

Édition 2023 | Décembre

Info Saint-Guillaume

Bulletin d'informations communautaires



Joyeuses Fêtes

URGENCE? **911**
ou 310-4141



Nos premiers répondants :

- Christian Blanchette
- Julie Descôteaux
- France Ponton
- Geneviève Proulx
- Gisèle Roy
- Pierre-Guy Lavoie
- Nancy Joyal



Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de la Mauricie-et-
du-Centre-du-Québec

Québec

CLSC Drummond
350, rue Saint-Jean
Téléphone : 819 474-2572
Télécopieur : 819 474-4937

Communauté Sainte-Famille

Robert Desmarais, curé
Serge Vallée, président
Andrée Ponton, responsable cimetière

Horaire des messes

Samedi : 16h30
Dimanche : 9h00

Presbytère - bureau - 819 396-2111
Lundi au vendredi : 13h00 à 16h00



RÉSEAU
BIBLIO
du Centre-du-Québec,
de Lanaudière et de la Mauricie

Bibliothèque municipale - 819 396-3754

Responsable : Johanne Forcier

Mardi : 14h30 à 16h30
19h00 à 20h30

Mercredi : 19h00 à 20h30

Samedi : 10h00 à 11h30



Bureau de poste 819 396-2676

Maitre de poste: Valérie Béliveau

Lundi, mardi, mercredi,
vendredi : 8h30 à 12h30
14h00 à 17h15
jeudi : 8h30 à 12h30
14h00 à 19h00



École Saint-Guillaume
819 850-1609

Directrice : Valérie Camirand

AVIS: Pour faciliter la coordination et obtenir un ensemble cohérent, nous prenons la liberté d'apporter les corrections nécessaires aux articles qui nous sont remis. Nous ne sommes, en aucun cas, responsables de la teneur des articles, soit par leur propos soit par leur contenu.

Info Saint-Guillaume

• L'Info Saint-Guillaume est publié neuf fois par année.
740 exemplaires.

• Réception **textes papier** :

Bureau municipal : 106 St-Jean-Baptiste

• Réception **textes courriel** trudelk72@gmail.com

• En collaboration avec : Municipalité de Saint-Guillaume



Notre
merveilleuse
équipe

Marie-Pierre
Infographiste

conception
et mise en page

Karine Trudel

facturation/collaboratrice
819 816-5655

Joanie Nadeau

rédaction

Evelyn Sabourin

rédaction

Marie Crépeau

rédaction

Jean-Pierre Vallée

collaborateur

Si vous connaissez des personnes
de l'extérieur intéressées à recevoir
l'INFO SAINT-GUILLAUME à domicile,
téléphonez à **Karine au : 819 816-5655**

CONGÉ DE LA NOUVELLE ANNÉE

De retour en février

Municipalité de Saint-Guillaume



Municipalité de Saint-Guillaume

106, rue St-Jean-Baptiste
Saint-Guillaume, Qc J0C 1L0
Tél: 819 396-2403
Téléc: 819 396-0184
Courriel : info@saintguillaume.ca
Site web : www.saintguillaume.ca
Municipalité jumelée
La Chapelle Saint-Aubert. Fr.

Membres du conseil

Robert Julien - maire
Francine Julien - Siègne #1
Christian Lemay - Siègne #2
Dominique Laforce - Siègne #3
Mathieu Labrecque - Siègne #4
Jocelyn Chamberland - Siègne #5
Luc Chapdelaine - Siègne #6

Directrice générale

Anny Boisjoli

Adjointe administrative

Karine Trudel

Administratrice comptabilité

Cinette Daigle

Inspecteur municipal

Alain Laprade et Marc Rodier

Directeur service incendie

Karl Gladu

Inspecteur en bâtiment

MRC Drummond - 819 477-2230

Heures d'ouverture du bureau :

Lundi au jeudi • 8h00 à 16h30
Vendredi • Fermé
Fermé de 12:00 à 13:00

Séance du Conseil à venir :

4 décembre • 19h30
5 janvier • 19h30



Calendrier des cueillettes

Décembre 2023

Ordures (noir) • Lundi 11

ET VENDREDI 22 DÉCEMBRE

Recyclage (vert) • Jeudi 14-28



Info transport

Travaux routiers
Conditions routières
Caméras de circulation
et davantage...

www.quebec511.info

811

Composer le 811 permet de joindre rapidement une infirmière en cas de problème de santé non urgent. **Toutefois, en cas de problème grave ou de besoin urgent, il est important de composer le 9-1-1 ou de se rendre à l'urgence.**



Tél. 819 472-5700
Téléc. 819 472-1770
Sans frais 1 855 472-5700
info@spadrummond.com

1605, rue Janelle
Drummondville,
(Québec)
J2C 5S5



Nous sommes à mettre la touche finale pour la présentation du nouveau budget 2024.

Considérant que, depuis les trois dernières années des investissements importants ont été réalisés, je crois que nous devons faire preuve de prudence et de prioriser les projets en fonction de leurs pertinences et de leurs urgences mais surtout de leurs coûts.

Il faut bien réaliser que tout les dépenses et/ou investissements sont financés par les contribuables à même leur compte de taxes.

Le nouveau pacte fiscal entre les municipalités et le Gouvernement du Québec a été entériné, ce qui confirme le maintien de plusieurs programmes d'aide et de budgets pour soutenir les municipalités dans leurs besoins.

L'entente entre la Ville de Drummondville et la municipalité dans le cadre d'Accès-

Loisirs est reconduite pour les prochaines années. Nos citoyens et citoyennes pourront donc continuer d'utiliser plusieurs infrastructures de loisirs et culturels sans devoir payer de frais supplémentaires en se procurant la carte Accès -Loisirs. Cette carte est disponible dans différents points de services. Pour plus d'informations, consultez le site internet de la municipalité sous l'onglet citoyen ou communiquez avec le bureau municipal au 819-396-2403.

MOBILIBUS, le projet de transport collectif et adapté sera en place en début d'année 2024 et offrira un transport vers Drummondville à coût abordable. Tous les détails concernant ce service vous seront transmis au courant du mois.

Encore cette année des bourses d'étude ont été remises à des étudiants(es) de St-Guillaume qui fréquentent le Cégep de Drummondville. Ces bourses visent à encourager la poursuite d'étude au niveau collégial pour les étudiants (es) de

première année. Des bourses de 250\$ ont été remises à Mmes Audrey Bélanger inscrite au programme de Sciences de la nature et Mathilde Bélanger qui suit le programme de Techniques de services financiers et d'assurances. Félicitations et bonne chance dans la poursuite de votre cheminement.

En cette fin d'année, je veux remercier les employés, les bénévoles de nos services et les élus pour leur implication et leur soutien tout au long de l'année.

Je vous souhaite à tous de très Joyeuses Fêtes et que la nouvelle année vous apporte la santé et le plaisir!

Robert Julien,
Maire de
Saint-Guillaume



Cercle de Fermières



Bonjour à vous tous,

Vous êtes tous invités au vernissage de l'œuvre collective intergénérationnelle qui aura lieu le dimanche 3 décembre à 13.00 à la bibliothèque de St-Guillaume.

Le mois de décembre verra aussi notre souper de Noël qui aura lieu le mardi 5 décembre à l'Auberge des 3 Pins, au 210 rue principale à St-Guillaume à 18.00 heures.

Quant à nos cafés causeries, le prochain aura lieu le lundi 11

décembre, comme d'habitude à la Salle de l'Age d'Or, de 13.30 à 16.00 heures.

Et pour terminer, vu que nous rentrons dans le temps des fêtes, nous en profitons pour vous souhaiter à vous tous de passer un beau temps des fêtes rempli d'amour.

Cercle de Fermières
de Saint-Guillaume

Info Saint-Guillaume





Tel que mentionné le mois dernier, nous espérons, en collaboration avec le Centre de dépannage Saint-Guillaume, recueillir le maximum d'argent afin de venir en aide aux gens qui sont dans le besoin; l'objectif est de leur permettre de bénéficier de bons d'achat en cette période de l'année. Nous comptons sur votre générosité habituelle!

Le deuxième tirage de la Loterie 2023 des Chevaliers de Colomb a eu lieu dimanche le 12 novembre dernier au local du Conseil. A cause d'une erreur de ma part dans l'Info de novembre, concernant la date du tirage, nous étions peu nombreux, mais nous avons quand même pu procéder. Lors de ce tirage, le premier numéro tiré fut le 9 (Mme Édith Turcotte) billet gratuit pour les tirages de 2024; le 501ème fut le 69 (Fernand et Joel StAmant) réduction de \$50 pour les tirages de 2024 et le dernier numéro, donc le gagnant de \$3000.00 le 4

(André Péfrin). Bravo aux gagnants et un grand Merci à tous les participants et participantes pour l'année 2023.

Je vous signale que les billets pour les tirages de 2024 seront mis en vente auprès de vos fournisseurs habituels au mois de décembre ou en janvier au plus tard. À signaler que le montant recueilli lors de la vente de ces billets, mis à part les prix remis, nous permet de contribuer à la collecte du Centre de dépannage, à la préparation des deux repas hot-dogs annuels aux élèves du primaire ainsi qu'à diverses demandes faites en cours d'année.

Encore cette année nous participerons à l'œuvre des bons d'achats comme lors des deux dernières années. Les personnes dans le besoin peuvent s'inscrire depuis le 30 octobre en composant le numéro 819-475-Noel(6635). Un suivi vous sera fait.

En terminant, j'espère que vous passerez une très belle période des Fêtes et je vous souhaite une excellente année 2024 !

P.S.: Prochaine assemblée mensuelle le 15 janvier 2024



Jean-Pierre Vallée 819-396-2692
Grand Chevalier 4335



**POUR LE BIEN DE TOUS,
MERCI DE RAMASSER LES
DÉJECTIONS DE VOTRE
ANIMAL DE COMPAGNIE**

STATIONNEMENT SUR LE TERRITOIRE DE SAINT-GUILLAUME

Il est important de noter qu'il est interdit d'immobiliser ou de stationner un véhicule routier dans une rue ou un terrain de stationnement municipal la nuit, entre minuit et 7 h, du 1^{er} novembre au 15 avril, et ce, sur tout le territoire de la municipalité.

De plus, prenez note qu'il est interdit d'immobiliser ou de stationner un véhicule routier dans un espace de stationnement, dans une rue ou dans un terrain de stationnement, pour une période supérieure à celle prescrite par un panneau de signalisation.



DEMANDE DE PERMIS

Si vous planifiez réaliser des travaux de construction, d'agrandissement ou de rénovation quelconque cet été, soyez prévoyant et planifiez au moins 1 mois d'avance vos travaux, incluant la demande de permis. Ceci vous permettra d'obtenir votre permis à temps et ainsi vous assurer de réaliser vos travaux conformément aux lois et règlements en vigueur.

Pour les questions d'urbanisme communiquez avec la MRC de Drummond par téléphone au 819 477-2230 # 133 ou par courriel inspection@mrcdrummond.qc.ca

Le formulaire disponible sur notre site internet <https://www.saintguillaume.ca/> ou pour la version papier veuillez en faire la demande au bureau municipal, le mardi et jeudi entre 8h30 et 16h00.

7 500 \$ en bourses

Les municipalités de la MRC de Drummond soutiennent la communauté étudiante du Cégep de Drummondville

Drummondville, le 3 novembre 2023 – Hier, 15 municipalités de la MRC de Drummond ont renouvelé leur appui à la relève locale du Cégep de Drummondville en attribuant des bourses d'accueil à des étudiantes et étudiants de leur territoire nouvellement inscrits dans un programme d'études du collège.

