pour ceux qu'elle aime, à l'image de Dieu. Ses tartes aux pommes, c'est un peu d'elle-même, tant elle les fait avec tout ce qu'elle a de meilleur en elle. Aussi, il n'est pas surprenant, qu'autour de la table, se produise une véritable communion familiale, lorsque les tartes aux pommes sont servies.

C'est certain que cette femme ressemble à beaucoup de personnes. Nos bénévoles d'ici, par exemple, sont à son image lors de nos rassemblements de fraternité. Ils mettent la «main à la pâte» pour préparer notre Fête Champêtre et nos Brunchs du dimanche.

Vive les tartes aux pommes!

Vive nos Brunchs et Fêtes préparés avec amour!

Vive nos Bénévoles!

Pensée: Etre en paix avec soi-même est le plus sûr moyen de commencer à l'être avec les autres. ( Luis De Leon)

*Madeline Normand*, secrétaire  
Le Comité Action communautaire,  
St-Valère

# Saint-Valère



POUR MIEUX CONTRER  
**LE VOL  
D'IDENTITÉ**

CARTES DE DÉBIT CLONÉES, VOL DE DONNÉES DANS UN GRAND MAGASIN, FRAUDE DE CARTES DE CRÉDIT ÉLUCIDÉE... AUTANT DE NOUVELLES QUI FONT L'ACTUALITÉ ET QUI CONTRIBUENT À LA PRÉOCCUPATION DES CONSOMMATEURS ENVERS LE VOL D'IDENTITÉ.

Louise Goulet

*Vice-présidente principale aux services à la clientèle*

*Desjardins Assurances générales*

Selon les statistiques de Phonebusters, le centre d'appels anti-fraude du Canada de la Gendarmerie royale du Canada, il y a eu près de 7800 plaintes liées au vol d'identité en 2006. S'il y a eu une diminution depuis le sommet de 2003, les sommes d'argent en jeu demeurent élevées et totalisent plus de 16M\$.

## QU'EST-CE QUE LE VOL D'IDENTITÉ?

Le vol d'identité se produit lorsque quelqu'un se sert de vos renseignements personnels à votre insu ou sans votre consentement pour commettre un crime comme la fraude, le vol ou la contrefaçon. Les voleurs d'identité peuvent dérober vos renseignements personnels de bien des façons. L'hameçonnage par exemple, une tentative de fraude de plus en plus répandue, consiste, au moyen de courriels et de sites frauduleux, à tromper les internautes en les amenant à divulguer leurs renseignements personnels et financiers. Bien qu'il ne soit probablement pas possible de contrer complètement le vol d'identité, vous

peuvez en minimiser le risque. La prudence et la vigilance sont de mise, notamment dans la gestion et la transmission de vos renseignements personnels. Et n'oubliez pas: plus vous êtes informé en matière de sécurité, plus vous vous protégez contre le vol d'identité ou contre tout autre crime ou toute activité frauduleuse.

## PRÉVENTION ET SOUTIEN

Les assureurs de dommages se sont penchés sur la question. Certains offrent aujourd'hui un produit d'assurance contre le vol d'identité alors que d'autres ont plutôt choisi de proposer un service d'assistance. Le vol d'identité est une situation qui peut s'avérer stressante et qui nécessite de nombreux efforts pour la victime qui cherche à rétablir son identité. C'est pourquoi Desjardins Assurances générales (DAG) a choisi de miser à la fois sur la prévention et sur le soutien. Par exemple, DAG offre gratuitement à ses détenteurs d'une police d'assurance habitation un produit d'assistance reliée au vol d'identité. Ainsi, une équipe expérimentée composée de chargés d'assistance, d'avocats et de psychologues est disposée à fournir à titre préventif moult conseils et à offrir le soutien nécessaire aux victimes de vol d'identité. Dispensé par Sigma Assistel, une filiale de Desjardins Sécurité financière, ce service d'assistance téléphonique répond à un besoin grandissant en matière de prévention, de conseils et de soutien.

## SOYEZ AUX AGUETS

- Sachez toujours à quel endroit vous rangez vos cartes de crédit et de débit. De cette façon, vous constaterez rapidement la perte ou le vol de celles-ci.
- Ne choisissez pas un numéro d'identification personnel (NIP) facilement identifiable.
- Ne dévoilez votre NIP à personne.
- Assurez-vous de signer toute nouvelle carte de crédit dès sa réception.
- Soyez toujours présent lorsqu'un commerçant effectue une transaction avec votre carte.
- Ne répondez **jamais** à un courriel qui semblerait provenir d'une institution financière ou d'un émetteur de cartes de crédit demandant des informations relativement à vos renseignements personnels.
- Détruisez systématiquement tout document inutile contenant des informations personnelles ou procurez-vous

une déchiqueteuse.

## La sécurité, une préoccupation pour Desjardins!

Le microsite [www.desjardins.com/securite](http://www.desjardins.com/securite) contient une foule de conseils sur la sécurité qui sont regroupés en trois sections: Nous vous protégeons, Comment vous protéger et Éviter d'être victime de fraude.

À visiter: le site du Comité des mesures en matière de consommation du gouvernement du Canada au [www.cmcweb.ca](http://www.cmcweb.ca) et celui de Desjardins Assurances générales au [www.desjardinsassurancesgenerales.com](http://www.desjardinsassurancesgenerales.com).



Caisse populaire de Saint-Albert  
1617 rue Principale, Saint-Valère (Qué) G0P 1M0  
(819) 353-3431 - (866) 575-3400