Rétention de la relève locale

Avec une collaboration s'étendant sur près de 30 ans, la remise de ces bourses est devenue une tradition établie entre les municipalités, le Cégep de Drummondville et sa Fondation. Les représentants des municipalités, les membres des conseils d'administration du Cégep et de la Fondation, ainsi que plusieurs invités étaient présents jeudi soir afin d'apporter leur soutien aux étudiantes et étudiants de première année qui ont choisi de poursuivre leurs études supérieures à Drummondville.



Les étudiants, les représentants des municipalités, les membres du CA et de la direction du collège étaient au Café Clovis pour la remise de 7 500 \$ en bourses pour encourager la relève locale.

En effet, Joëlle Girouard, vice-présidente de la Fondation du Cégep de Drummondville a voulu remercier les différentes municipalités pour cette marque de confiance : « En investissant dans la persévérance scolaire, l'excellence et la réussite, comme vous le faites aujourd'hui, vous nous aidez à maintenir dans notre région ces futurs artistes, enseignants, comptables, infirmières, et j'en passel! C'est toute notre communauté qui en ressort gagnante! » a-t-elle énoncé.

7 500 \$ en bourses

Organisé par la Fondation du Cégep de Drummondville, cet événement a permis aux représentants des municipalités de se familiariser avec le parcours des membres de la communauté étudiante originaires de leur territoire et de découvrir leurs projets d'avenir.

Cette année, ce sont 24 étudiantes et étudiants qui ont bénéficié de la générosité des municipalités, se partageant 7 500 \$ en bourses. Les municipalités donatrices sont : Drummondville, L'Avenir, Notre-Dame-du-Bon-Conseil (Paroisse), Notre-Dame-du-Bon-Conseil (Village), Saint-Bonaventure, Saint-Cyrille-de-Wendover, Saint-Germain-de-Grantham, Saint-Guillaume, Saint-Majorique-de-Grantham, Saint-Félix-de-Kingsey, Sainte-Brigitte-des-Saults, Saint-Edmond-de-Grantham, Durham-Sud, Lefebvre, Wickham.

À propos de la Fondation du Cégep de Drummondville

Soulignons que la Fondation du Cégep de Drummondville démontre qu'elle est une alliée indispensable en remettant environ 100 000 \$ annuellement au Cégep de Drummondville, et ce, au bénéfice de ses étudiants et de la communauté drummondilloise.

La Fondation amasse, gère et distribue des fonds afin que le Cégep de Drummondville demeure une maison d'enseignement supérieur de grande qualité, reconnue pour la réussite de ses étudiants, pour son innovation et pour sa dimension humaine.

Source : Service des communications

Cégep de Drummondville

T. 819.478.4671, poste 4551 C. 819.314.1666 - communications@cegepdummond.ca



C'est sous le thème de « Viens, Seigneur! Apporte ta paix » que nous célébrons cette année le temps de Noël et de la nouvelle année 2024. Tout au long de ces Fêtes – la Nativité, la Sainte Famille, Marie Mère de Dieu, l'épiphanie et le baptême de Jésus – nos vœux se font souhaits d'amour et de paix pour nous-mêmes, nos familles et toute l'humanité. Dans notre monde confronté trop souvent à la violence de toutes sortes et aux fausses informations, ce souhait de paix c'est comme un chemin que nous sommes invités à emprunter et sur lequel nous avançons à notre rythme tout en espérant que d'autres personnes de paix viendront marcher avec nous car cette paix ne peut se réaliser sans nous et elle commence

d'abord chez nous.

C'est pourquoi au nom de l'Assemblée de fabrique de la paroisse Sainte-Famille, nous vous souhaitons un **TRÈS JOYEUX NOËL ET UNE BONNE ET HEUREUSE ANNÉE 2024** avec beaucoup d'amour, de paix et de joie.

De plus, nous profitons de ces vœux pour vous redire à vous, les bénévoles de la paroisse, un très sincère **MERCI** car grâce à votre disponibilité et à votre action, vous favorisez la vie et la fraternité dans nos communautés. C'est ainsi que le souper spaghetti du 4 novembre dernier a été un franc succès avec plus de 150 participants qui ont bien mangé et bien dansé en soirée.



Assemblée des paroissiens et paroissiennes

Il y aura une assemblée des paroissiens, paroissiennes de la paroisse Sainte-Famille **dimanche 3 décembre 2023 à 11h15 à l'église St-Bonaventure** pour l'élection de deux marguilliers/marguillères. Un très sincère MERCI à Mme Danielle Gagné et à M. Claude Lamarche qui termineront un 1er mandat le 31 décembre prochain.

Horaire des célébrations de Noël et du jour de l'An

Samedi 23 décembre	16h30	St-Guillaume
Dimanche 24 décembre	16h30	St-Bonaventure
Dimanche 24 décembre	20h00	St-Guillaume
Lundi 25 décembre	10h30	St-Pie-de-Guire

Samedi 30 décembre 2023	16h30	St-Guillaume
Dimanche 31 décembre 2023	9h00	St-Guillaume
Dimanche 31 décembre 2023	10h30	St-Bonaventure
Lundi 1er janvier 2024	9h00	St-Guillaume
Lundi 1er janvier 2024	10h30	St-Pie-de-Guire

Meilleurs Vœux !

Joyeux Noël ! Bonne & Heureuse Année 2024 !



Bonjour,
Heureux de vous retrouver!

LA TROUSSE 72 H : pour être prêt à toute éventualité!

De nombreuses régions du Québec ont connu ces dernières années des sinistres qui ont nécessité la présence des services d'urgence ou de la sécurité civile pendant des jours, voire des semaines. Certains phénomènes météo extrêmes ont engendré des pannes de courant ou des inondations, sans compter les autres types de sinistres qui peuvent survenir... sans crier gare! Êtes-vous préparé à faire face à une telle situation? Aujourd'hui, je vous présente la trousse 72 h.

La trousse 72 h est un « coffre à outils » vous permettant de subvenir à vos besoins et à ceux de votre famille. Votre famille, c'est vous, votre conjoint(e), vos enfant(s), votre animal de compagnie ou, même, votre poisson rouge! Pourquoi cette trousse est-elle essentielle? Simplement parce qu'en cas de sinistre majeur impliquant des mesures de sécurité civile, les autorités vous demandent d'être préparés à faire face aux 72 premières heures de façon autonome.

La trousse vous permettra donc d'avoir le nécessaire à la maison en attendant les secours. Puisqu'il peut être assez coûteux de la constituer, vous pouvez y aller par étape, en commençant par vous procurer ce que vous n'avez pas déjà à la maison. Informez les autres membres de votre famille de l'existence de cette trousse et de son emplacement. Gardez-là dans un endroit facile d'accès et vérifiez annuellement son contenu.



Vous souhaitez en savoir plus et obtenir de l'aide et des conseils? Visitez le site Web de la Croix-Rouge au bit.ly/trousse-72-h.

Une initiative de
MRC
de Drummond

*N'oubliez jamais, vous êtes le premier
responsable de votre sécurité!*



Joyeuses fêtes

*C'est avec joie que nous vous offrons
Nos souhaits sincères pour
Une heureuse saison des fêtes.*

*Nous tenons à vous remercier
Pour votre confiance et votre appui.*

Meilleurs vœux!



Les idées de Marie



Au risque de radoter, ce que je me fais parfois rappeler par ma progéniture, le gaspillage alimentaire est le premier pas à rectifier si l'on souhaite mieux gérer ses dollars. Selon moi, l'art culinaire devrait aussi comporter un aspect du "faire mieux avec ce que qui est à notre portée."

Récemment, en furetant sur le web, une recette a particulièrement attiré mon attention. Tout d'abord parce qu'elle suggère d'utiliser un fruit que l'on gaspille régulièrement, et aussi parce les saveurs évoquées ont provoqué ma curiosité.

Josée Di Stasio nous offre un beau potage Citrouille et Fenouil



- 1- Une citrouille de 2,5 livres ou 1,2 kg (congeler le reste)
- 1- 4 gousses d'ail en chemise (Ne pas les éplucher) pour un merveilleux goût confit
- 1- 5 c. à soupe d'huile d'olive (bien-sûr, elle est Italienne, mais vous pourriez utiliser canola + beurre)
- 1- 1 gros bulbe de fenouil le cœur retiré et émincé
- 1- 1 petit oignon émincé (pas de gêne on peut en mettre plus)
- 1- 1 et demie c. à soupe de graines de fenouil grossièrement moulues au mortier
- 1- 1 conserve de lait de coco
- 1- 3 ½ tasses de bouillon de poulet ou de légumes
- ½ c. à thé de sel
- 1- Noix de muscade fraîchement moulue (en poudre sinon)
- 1- Poivre et sel à rectifier

Garnitures au choix :

- 1- Graines de citrouille rôties
- 1- Piment de Cayenne ou d'Espelette au goût
- 1- Filet d'huile d'olive au goût

Préchauffer le four à 375°F. Tapiser une plaque à pâtisserie de papier parchemin ou aluminium. Dans un bol, enrober les morceaux de citrouille et les gousses d'ail de 2 c. à soupe d'huile d'olive. Saler et poivrer. Déposer les morceaux sur la plaque et cacher l'ail en dessous. Cuire au centre du four 45 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient tendres et bien cuits. Laisser tiédir. Dans une grande casserole, à feu moyen, faire suer le fenouil, l'oignon et les graines de fenouil dans le reste de l'huile. Sans brûler ni caraméliser, poursuivre environ 10 minutes en remuant occasionnellement. Verser le lait de coco et le bouillon. Ajouter la chair de citrouille et les gousses d'ail libérées de leur pelure. Porter à ébullition et mijoter 10 minutes à découvert. À la fin de la cuisson, ajouter la muscade au goût. Réduire au pied mélangeur ou au blender jusqu'à une belle texture lisse. Rectifier l'assaisonnement, Garnir à votre convenance. Santé!





C'est le 17 octobre dernier qu'avait lieu la soirée « Coup de chapeau ». Cette soirée visait à reconnaître les personnes impliquées et dévouées, quelqu'un qui crée une différence par ses gestes positifs. C'est donc avec un immense plaisir que j'avais nommé Karine Trudel, mon adjointe, afin qu'elle puisse recevoir une mention lors de la soirée. Tous les employés de bureau et de voirie ont pu assister à cette soirée qui s'est terminée par un spectacle d'Alain Choquette.

Merci encore, Karine, de faire une différence dans la vie des citoyennes et citoyens de Saint-Guillaume !

Anny Boisjoli, directrice générale ainsi que tes collègues de travail.



Merci



Honneur

M. Alain Laprade est a reçu l'invitation à la cérémonie de la 14^e édition du Prix de reconnaissance des bénévoles en matière de véhicules hors route.

Nous voulons souligner la mention d'honneur remis à M. Alain Laprade le 16 novembre dernier.

*Nos sincères félicitations
à M. Laprade*



Près de vous !

**LES PÉTROLES
HUBERT GUIN
& FILS**

111, PETIT BOIS, PIERREVILLE, QC J0G 1J0

Tél.: 450-783-6228
Sans frais : 1 800 856-6228

www.petrole.qc.ca Téléc.: 450-783-6308



**199, rue St-Jean-Baptiste
St-Guillaume, Qc.
J0C 1L0**

819 396.0888

- Entrepreneur électricien
- Service : 819 470-4422
- Fax : 819 396-0493

f.dugas@tellabale.net
9143-9848 Québec Inc.

Logements disponibles

Secteur Saint-Guillaume
170 et 170A, rue St-Jean-Baptiste

L'Office invite **les gens de 50 ans et plus** ,
à faible revenu à soumettre une demande.

Logements disponibles :

3 ½ (une chambre à coucher)

4 ½ (deux chambres à coucher)

Pour nous joindre : 819 474-1227

info@ohdrummond.ca

www.ohdrummond.ca



Des enfants, des livres et des chats... Un conte de Noël? Non, la réalité!

Vous lisez sûrement (ou avez lu) des histoires à vos jeunes enfants à l'heure du coucher! Mais savez-vous que vos enfants peuvent faire la lecture ...à des chats de refuge?

Si le placement en refuge est en principe provisoire, beaucoup de félins seniors manquent d'affection. Les visites des enfants leur permettent de se sentir aimés. C'est le cas du refuge de Shrewsbury, en Angleterre, dont les pensionnaires âgés souffrent moins d'anxiété et de solitude lorsqu'ils bénéficient de ces séances de lecture. Les jeunes lecteurs en tirent avantage aussi, devant un auditoire calme et serein. L'expérience date du mois de mars, et déjà l'équipe entend la poursuivre afin d'aider les adolescents et les adultes qui éprouvent des difficultés en lecture: «Nous aidons les gens à découvrir la passion de la lecture à travers l'amour des chats», raconte une bénévole.

Même constat en Allemagne, au refuge Tierheim Berlin, où des enfants, notamment atteints de dyslexie, lisent pour les chats abandonnés. Il leur est permis «de s'enfermer dans une pièce, à l'abri de toute source extérieure, et de rester tranquillement à lire parmi les chats du refuge.» Les participants apprécient de ne pas être jugés, critiqués ou interrompus par des adultes! Et en outre ils reçoivent des câlins!

Ces félins qui ont souvent subi de la violence, apprennent à faire confiance à nouveau aux êtres humains et les prédisposent favorablement à trouver une nouvelle famille. Enfants et chats parviennent à développer une relation d'empathie gagnant-gagnant. «Les enfants considèrent les chiens et les chats comme

des amis qui ne les jugent pas. En les caressant, ils se sentent plus en sécurité, capables de donner de l'amour et de rester calmes.»

Finalement, les enfants ont amélioré leur lecture et les chats ont passé de beaux moments. Une initiative qui ne demande qu'à être imitée... au Québec et en France!

Sur ces caresses et ces lectures, je vous souhaite de tout coeur une bonne année 2024, remplie d'amour, nous en avons besoin plus que jamais!!

Evelyne Sabourin

Sources :

Séphora Daniels in www.Cocottes-magazine.fr
www.woopets.fr



Martin Simard
CONSTRUCTION inc.

RBQ 5765 6811 01


ASSOCIATION PROVINCIALE
DE CONSTRUCTEURS D'HABITATIONS
DU QUÉBEC INC.



- ▼ **agrandissement**
- ▼ **rénovation**
- ▼ **toiture de tout genre**
- ▼ **revêtement ext.**
- ▼ **porte-fenêtre**
- ▼ **finition int.**

819 314.5434
819 396.0335
martinsimardconst@hotmail.com

2 rue St-Amable, St-Guillaume, Qc J0C 1L0


CMMTQ
Corporation des maîtres
mécaniciens en plomberie
du Québec

Claude Dupuis
propriétaire

Tél. **819 396.2085**
Fax **819 396.3553**

J.H. Dupuis & Fils
et.

- plomberie
- chauffage à air chaud
- chauffage à eau chaude radiant
- système électrique et à l'huile
- quincaillerie peinture
- plomberie
- chauffage à air chaud
- chauffage à eau chaude

Présenté par

Desjardins
Caisse des Chênes

Recette secrète



PETITES TOURTIÈRES AU PORC & AUX POMMES

<https://www.troisfoisparjour.com/fr/themes/pour-recevoir/petites-tourtières-au-porc-aux-pommes/>

INGRÉDIENTS

POUR LA GARNITURE

- 1 c. à soupe d'huile végétale
- 1 oignon, haché
- 1 gousse d'ail, hachée
- 1 ½ lb de porc haché
- 1 ½ tasse d'eau froide
- 2 pommes, pelées et coupées en petits cubes
- 1 pomme de terre, pelée et râpée
- ½ tasse de flocons d'avoine à cuisson rapide
- 2 feuilles de laurier
- 1 c. à thé de sirop d'érable
- 1 c. à thé de romarin séché
- 1 c. à thé de cannelle moulue
- Sel et poivre, au goût

POUR LA PÂTE BRISÉE

- 4 tasses de farine tout usage
- 2 c. à thé de sel
- 1 c. à soupe de sucre
- 1 tasse de beurre froid, râpé
- 1 à 1 ½ tasse d'eau froide
- 1 œuf, battu, pour badigeonner



ÉTAPES

- Dans une casserole, à feu moyen, faire chauffer l'huile végétale, puis faire revenir l'oignon et l'ail pendant 5 minutes. Ajouter le porc haché et l'eau froide, puis porter à ébullition.
- Ajouter le reste des ingrédients « pour la garniture ». Couvrir et cuire à feu moyen pendant 45 minutes en remuant régulièrement.
- Rectifier l'assaisonnement au besoin, retirer les feuilles de laurier et laisser refroidir complètement au réfrigérateur.
- Pendant ce temps, combiner la farine, le sel et le sucre dans un grand bol. Mélanger avec le beurre jusqu'à l'obtention d'une texture sablonneuse. Incorporer l'eau froide, puis mélanger pour former une pâte. Emballer dans une pellicule de plastique et réfrigérer pendant 20 minutes.
- Préchauffer le four à 350 °F, placer la grille au centre et huiler un moule à muffins.
- Sur un plan de travail fariné, abaisser la pâte en un grand rectangle, puis la couper en 18 carrés. Déposer un carré de pâte dans chaque cavité du moule à muffins et les presser légèrement pour qu'ils épousent bien le moule, puis garnir du mélange à tourtière froid.
- Couper les 6 carrés de pâte restants en lanières fines ou découper 12 formes avec un emporte-pièce, puis déposer sur les dessus des tourtières.
- Badigeonner la pâte avec l'œuf battu.
- Enfourner pendant 30 minutes, ou jusqu'à ce que la croûte soit dorée.



RETOUR DE LA GUIGNOLÉE POUR 2023

Le Comité des paniers de Noël, sous le parrainage des Chevaliers de Colomb et du Centre de dépannage de Saint-Guillaume, sollicite la grande générosité habituelle de toute la population de la municipalité afin de recueillir le plus de dons en argent possible pour répondre aux demandes de paniers de Noël 2023, sous forme de bons d'achat auprès des trois épiciers ou dépanneurs de notre municipalité et du Marché St-Bonaventure, pour les viandes plus variées.

Nous informons la population qu'il y aura 5 centres de cueillette de dons à partir de la semaine du 27 novembre et durant tout le mois de décembre, afin de permettre aux gens de déposer leurs argents pour la guignolée 2023. Les centres désignés sont le "Dépanneur Agiska Coopérative", "Épicerie Chez Ling" (en face de l'église), "Dépanneur M.J. Dauphinais" (Péto-T), la "Caisse Desjardins des Chênes" rue Saint-Jean-Baptiste, ainsi qu'à l'église de Saint-Guillaume. Des boîtes spécialement identifiées "Paniers de Noël" seront installées à ces endroits. Pour ceux et celles qui voudraient faire un don par chèque, il faudra l'émettre au nom de "Centre de dépannage

de Saint-Guillaume" et le déposer dans ces boîtes ou le poster au presbytère de Saint-Guillaume, 72, rue Principale.

Nous avisons les foyers en quête de paniers de Noël d'effectuer leur demande en téléphonant au 819-475-Noël (6635) du Comptoir Alimentaire de Drummondville. Et cet organisme nous transmettra vos demandes afin que nous préparions les bons d'achat en conséquence. Ceux-ci seront distribués en majorité le samedi 16 décembre. Chaque foyer sera contacté quelques jours à l'avance afin de nous garantir une présence lors de cette journée de distribution.

En se souhaitant un succès aussi réussi de cette collecte de fonds à l'exemple des dernières années, les surplus seront conservés au Centre de dépannage de Saint-Guillaume, afin de répondre aux demandes ponctuelles de dépannage tout au long de l'année 2024.

Comptant sur votre grande générosité habituelle, souhaitons-nous un Joyeux Temps des Fêtes plein d'espérance vers de nouvelles réalités plus chaleureuses dans nos rencontres familiales et sociales.

Serge Vallée, au nom du Comité des paniers de Noël 2023



Entrez dans la danse

Votre club FADOQ vous attend!

► Activités et loisirs

► Plus de 1000 rabais et privilèges

► Défense des droits collectifs

► Devenez membre dès aujourd'hui!

fadoq.ca/clubs

1 800 828-3344

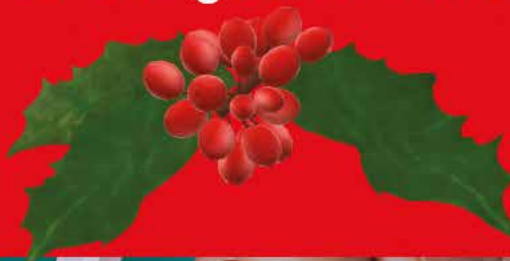




PRISES DE SANG

***Lundi dorénavant
de 8h00 à 9h00***

**HORAIRE SPÉCIALE
OUVERT LE 11 & 18 DÉCEMBRE
RETOUR LE 15 JANVIER 2024**



**Salle de l'Âge d'or
72 A, rue Principale**

Sans rendez-vous coût 25.00\$

Pour informations:

Mme Nicole Dupuis 819 396 1923



Ce n'est plus un secret après plusieurs années de travail le projet de la MRC, voici enfin le grand jour !
Un service de transports adapté et collectif dans la municipalité. MOBILIBUS sera en service dès janvier 2024.
10 points de services sur le territoire. Restez à l'affût sur notre site internet

Le service de transport Mobilibus dès janvier 2024!

Nous sommes ravis de vous annoncer que la MRC de Drummond proposera un service de transport collectif et adapté. Ce service couvrira l'ensemble du territoire de la MRC et comprendra 208 points d'embarquement.
Oubliez les tracas de déplacement et les dépenses excessives. Mobilibus vous offre une solution efficace, sécuritaire et abordable pour vous rendre au travail, à l'école, à vos rendez-vous et même pour vos activités personnelles.

Transport collectif

Avec Mobilibus, vous pourrez vous déplacer vers Drummondville ou les municipalités environnantes en toute simplicité. Vous aurez la flexibilité de choisir l'heure et le lieu d'embarquement en fonction des horaires préétablis dans notre formulaire de réservation.

Transport adapté

Notre service adapté sera spécialement conçu pour répondre aux besoins des personnes vivant avec un ou plusieurs handicaps. Il vous permettra de vous rendre à Drummondville ou dans les autres municipalités de votre secteur facilement. Vous aurez la possibilité de sélectionner l'heure de votre choix en fonction des horaires prédéfinis dans notre formulaire de réservation. Par la suite, le transporteur viendra vous chercher à votre domicile.

Veuillez noter que l'accès au service de transport adapté est soumis à la Politique d'admissibilité au transport adapté du Ministère des Transports et de la Mobilité durable. Toute personne souhaitant utiliser le service Mobilibus devra y être admis.

Horaire

Les horaires selon les différents secteurs se trouveront sur le site Web officiel de Mobilibus, qui est actuellement en construction.
Nous vous tiendrons informés des avancements.

Pour en savoir davantage

Par courriel : mobilibus@mrcdrummond.qc.ca

Par téléphone : 873-382-2266

Suivez-nous sur nos différentes plateformes :

Facebook | Instagram | LinkedIn



Club FADOQ de Saint-Guillaume



Activités pour le mois de décembre :

- Vie active : 5 et 12
- Bingo : 8
- Cours de danse : 6
- Soirée de danse : 15
- P rises de sang : 11-18 et de retour le 15 janvier 2024

Nous vous souhaitons une période des Fêtes remplie d'Amour avec les personnes qui vous sont chères.
Santé, Bonheur et Paix pour la Nouvelle Année.



Déplacez-vous facilement

vers Drummondville ou à travers la MRC de Drummond!



**Transport collectif
+ de 200 arrêts possibles!**

Transport adapté
Mobilibus vous prend et vous dépose
à destination!

Réservez 24 h à l'avance
mobilibus.ca

***mobilibus* vous mène au point b**

au cégep
au travail
à l'hôpital
au centre commercial



Alors, où voulez-vous aller?

mobilibus

Transport collectif et adapté

vous mène au point b

dès
janvier
2024

Abordable, accessible, fiable et sécuritaire



mobilibus.ca

Géré par :
 MRC
de Drummond



106, rue Saint-Jean-Baptiste
Saint-Guillaume (Québec) J0C 1L0

Téléphone : 819 396-2403
Télécopieur : 819 396-0184
Courriel : info@saintguillaume.ca

Municipalité de Saint-Guillaume

EXTRAIT DE PROCÈS-VERBAL OU COPIE DE RÉSOLUTION

Séance ordinaire du conseil de la Municipalité de Saint-Guillaume, tenue au 106, rue Saint-Jean-Baptiste à Saint-Guillaume le **lundi 6 novembre à 19 h 30**, sous la présidence de Monsieur Robert Julien, maire.

Sont aussi présents les conseillers suivants :
Mme Dominique Laforce, M. Christian Lemay, M. Mathieu Labrecque,
M. Jocelyn Chamberland et M. Luc Chapdelaine

Résolution 231-11-2023

Adoption du calendrier des séances ordinaires 2024.

CONSIDÉRANT QUE l'article 148 du Code municipal du Québec prévoit que le conseil doit établir, avant le début de chaque année civile, le calendrier de ses séances ordinaires pour la prochaine année, en fixant le jour et l'heure du début de chacune ;

EN CONSÉQUENCE, Il est proposé par Dominique Laforce , appuyé par Christian Lemay

IL EST RÉSOLU :

QUE les séances débiteront à 19h30 à la salle municipale située au 106, rue Saint-Jean-Baptiste à Saint-Guillaume ;

QUE le calendrier ci-après soit adopté relativement à la tenue des séances ordinaires du conseil municipal pour l'année 2024 :

- Lundi le 15 janvier à 19h30
- Lundi le 5 février à 19h30
- Lundi le 4 mars à 19h30
- Mardi le 2 avril à 19h30
- Lundi le 6 mai à 19h30
- Lundi le 3 juin à 19h30
- Lundi le 2 juillet à 19h30
- Lundi le 5 août à 19h30
- Mardi le 3 septembre à 19h30
- Lundi le 7 octobre à 19h30
- Lundi le 4 novembre à 19h30
- Lundi le 2 décembre à 19h30

QU'un avis public du contenu du présent calendrier soit publié par la directrice générale et greffière-trésorière conformément à la Loi qui régit la municipalité.

Adoptée.

Anny Boisjoli

Directrice générale et greffière-trésorière

Copie certifiée conforme, donnée à Saint-Guillaume, le 8 novembre 2023.

** Le texte final de cette résolution sera adopté lors de la prochaine session régulière du conseil.

Communiqué de presse

-Pour diffusion immédiate-

Des centaines d'arbres plantés à Saint-Guillaume avec de nombreux bénévoles

Saint-Guillaume, vendredi le 3 novembre 2023 – Samedi dernier, la municipalité de Saint-Guillaume et Arbre-Évolution Coop ont complété un projet de plantation de 370 arbres dans le cadre du Programme de Reboisement Social. L'activité a rassemblé une trentaine de citoyens et 130 élèves de l'école primaire.

Améliorer nos milieux de vie

Depuis 2014, Arbre-Évolution Coop pilote le Programme de Reboisement Social™, une initiative destinée à supporter des opérations de verdissement participatif en terrain public grâce à l'appui de partenaires privés. « Nous mettons en lien les PME et les communautés afin de financer des projets déterminants dans nos milieux de vie. Les entreprises veulent faire une réelle différence et les villes, les municipalités, les écoles ont besoin d'un coup de pouce », explique Simon Côté, coordonnateur d'Arbre-Évolution Coop. La municipalité de Saint-Guillaume a déposé une demande officielle à Arbre-Évolution au mois de mars dernier. « Nos ressources et notre expertise étant limitées, l'aide d'Arbre-Évolution était essentielle dans la réalisation de la plantation. La qualité de leur présence nous a également permis de bien encadrer tous les participants, et il y en a eu beaucoup ! », raconte Guylaine Lacharité, présidente du Comité Développement Local (CDL) de Saint-Guillaume et instigatrice du projet. « La pertinence des aménagements proposés et leur proximité à une école et aux usages citoyens ont rendu la candidature de Saint-Guillaume très intéressante en regard aux critères du programme », ajoute M. Côté.

Une grande participation citoyenne

Avec près de 30 citoyens, dont 6 employés de l'entreprise Groupe St-Georges, venu de Sherbrooke, et plus d'une centaine d'élèves de l'école primaire de Saint-Guillaume, on peut dire que l'événement a été un franc succès. « C'est bénéfique pour tout le monde, se mettre les mains dans la terre, planter des arbres qui amélioreront le futur, ça fait un bien énorme. Grâce à cette plantation, nous allons accentuer la biodiversité, freiner le vent, retenir l'eau de pluie, et faire en sorte que notre communauté soit plus résiliente face aux défis du climat », explique Mme. Lacharité, qui ajoute que le projet contribuera aussi à embellir considérablement une grande portion de pistes cyclable et randonnable. « Pour nous, plus une plantation désirée et appuyée par le milieu, plus elle répond à des besoins sociocommunautaires, plus elle sera pérenne », ajoute M. Côté.

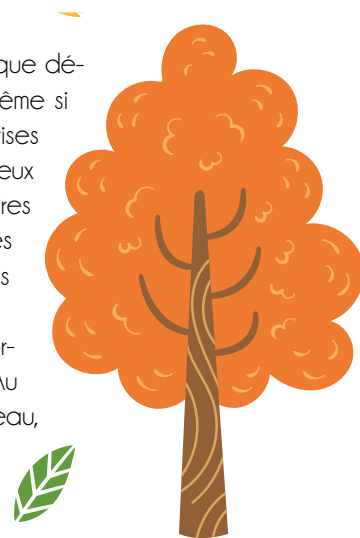
Des bailleurs de fonds toujours au rendez-vous

On pourrait croire que l'inflation et le spectre d'une récession freinent les ardeurs dans les partenariats que développe Arbre-Évolution avec les entreprises, mais il n'en est rien, selon le coordonnateur général. « Même si l'incertitude économique est présente, la crise du climat l'est tout autant. Nous avons besoin des entreprises pour faire une différence, et elles le savent. Nous leur levons d'ailleurs notre chapeau. », raconte-t-il. Deux organisations ont injecté des fonds dans la plantation de Saint-Guillaume ; Kheops international et Armoires Cordeau, une entreprise familiale de Saint-Hyacinthe qui fêtera ces 40 ans sous peu. Ces deux partenaires d'Arbre-Évolution ont supporté respectivement la plantation de 300 et 400 arbres dans différents projets de reboisement social cette année.

« Nous tenons à remercier Arbre-Évolution et tous les partenaires de nous avoir aidés à réaliser cet important projet. Nous prendrons soin de ces magnifiques arbres ! », conclut la conseillère Guylaine Lacharité. Au total de 17 essences d'arbres ont été plantés, dont de l'érable, du tilleul, de l'ostoyer, du chêne du bouleau, du cèdre, de l'épinette et du févier d'Amérique.

Sources :

Simon Côté, coordonnateur général d'Arbre-Évolution 514-207-3686 / info@arbre-evolution.org





Gros projet de



plantation d'arbres



Le 27 et 28 octobre nous avons fait la plantation de 370 arbres dans notre municipalité. (57 à l'école et 313 à la piste cyclable). Les essences d'arbres plantés sont les suivants : épinette blanche, ostryer de virginie, micocoulier occidental, sorbier d'Amérique, tilleul à petites feuilles, tilleul d'Amérique, sorbier des montagnes, chêne noir, chêne bicolor, chêne blanc, chicot du Canada, bouleau jaune, érable argenté, érable rouge, érable de freeman, cèdre et mélèze. Comme vous pouvez voir on aura une belle diversité dans les couleurs et les senteurs.

Je veux remercier très chaleureusement tous les bénévoles qui ont répondu à notre appel pour nous aider dans ce travail. Ce fut une journée où le travail s'est fait dans le plaisir et la bonne humeur. Le résultat est époustouffiant. Allez y faire une petite marche vous en serez ravis. Il ne restera plus qu'à l'entretenir pour que ces arbres deviennent majestueux.

Merci aussi à la coopérative de reboisement social **ARBRE ÉVOLUTION**. On a profité de leur savoir-faire pour le choix des essences et pour le travail de plantation.

Joyeuses fêtes à vous tous et nous nous souhaitons une excellente année 2024 avec de nouveaux projets à venir.

Guyline Lacharité



Éviter le piège des excès : comment maintenir l'équilibre pendant la saison des festivités ?

Les lumières scintillantes, les rires joyeux et les délices festifs annoncent l'arrivée de la saison des festivités. Cependant, au milieu de la magie des fêtes, il est facile de se perdre dans le piège des excès – que ce soit en termes de nourriture, de dépenses ou de surmenage. Dans cet article, nous explorerons des stratégies simples, mais efficaces pour maintenir un équilibre sain tout au long de cette période chargée. De la planification de repas équilibrés à la gestion du stress des achats de cadeaux, découvrons ensemble comment savourer pleinement les festivités tout en préservant notre bien-être physique et émotionnel.

1. Planification des repas festifs équilibrés :

Privilégiez les apéritifs contenant peu de sucre tel que: gin, vodka, rhum... servi avec une eau gazéifiée par exemple et quelques tranches de citrons et de limes. Mieux encore, faites des mocktails maison à base de tisanes et de petits fruits. Vos invités seront épatés. En entrée, remplacez le traditionnel foie gras par une terrine de viande maigre ou encore un tartare de saumon. Pour le plat principal, misez sur une panoplie de légumes servis de différentes façons : des champignons de toutes sortes poêlés, des légumes en papillotes ou de la purée de patates douces et misez sur les épices et les herbes pour agrémenter vos plats plutôt que sur de la sauce.

2. Alternatives saines aux desserts traditionnelles :

Il est quand même facile de trouver des alternatives tout aussi délicieuses, mais plus nutritives et moins riches en sucre que les desserts que nous avons l'habitude de servir aux repas des fêtes comme la bûche de Noël, la tarte au sucre, le sucre à la crème, les beignes d'antan... Une belle salade de fruits avec l'ajout festif de fruits exotiques, des boules d'énergie aux noix et cacao avec de la purée de dattes, des granités, un sorbet ou encore une fondue au chocolat noir.

3. Bouger pendant les festivités :

Je vous propose plusieurs activités différentes afin de bouger durant le temps des fêtes selon vos envies: une promenade après le repas pour voir les magnifiques décorations de Noël dans différents quartiers de la ville, un concours de bonhomme de neige, le jeu de la chaise musicale, organisez des épreuves sportives amusantes dans la cour ou à l'intérieur, tel que des courses en sac, des concours de saut en longueur ou des jeux de relais, organiser un concours de karaoké et de lipping, faites le jeu de la carotte ou encore procurez-vous le jeu de "fais-moi un dessin et mime" en lien avec le thème Noël des éditions gladius.

4. Budget des fêtes :

Prenez le temps de créer un budget réaliste en identifiant les priorités et en définissant des limites claires pour vos achats de cadeaux. Pensez aussi à y inclure vos cadeaux d'hôtes et hôtesse. Il est important de s'y tenir, cela évite de la frustration et du stress inutile, avant, pendant et après cette période festive. Afin de réduire les coûts, vous pouvez également proposer à votre entourage de faire un échange de cadeaux faits maison ou encore de demander une contribution partagée pour l'organisation de vos événements. Par exemple, l'idée d'un pot luck peut être fort intéressante, car ceci permet à chacun de mettre à profit leur talent culinaire et contribuer au succès du repas.

5. Réduire le stress des achats de cadeaux :

Planifiez vos idées cadeaux. Éviter la frénésie de dernière minute et regrouper plutôt les courses que vous avez à faire dans chaque magasin. Vous pouvez également offrir des cadeaux expérientiels, tels que des cours, des abonnements à des services en ligne, des activités à partager, un soin du corps comme la massothérapie, un traitement facial...

6. La magie de dire non :

Décliner des invitations ou des demandes sans offenser :

1. "Merci pour l'invitation, mais j'ai déjà un engagement ce jour-là. Je vous souhaite un événement fantastique !" ou encore «Je suis honoré(e) que vous ayez pensé à moi, mais malheureusement, je ne pourrai pas être présent(e). J'espère que vous comprendrez."

Définir des limites claires pour préserver son bien-être émotionnel et physique :

1. Communication directe :

Expliquez clairement vos limites dès le début pour éviter toute confusion. Par exemple : «J'apprécie votre demande, mais je suis actuellement dans une période très chargée. Je ne pourrai pas prendre de responsabilités supplémentaires en ce moment.»

2. Priorisation personnelle :

Affirmez l'importance de votre bien-être en disant quelque chose comme : «Je suis en train de prioriser ma santé et mon équilibre en ce moment, donc je dois décliner certaines obligations. Merci de votre compréhension.»

3. Offrir des alternatives :

Proposez des alternatives ou des compromis pour montrer que vous êtes ouvert à la coopération tout en respectant vos limites

: «Je ne peux pas m'engager pour la totalité du projet, mais je peux aider sur une partie spécifique si cela peut être utile.»

En déclinant de manière polie et en établissant des limites claires, vous communiquez efficacement vos besoins tout en maintenant des relations positives avec les autres.

7. Gestion du temps :

Prenez le temps de planifier et organiser votre calendrier pour les événements sociaux et les moments de détente. Je vous encourage également fortement à déléguer certaines tâches pour réduire la pression. Par exemple, mettez un membre de votre famille responsable du ménage, un autre peut aller faire les courses, quelqu'un d'autre peut mettre et décorer la table.

8. Bienfaits de la méditation pendant les fêtes :

Saviez-vous que la méditation peut aider à gérer le stress et à rester ancré pendant les périodes chargées ? Je vous suggère l'application gratuite "petit bambou" qui facilite le processus de méditation en vous guidant pas à pas.

9. La gratitude au cœur des festivités :

Je vous propose de tenir un cahier de notes et d'y inscrire vos moments importants positifs reliés à ceux que vous avez passés avec vos êtres chers. Il est important de reconnaître les petites choses qui apportent de la joie pendant les fêtes.

10. Favoriser des traditions axées sur le bien-être :

Il est possible de recréer des traditions de manière plus saine autant pour le bien-être physique que mental telles que des promenades familiales après le repas, une séance au spa, allez glisser avec les enfants et même les adultes ou encore un pyjama party où chacun est à l'aise et confortable sans fâfia.

Alors que les dernières notes de musique résonnent et que les lumières festives commencent à s'estomper, nous sommes laissés avec des souvenirs chaleureux et le sentiment d'avoir pleinement apprécié la saison des festivités. Éviter le piège des excès n'est pas seulement une question de discipline, mais aussi de trouver un équilibre qui permet de célébrer sans compromettre notre bien-être. Que ce soit en adoptant des alternatives plus saines aux traditions culinaires, en établissant des limites respectueuses ou en favorisant des moments de détente, chaque petit pas compte. En privilégiant la modération, la gratitude et le bien-être, nous transformons la saison des festivités en une période épanouissante, où la joie coexiste harmonieusement avec l'équilibre. Que vos fêtes soient remplies de bonheur, de paix et de souvenirs précieux.

Joyeuses fêtes!
Sincèrement, Joanie.



N.B. Veuillez noter que mes articles ne remplacent en aucun cas l'avis d'un médecin à qui revient le rôle de poser un diagnostic. Mes informations se veulent simplement des outils pour vous aider à augmenter votre bien-être et vous renseigner au mieux de mes connaissances.

Si vous avez un état de santé particulier, des maladies graves connues ou un état général qui vous inquiète, je vous suggère de faire appel à un professionnel de la santé dans le but de bien vous conseiller.

Votre herboriste ou naturopathe pourra conséquemment vous diriger vers votre médecin au moindre doute. En aucun cas, je ne pourrai être tenue responsable de ce dont il adviendra à la suite de l'application des recommandations proposées dans cet article. Il est de votre devoir de vous assurer que votre état de santé ne comporte aucune contre-indication à mes suggestions et que le tout est applicable à votre situation personnelle dont je n'ai aucunement pris connaissance.



Distance à respecter pour les boîtes aux lettres

Pour plus de détails consultez le site internet <https://www.canadapost.ca/>

Figure 2 – SANS FOSSÉ



Aspect visuel de la boîte aux lettres

La boîte aux lettres ne doit pas comporter de réflecteurs ni d'autres éléments pouvant prêter à confusion avec les panneaux de signalisation routière. Les couleurs neutres sont également recommandées.

En outre, Postes Canada exige que le seul numéro inscrit sur la boîte aux lettres soit celui de l'adresse.

Documentation

✶ Dépliant - Installation de nouvelles boîtes aux lettres en milieu rural

✶ **pour commander**

▲ (1) Épaisseur maximale de la paroi : 3,25 mm

▲ (2) Épaisseur maximale de la paroi : 6,5 mm

HAUT DE LA PAGE

Politique de confidentialité | Déclaration de services aux citoyens et aux citoyennes

Québec

© Gouvernement du Québec, 2007

Une seule boîte aux lettres est autorisée par adresse.

Il doit y avoir un maximum de deux boîtes aux lettres par poteau et un maximum de quatre boîtes à proximité les unes des autres (pour des raisons de sécurité en cas d'impact).

Le devant de la boîte doit être placé à une distance minimale de :

- 5,25 m du centre de la chaussée;
- et de 0,2 à 0,3 m de la limite extérieure de l'accotement (voir figure 1).

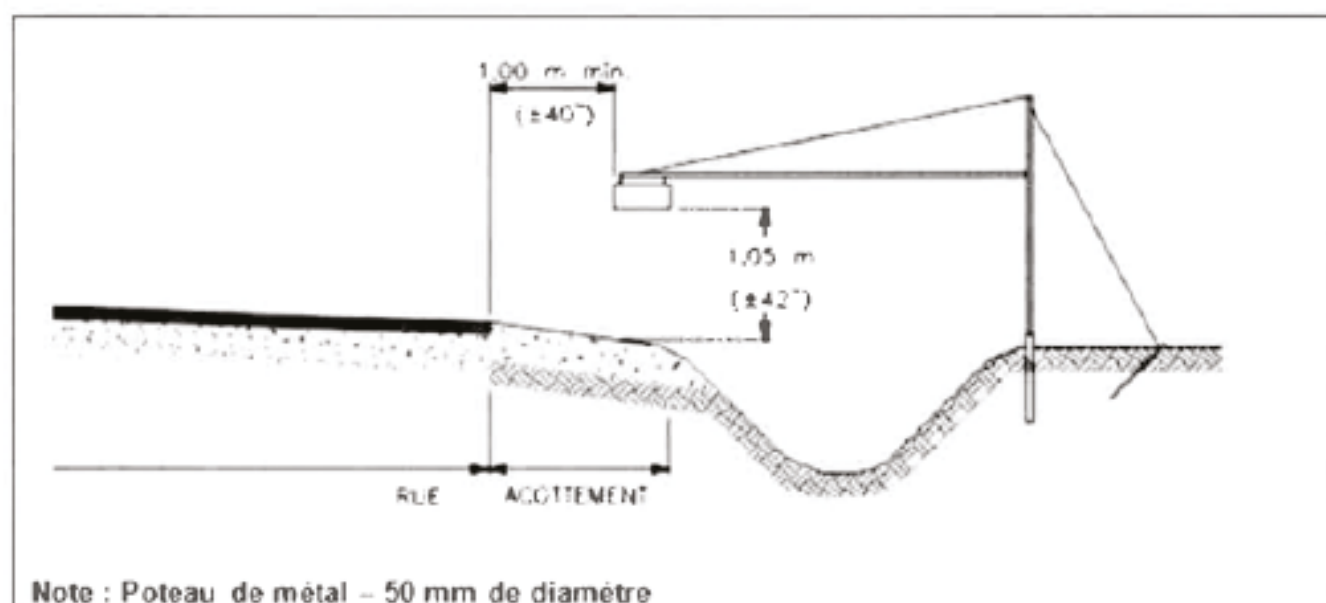
Le bas de l'ouverture doit se situer de 1,05 à 1,15 m au-dessus du sol (voir figure 1).

La boîte aux lettres doit être installée du côté où se fait la livraison du courrier sur cette route :

- lorsque la boîte est située à côté d'une entrée, elle doit être placée après l'entrée, pour accroître la sécurité de ceux qui livrent le courrier, soit du côté droit lorsqu'on sort de l'entrée.

Les boîtes aux lettres dont l'installation ne respecte pas les règles risquent d'être endommagées par les véhicules d'entretien. Le ministère des Transports ne peut être tenu responsable du bris d'une boîte aux lettres survenu accidentellement l'occasion d'opérations de déneigement ou d'entretien.

FIGURE 1 – AVEC FOSSÉ



Invitation Vernissage

de l'oeuvre collective intergénérationnel

3 déc | 13h

à la bibliothèque municipale | 106, rue Principale

La MRC de Drummond ainsi que la Municipalité, le centre récréatif, le Cercle de fermières et le club FADOQ de Saint-Guillaume vous invitent au vernissage de l'oeuvre collective intergénérationnel qu'ils ont créés lors d'ateliers supervisés par l'artiste Marylène Ménard.

Lors de ces ateliers, les participants ont été amenés à réaliser des petites mosaïques qui ont été assemblées pour créer une grande oeuvre exposée à la bibliothèque municipale.

Nous vous invitons donc à venir découvrir le magnifique résultat final de l'oeuvre intitulé
« l'arbre des générations »

Un léger goûter sera servi et au plaisir de vous accueillir



pour info: 819 396 0151 | coord.crsg@gmail.com

A METTRE À VOTRE L'AGENDA

PLAISIRS D'HIVER



VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
2	3 FÉVRIER	4

Surveillez nos réseaux sociaux pour la programmation future



AGRITEX

Y A M A S K A



Patrick Allard, directeur général

305, Marie-Victorin
Yamaska, QC
J0G 1X0

Tél.: 450 789-2304
Fax.: 450 789-0789
Courriel: yamaska@agritex.ca

ACTION location Drummond

Défense des droits des locataires
www.antipauvrete.com



819 850-0416

502, rue Saint-Jean
Drummondville (Qc) J2B 5L6
actionlocation@apmcq.org

ACTION LOCATION



Joyeuses fêtes

*C'est avec joie que nous vous offrons
Nos souhaits sincères pour
Une heureuse saison des fêtes.*

*Nous tenons à vous remercier
Pour votre confiance et votre appui.*

Meilleurs vœux!



Programmation

FÊTE DE NOËL

- Spectacle de Firmain le pingouin, espion des lutins
- Dépouillement de l'arbre de Noël
- Maquillage

10 DÉC
2023

13.00-16.00 PM

Salle Municipale,
106, rue St-Jean-Baptiste



COLLATION ET JUS



Pour information:

819-396-0151
coord.crsg@gmail.com



**BUREAU
FERMÉ**



**POUR LA PÉRIODE DES FÊTES
LE BUREAU MUNICIPAL SERA FERMÉ DU
25 DÉCEMBRE AU 5 JANVIER 2024
INCLUSIVEMENT**



LE BAC VERT



Matières recyclables

Papier et carton

- Journaux, circulaires et catalogues
- Courrier et papier de bureau
- Sacs de papier
- Boîtes de savon et de céréales
- Jus surgelés
- Cartons de lait ou de jus de type Tetra pak



Plastiques

- Tous les contenants rigides portant le logo de recyclage  avec les chiffres 1, 2, 3, 4, 5 et 7
- Contenants de lait, yogourt, jus, vinaigre, moutarde et ketchup
- Sacs d'épicerie, magasin, pain et publisac
- Emballage de papier hygiénique
- Pellicules plastique compressés en boule



Autres

- Métal : boîtes de conserve, canettes d'aluminium, assiettes et papier d'aluminium
- Verre : bouteilles de vin, d'alcool, de boisson gazeuse et tout contenant en verre

LE BAC NOIR



Déchets

- Papier : ciré, cellophane, carbone, buvard
- Mouchoirs souillés
- Viande crue
- Sacs de croustilles
- Cartons et papiers plastifiés
- Couches et serviettes hygiéniques
- Vaisselle et céramique
- Vitre et miroir
- Contenants sous pression
- Contenants de solvant
- Verres à boire jetables
- Styromousse
- Toiles de piscine
- Contenants d'huile à moteur
- Boyaux d'arrosage
- Tapis
- Sacs de céréales et de biscuits
- Emballage de viande
- Toute matière n'allant pas dans les bacs vert et brun



LE BAC BRUN



Matières organiques

Résidus verts

- Herbe et feuilles
- Résidus de jardin, plantes et fleurs
- Mauvaises herbes
- Terre noire
- Gazon
- Copeaux, sciure de bois et petites branches
- Résidus de taille de haies
- Aiguilles de conifères



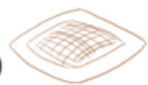
Résidus alimentaires

- Œufs
- Pâtes alimentaires
- Produits laitiers, fromage
- Pain et céréales
- Résidus de fruits et légumes
- Résidus de pâtisserie
- Résidus de viande cuite, poisson cuit, os
- Écales de noix
- Aliments périmés sans emballage
- Coquilles d'œufs (modéré)



Autres

- Papier essuie-mains et serviettes de table
- Papiers et cartons souillés par des matières alimentaires
- Filtres à café et café moulu
- Sachets de thé
- Poussière (modéré)
- Cheveux (modéré)



Régie de gestion
des matières résiduelles
du Bas-Saint-François



COMMUNIQUÉ DE PRESSE
Pour diffusion immédiate

Ton bac de recyclage n'est pas un écocentre!

Blitz de sensibilisation concernant l'utilisation judicieuse du bac vert

Drummondville, le 27 octobre 2023 – La MRC de Drummond, la Ville de Drummondville et Récupération Centre-du-Québec annoncent le lancement d'une importante campagne au sujet des matières acceptées dans le bac de recyclage. La mise en oeuvre de cette campagne découle de l'augmentation des contaminants observée dans les cargaisons de matières acheminées au centre de tri de la rue Saint-Roch Sud à Drummondville.

Sous le thème *Ton bac de recyclage n'est pas un écocentre!*, la campagne vise à bien distinguer les matières pouvant être déposées dans le bac vert de celles qui doivent plutôt être apportées à l'écocentre ou dans un point de dépôt autorisé. « Les bacs de recyclage font partie du paysage depuis plus d'un quart de siècle. Au fil du temps, on semble avoir perdu de vue qu'ils sont d'abord conçus pour recueillir le papier, le carton, le verre, l'aluminium et les emballages et bouteilles de plastique. La présente campagne se voudra donc un rappel de ce à quoi sert ce bon vieux bac vert! », a indiqué la préfète suppléante de la MRC de Drummond et mairesse de Saint-Majorique-de-Grantham, Line Fréchette.

« Au cours des dernières années, la Ville de Drummondville a lancé de nombreuses initiatives dans l'objectif de réduire les déchets ultimes. Cette campagne s'inscrit tout à fait dans notre volonté de toujours faire mieux pour l'environnement, en complémentarité à tous les outils disponibles pour optimiser la gestion des matières résiduelles à la maison », a ajouté Sarah Saint-Cyr Lanoie, conseillère municipale déléguée du conseil municipal à l'environnement.

« La présence de contaminants a un réel impact sur nos activités. Non seulement elle engendre des problèmes sur nos lignes de tri, mais certains contaminants, notamment des produits électroniques comme les blocs-piles, peuvent représenter un danger pour nos équipes. C'est pour ces raisons qu'il nous apparaît très important de soulever cet enjeu et d'inviter la population à maintenir ses bonnes habitudes quant au recyclage, tout en évitant de déposer dans le bac vert des matières qui n'y ont pas leur place », a souligné le directeur général de Récupération Centre-du-Québec, Daniel Lemay.

L'activité de lancement de campagne qui se tient aujourd'hui sera appuyée par un déploiement publicitaire dans les médias locaux ainsi que sur le Web. Un jeu-questionnaire avec des prix à gagner sera également mis en ligne sous peu dans l'application Web Gère ta poubelle. Celle-ci, rappelons-le, permet de savoir rapidement comment se départir de ses matières résiduelles et fournit des conseils pratiques ainsi que les dates des différentes collectes.

Les municipalités relaieront également le message auprès de leurs citoyens et citoyennes au moyen de leurs bulletins d'information, infolettres, panneaux d'affichage électronique et abribus.

La MRC de Drummond, la Ville de Drummondville et Récupération Centre-du-Québec remercient la population pour son soutien dans les efforts visant à réduire la quantité de contaminants présents dans les bacs de recyclage.

Information :
Jean Dufresne
Coordonnateur des communications
MRC de Drummond
819 477-2230, poste 123
jdufresne@mrcdrummond.qc.ca

Anne-Elisabeth Benjamin
Conseillère en relations publiques
Service des communications
Ville de Drummondville
819 470-6678
abenjamin@drummondville.ca



JANVIER						
Dim	Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Sam
7						
14						
21						
28						

FÉVRIER						
Dim	Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Sam
4						
11						
18						
25						

MARS						
Dim	Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Sam
3						
10						
17						
24						

AVRIL						
Dim	Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Sam
7						
14						
21						
28						

MAI						
Dim	Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Sam
5						
12						
19						
26						

JUIN						
Dim	Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Sam
2						
9						
16						
23						
30						

JUILLET						
Dim	Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Sam
7						
14						
21						
28						

AOÛT						
Dim	Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Sam
4						
11						
18						
25						

SEPTEMBRE						
Dim	Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Sam
1						
8						
15						
22						
29						

OCTOBRE						
Dim	Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Sam
6						
13						
20						
27						

NOVEMBRE						
Dim	Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Sam
3						
10						
17						
24						

DÉCEMBRE						
Dim	Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Sam
1						
8						
15						
22						
29						

Collecte des **déchets** (bac noir)
les **LUNDIS** aux 2 semaines



Collecte de la **récupération** (bac vert)
les **JEUDIS** aux 2 semaines



Collecte de gros rebuts:

13 mai et 14 octobre 2024

Tout ce qu'il y a dans des remorques ou traillers
ne sera pas ramassé. Doit être au sol.

La quantité maximale ramassée est l'équivalent de 6' x 6'.

Collecte du **compost** (bac brun)
les **JEUDIS** toutes les semaines
du 2 mai au 21 novembre ainsi
que les 11 et 25 avril 2024



Collecte des déchets (conteneur métal)
À tous les **LUNDIS**



Journée de ramassage
des ordures (bacs noirs)
exceptionnellement

VENDREDI LE 22 DÉCEMBRE 2023

Nous vous suggérons quelques conseils qui vous permettront de passer un temps des fêtes en toute tranquillité.

Arbre de Noël

- Installer votre arbre de Noël loin des sources de chaleur et à un endroit où il ne nuit pas à l'évacuation des lieux.
- Éteindre les lumières du sapin de Noël avant d'aller dormir et lorsque vous quittez la maison.
- Garder toujours le pied de l'arbre naturel dans l'eau pour qu'il reste humide.
- Pour en disposer, informez-vous des dates et des modalités de collecte des sapins dans votre arrondissement ou votre municipalité.

Bougies

- Installer les bougies dans des contenants de verre conçus à cet effet de manière à protéger la flamme et à éviter tout contact avec des matériaux inflammables.
- Placez-les à un endroit où elles ne risquent pas d'être renversées et loin de la portée des enfants et des animaux.
- Soufflez toutes les bougies avant de quitter une pièce et d'aller dormir.
- Privilégier les bougies électriques.

Cuisine des fêtes

- Ne laissez pas la visite vous distraire, gardez toujours un œil sur la cuisinière!
- Ne rangez jamais d'objets dans le four ou sur la surface de cuisson.
- Éloignez les enfants de la cuisinière.

Appareils de chauffage d'appoint

- Un appareil de ce type ne peut être laissé sans surveillance. Éteignez-le lorsque vous quittez une pièce et avant d'aller au lit.
- Gardez un espace dégagé d'un mètre autour de l'appareil et des matières combustibles.
- N'oubliez pas, cet appareil ne peut être utilisé comme une source permanente.
- Utilisez toujours un appareil homologué ULC ou CSA et certifié à cette fin.
- Branchez l'appareil directement dans la prise (ne pas utiliser de cordon prolongateur et ne branchez qu'un seul appareil dans cette prise).

Evacuation

Hiver comme été, il vous faut savoir comment évacuer votre bâtiment. Déneigez tous les accès aux issues (fenêtres et portes) de votre domicile, incluant les escaliers et les balcons.

Avertisseur de fumée

N'oubliez pas que l'avertisseur de fumée est votre meilleur allié en cas d'incendie. Vous êtes tenus, par la réglementation en vigueur, d'en installer et d'assurer l'entretien jusqu'à sa date de péremption.



Les idées de Marie

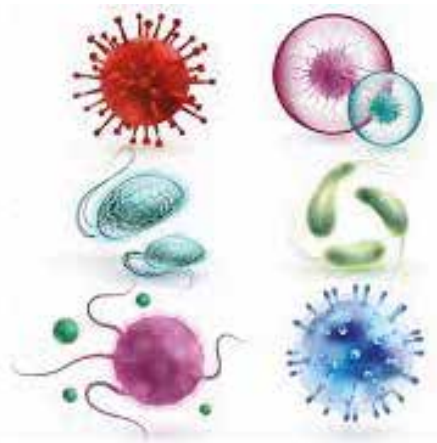


Ça y est, nous sommes à la période de l'année où les microbes circulent à vitesse grande vitesse. Rien n'y échappe, rhume, grippe, gastro et covid-19 reprennent le bal et c'est la course à relai. Je l'ai, tu l'as, il l'aura, nous l'aurons!

Microbe est un terme générique qui englobe tous les microorganismes invisibles à l'œil nu. On y compte les levures, champignons, bactéries et virus entre-autre. Curieusement, ils ont été là bien avant nous et ils sont présents partout autour de nous. Dans l'air, l'eau dans la terre, nos maisons, sur et dans nos corps et même la nourriture. C'est grâce à eux si nous avons le pain, le vin, le kombucha, la bière, le kéfir, le yogourt, le kimchi, la choucroute et les fromages. Cela dit en passant, 70 à 80% des microbes sont bénéfiques. En plus, ils améliorent la nutrition et la conservation de ces aliments et boissons. Nous vivons en symbiose avec eux.

Le microbiote intestinal est le parfait exemple. Un microbiote sain s'active à coordonner notre santé avantageusement. Par ailleurs, de plus en plus d'études affirment que les maladies cardiovasculaires, l'anxiété, les allergies, la dépression, le diabète et l'obésité se tiennent à distance quand l'intestin et sa colonie de microbes sont en bonne santé. Une multitude de microorganismes doit peupler nos intestins et les bonnes places qu'ils occupent empêchent les indésirables de s'y'installer. Un grand rôle est joué par notre microbiote

intestinal dans la digestion, l'absorption des médicaments, la sécrétion d'hormones et la protection des envahisseurs microbiens. La médecine est maintenant rendue à faire appel à la greffe fécale pour venir à bout d'infections graves inguérissables à l'aide d'antibiotiques. La science travaille aussi à développer des virus génétiquement modifiés (oui des OGM) pour éliminer les bactéries problématiques dans l'intestin malade en vue de s'attaquer à des tumeurs cancéreuses. J'aime les avancées scientifiques en ce sens; gardons espoir en l'humain. Dans d'autres sphères, les bactéries ont été mise à contribution pour le bien de l'environnement. Il n'y a pas que le compostage qui les fait travailler. Dans les mers, une bactérie est capable de se nourrir de pétrole. Bien qu'elle ne fasse pas tout le travail, elle contribue à la dépollution lorsqu'il y a des marées noires. D'autres mangent les métaux toxiques dans le sol.



Des universitaires cultivent des bactéries qui arrivent à dégrader les microplastiques. La nature fait tellement bien les choses si on l'aide un peu de l'intelligence humaine.

Par contre, 20 à 30 % des microorganismes représentent un potentiel pathogène. Nous l'avons appris récemment, certaines bonnes pratiques éloignent la transmission des infections. Aérer la maison, se laver régulièrement les mains, tousser dans son coude, garder ses distances, désinfecter les surfaces de comptoir, poignées de porte et de frigo, évier de cuisine et de salle de bain, les toilettes propres. Se faire vacciner quand c'est possible et recommandé. Nul besoin d'excès quand tout le monde est en santé, mais en cohabitation de personnes malades ou immunosupprimées, il est impératif de redoubler de prudence. Certains microbes peuvent vivre 10 à 30 minutes sur les surfaces ou sur les mains. En d'ultimes cas, le port du masque demeure une défense pour les êtres chers que l'on souhaite protéger.

Apprécions les bienfaits des microorganismes et sachons être prudents en période de transmission de microbes. Bonne santé et heureux temps des fêtes!

Inspiré d'un article du Coup de pouce





Marie-Noële Caron
Lauréate du prix
Gestion de patrimoine



Canada

QUAND LE PLAN FINANCIER REMPORTE SUR L'INCERTITUDE ÉCONOMIQUE

Par Marie-Noële Caron, Pl. Fin. & Olivier Benoit, Pl. Fin.

L'impressionnante résilience de l'économie américaine a créé une vague d'optimisme sur les marchés boursiers. C'est pourquoi les actions ont tant augmenté jusqu'à présent, et pourquoi les obligations ont chuté. Cependant, il y a de l'incertitude à l'horizon. Après une décennie de bas taux d'intérêt, l'effet est dur à renverser. Le marché de l'emploi est toujours fort et le niveau de consommation est soutenu.

L'économie américaine résiste, mais on ne doit pas s'attendre à une résistance infinie. On se rapproche d'un point tournant. L'épuisement des économies des consommateurs et la crainte grandissante d'une 2e vague d'inflation risquent d'augmenter la période de taux d'intérêt élevé.

Les banques centrales ne peuvent pas se permettre de réduire les taux trop rapidement. La banque du Canada va probablement laisser son taux directeur à 5 ou plus pour un laps de temps. Un ralentissement économique graduel est à l'horizon.

De telles incertitudes soulignent l'importance d'avoir un plan financier. La planification financière doit garantir un revenu qui vous permettra d'atteindre vos objectifs et des projections conservatrices qui respectent les normes de l'IQPF. C'est un outil qui vous permettra d'obtenir le style de vie souhaité. Les réalités économiques impliquent à votre conseiller d'évaluer votre plan et de proposer les mesures à prendre.

La volatilité des marchés est constante. À long terme, un bon plan ainsi qu'un suivi régulier en tireront avantage.

Marie Noële Caron Olivier Benoit

819-479-5990 - www.marienoelcaron.ca - MarieNoele.Caron@bnc.ca



COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Vivez la magie de Noël au Village Québécois d'Antan avec

"La fantastique histoire de Noël"

Drummondville, le lundi 13 novembre 2023 - Chaque année, le Village Québécois d'Antan brille de mille feux, attirant des dizaines de milliers de Québécois pour célébrer les traditions des fêtes. Cette saison, l'événement phare plonge les visiteurs dans un univers féérique avec le thème **"La fantastique histoire de Noël"** du Village Illuminé Desjardins, présenté par la Caisse Desjardins de Drummondville.

Lors d'une visite en avant-première de l'atelier où sont conçus les décors, Monsieur Paul Gagné, directeur de la Caisse Desjardins de Drummondville, a été captivé par la magie de la thématique : "La magie est au rendez-vous, promettant une aventure unique où le passé revit sous nos yeux, fusionnant la nostalgie des Noëls traditionnels et l'excitation des nouvelles générations tout en ajoutant que le Village Illuminé Desjardins est l'événement de prédilection pour se mettre dans l'esprit des fêtes en famille".

Cette année, les visiteurs auront l'opportunité d'embarquer dans "La fantastique histoire de Noël", un mélange envoûtant de traditions et de féerie. À travers cette quête immersive, familles et amis seront transportés dans l'époque des Noëls d'antan, mais aussi à travers un univers fantastique. Les visiteurs devront unir leurs forces avec les personnages emblématiques des fêtes pour empêcher Alcide Gronchon, le grincheux du Village, de gâcher Noël. Une série d'indices permettra aux visiteurs de contrecarrer les plans de ce personnage attachant. Cette aventure enchantée séduira aussi bien les plus jeunes que les plus nostalgiques.

Pendant leur voyage à travers le passé, les visiteurs auront l'occasion de participer à une variété d'activités, notamment des batailles de boules de neige, des glissades géantes, des patinoires "comme dans l'temps", des dégustations de gourmandises traditionnelles, des danses et chansons d'époque, des contes autour des feux, du lancer de hache, et bien plus encore. Ils pourront également rencontrer le père Noël et mère Noël dans leur chaleureuse demeure, découvrir l'atelier de fabrication de jouets et même visiter l'école des lutins coquins. Madame Geneviève Legault, directrice générale du Village Québécois d'Antan, déclare fièrement : "Le Village Illuminé Desjardins est la meilleure façon de faire naître la magie des fêtes dans le cœur des enfants et des adultes. La grande famille du VQA travaille avec passion pour créer du bonheur. Avec le thème de cette année, **"La fantastique histoire de Noël"**, nous vous promettons une expérience mémorable où le contemplatif se mêlera à l'immersif".

Pour les amateurs de délices, le Village vous propose des friandises réconfortantes telles que les bonbons aux patates, le sucre à la crème, le fudge maison, et les célèbres beignes de notre Beignerie d'Antan.

Dans une ambiance festive, La Cage traiteur présente son menu de festins traditionnels, disponible sur réservation. Consultez le menu des fêtes sur www.villagequebecois.com pour une expérience gastronomique d'époque.

Le Village Illuminé Desjardins 2023 vous accueille les 8-9 et 15-16 décembre, puis du 22 au 31 décembre 2023 (excluant le 25), de 17h à 22h. Choisissez entre le billet journalier ou la passe de saison, cette dernière garantissant un accès illimité dès la seconde visite. De plus, la prévente est en ligne dès maintenant, en quantité limitée.

Réservez rapidement vos billets pour vivre une expérience inoubliable au Village Illuminé Desjardins sur www.villagequebecois.com, où la magie de Noël enveloppe chacun de ses visiteurs dans une étreinte chaleureuse.



Stéfany Duguay
Directrice des communications et marketing
Tél. : 819 478-1441 poste 223,
Direct: 819 471-2242
stefany.duguay@villagequebecois.com





Evelyn Sabourin

Pour se réchauffer : effiloché de porc au velouté de potimarron!

Pour se réchauffer et aussi souffler un peu après les agapes festives, voici une idée de soupe-repas très goûteuse

Pour le potage :

- Coupez votre potimarron en morceaux, vous pouvez garder la peau.
- Faites suer 1 oignon et de l'ail pressé (au goût) dans un peu de beurre et d'huile, ajoutez le potimarron et faites revenir quelques mn.

- Couvrez d'eau additionnée d'une « marmite » de bouillon de poulet. À ce stade, faites-vous plaisir en ajoutant muscade, curcuma, cumin...et une feuille de laurier.
- Laissez mijoter de 20 à 30 mn à feu doux : vous vérifiez la cuisson avec la pointe d'un couteau puis vous mixez, sel et poivre du moulin et crème fraîche (ou soja de cuisson), et voilà!



Pour l'effiloché :

Idéalement, prenez un morceau de palette de porc ou d'échine ou d'épaule, du moment que le morceau n'est pas sec. Vous le badigeonnez d'un mélange de moutarde, sirop d'érable et poivre. Vous saisissez la viande en cocotte et vous la recouvrez d'oignons émincés. Vous couvrez de liquide : moitié vin blanc ou rouge moitié eau et laissez cuire à feu doux environ 2h en retournant la viande à mi-cuisson.

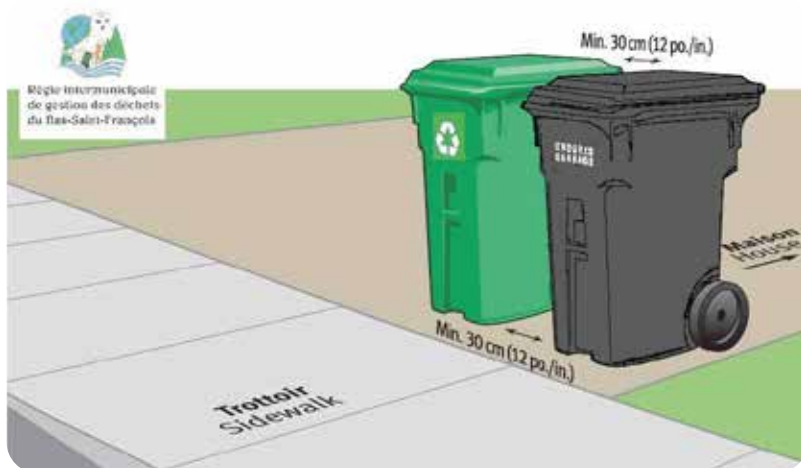
Dressage :

Vous servez les assiettes avec le velouté et vous ajoutez au centre le porc effiloché, agrémenté de persil ciselé. Un dessert léger et voilà de quoi reposer le système digestif!

Bon appétit quand même!!!!!!

POSITIONNEMENT DES BACS

Assurez-vous que le couvercle soit fermé. Veuillez prévenir la Municipalité si votre bac noir ou vert est endommagé.



ASTUCES DE PRO de Garofeu pour toute la famille!

Assurez-vous que les cendres
du foyer soient parfaitement refroidies
avant d'en disposer.



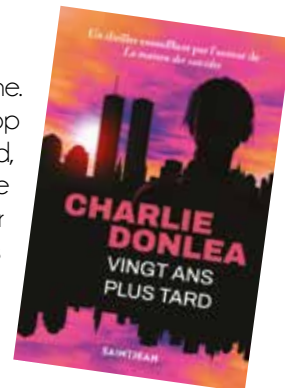
Suggestions

de lecture de Diane T.

Vingt ans plus tard par Charlie Donelea

Avery Mason est présentatrice d'American Events, le magazine le plus populaire de la télévision américaine. Elle fait monter les côtes d'écoute à un sommet inégalé. Il lui faut donc trouver un sujet qui la laissera au top du magazine télévisé. Son sujet sera une femme morte le 11 septembre 2001 qu'on aurait, vingt ans plus tard, identifiée grâce à l'ADN. sur une dent. Cette femme Victoria Ford était accusée de meurtre sur un homme trouvé pendu à la fenêtre de sa maison. Walt Jenkin, alors en congé forcé, est mandaté par le FBI pour aider Avery dans ses recherches sur le meurtre. Jenkins était de l'enquête du pendu dans le temps. Tous les indices accusaient Victoria. Pourquoi le FBI s'intéresse-t-il à ce meurtre? Bien des questions se posent. Avery réussira-t-elle à faire la lumière sur cet événement?

J'ai beaucoup aimé ce livre : un thriller comme je les aime. Très palpitant signé par un maître du suspense avec une finale vraiment inattendue.



Les femmes du bout du monde par Melissa Da Costa

Flore répond à une petite annonce : « Autumn et sa fille Milly ont besoin d'une personne pour les aider à entretenir et faire fonctionner un camping ». L'endroit se situe en Nouvelle-Zélande sur la pointe sud au bout du monde! Flore n'a pas l'étoffe pour ce travail, mais est en quête de rédemption. Elle se surpassera pour rester au camping. Les trois femmes deviennent des amies. Flore, Autumn et Milly ont toutes quelques choses à apprendre l'une des autres; elles prennent soin de chacune à leur façon. Les événements se passent dans un cadre enchanteur balayé de grands vents avec des animaux marins extraordinaires.

J'ai beaucoup beaucoup aimé, bien que ce soit différent de ce que j'apprécie ordinairement. Je vous suggère ce livre.

Par la faute d'Emmérie par Louise Chevrier

Emmérie Boileau, une jeune femme de Chambly, a un projet innovateur pour les années 1821 : ouvrir une école pour jeunes filles dirigées par des personnes laïques. Le village se démarque déjà avec une compagnie de transport maritime et un docteur fraîchement entré en fonction. Comble de malheur, une jeune fille du pensionnat, Céline, est découverte morte assassinée. Le capitaine de la milice avec l'aide du docteur Kimber tente de découvrir le coupable de cette abomination. Comme de raison, Emmérie, la directrice du pensionnat, serait responsable de cette tragédie. Emmérie aura à faire le choix le plus difficile de sa vie.

Ce sont les mêmes personnages que le livre Les chroniques de Chambly. Bien que je n'aie pas lu ces livres, je m'y suis retrouvé quand-même. J'ai bien aimé ce livre. À vous de le découvrir.



Pour nous joindre

Tél.: 819 396-3754

biblio087@reseaubibliocqlm.qc.ca

Mardi : 14h30 à 16h30 • 19h00 à 20h30

Mercredi : 19h00 à 20h30

Samedi : 10h00 à 11h30



LES

professionnels

ÉMONDAGE
MIL

Estimation gratuite, appelez-nous!
819 818-6034

- Essouchage
- Abattage
- Émondage
- Déboisement de terrains
- Taille de haies
- Haubanage

• Assurance responsabilité

71, rang du Cordon
St-Guillaume J0C 1L0
Maxim Lemay, propriétaire

Société
Alzheimer
CENTRE • DU • QUÉBEC

SOUTIEN PSYCHOSOCIAL
FORMATION
RÉPIT-STIMULATION
HÉBERGEMENT
Maison Myosotis

L'ABC DE LA MALADIE D'ALZHEIMER
SÉRIE GRATUITE ARRIMAGE
5 ateliers de 1 h 30 chacun, afin d'outiller le proche aidant à mieux vivre son quotidien.
À compter du 14 septembre sur la plateforme Zoom.
INFORMATION ET INSCRIPTION : 819 806-6730
ou sur alzheimer.ca/centreduquebec

Les Festins *Gitanes*
Boucherie et Traiteur

Luc Plamondon
Traiteur et boucher

- Buffet chaud et froid
- Service de méchoui et de BBQ
- Cocktail dinatoire
- Boîtes à lunches
- Mariages et événements corporatifs

344, rue Notre-Dame
Saint-Germain (Québec)
J0C 1K0
Tél. : 819 730-0065

point S

Louis Lafleur
Directeur

- PNEUS
- ALIGNEMENT
- SUSPENSION
- VIDANGE
- FREINS
- SILENCIEUX
- INJECTION

• Garage Louis Lafleur
1442 Route 122
St-Edmond, Qc, J0C 1K0
Tél 819 396-0164
theflower@hotmail.com

La Clé Beauté
Salon esthétique

Caroline Léveillé,
esthéticienne, électrolyste

819.396.4173

Nettoyage de peau • Soin du dos • Maquillage
Épilation (cire, sucre, électrolyse) • Manucure/pédicure
Microdermabrasion

25, Petit rang, St-David QC J0G 1L0

La Niche d'OR
Salon de toilettage



COUPE - RAFRAÎCHISSEMENT - COUPE DE GRIFFES

819.396.1086

1077 Principale, St-Bonaventure, Qc J0C 1C0 



MRC
de Drummond

Carrefour d'initiative
et de culture



familiprix

MIGUEL BAZILE,
Pharmacien

Prescriptions :
Lundi au vendredi
9h30 à 19h00
Samedi 10h00 à 16h00
Dimanche fermé




Pharmacie :
819 396-2255
Boutique beauté-santé :
819 396-3692
207, rue Principale



Café Faveur

Nicole Lafrance,
propriétaire

125, rue Principale
Saint-Guillaume J0C 1L0

819.396.3396

Demanche & Fils inc.
Résidentiel et commercial Entrepreneur général et spécialisé
en renouvellement de plancher et finition intérieure



747, rang du Cordon
St-Guillaume (Québec) J0C 1L0

Tél: 819 388-7535
Télécopieur: 819 396-3433
www.demancheetfils.com
facebook.com/demancheetfils

Design avangardiste, concept unique R.S.A. 5633-5334-01 

RÉCUPÉRATION DE MÉTAUX

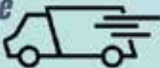
FERRAILLE, CUIVRE, FONTE, ALUMINIUM,
BATTERIES, RÉFRIGÉRATEURS & STAINLESS
- NOUS RAMASSONS -



Viateur & Michael
Viens
viateur@xplornet.ca

Cell: 819 388-2488
Rés: 819 396-5670

PERSONNES ÂÎNÉES EN PERTE D'AUTONOMIE

*Livraison de repas à votre domicile
lundi et jeudi* 



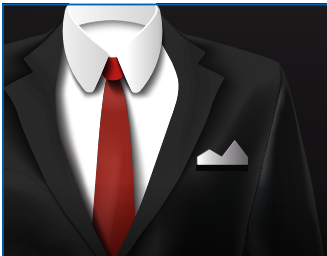

Popote roulante

*Repas chauds
(soupe, repas principal et dessert)*

*Repas congelés
(choix de 9 menus)*




Information au 819 472-6101
cabdrummond.ca



CET ESPACE PUBLICITAIRE
EST POUR **VOUS!**

CONTACTEZ-NOUS
819 396-2403

TRANSPORT D'EAU
Service rapide et courtois

SYLVAIN Girard **1-800-463-0346**

Résidentiel (piscine, réservoir, puits...)
Agricole (bétail, lavage...)



TRANSPORT S. Girard inc.

ÉPANDAGE DE CHAUX
Calciq | Magnésienne | Dolomitique

1-800-463-0346

www.transportsylvaingirard.com



Entreprises JFL



Déneigement

- Marteau piqueur
- Transport général
- Mini-excavation
- Installation de fosse septique

Jean-François Léonard
819.388.6738



**ASSEMBLÉE NATIONALE
DU QUÉBEC**

Hôtel du Parlement
1045, rue des Parlementaires, bureau RC.59
Québec (Québec) G1A 1A4 Tél. 581 628-1849

Bureau de circonscription
625, avenue Godefroy, bureau 202
Béancour (Québec) G9H 1S3 Tél. 819 233-3521
Sans frais 1 855 333-3521 Téléc. 819 233-3529
Donald.Martel@NIC@assnat.qc.ca

DONALD MARTEL
Député de Nicolet-Béancour

valor

**LE PREMIER FOYER
À GAZ RADIANT**

www.valorfireplaces.com

**DES SOLUTIONS
À VOTRE PORTÉE**

**UNE ÉQUIPE
EXCEPTIONNELLE**

**DES PRODUITS
DE QUALITÉ**



PRODUITS | CRÉATION | PRODUCTION | INSTALLATION

IDENTIFICATION DE VÉHICULE

SIGNALISATION - BANNIÈRES - COROPLAST - ALUCOBEST

AFFICHAGE GRAND FORMAT SUR PRODUITS VARIÉS

IMPRIMERIE PETITS ET GRANDS TIRAGES

IMPRESSION DE PLANS

ÉTIQUETTES - EN ROULEAU OU AUTRES FORMATS

VÊTEMENTS PROMOTIONNELS

BRODERIE ET IMPRESSION DIRECTE SUR TEXTILE

ARTICLES PROMOTIONNELS

ET BIEN PLUS!

Pour une promotion d'entreprise réussie!

sercost.com

CONTACTEZ-NOUS DÈS AUJOURD'HUI POUR BOOSTER VOTRE ENTREPRISE ! 

info@sercost.com | 450 546-4771 | 1007, rue d'Acton, Acton Vale

TERRITOIRE DE LA MRC DE DRUMMOND



DEPUIS 1979

POUR NOUS JOINDRE
436, rue Saint-Pierre
Drummondville J2C 3W1
cabdrummond@cgocable.ca

819.472.6101

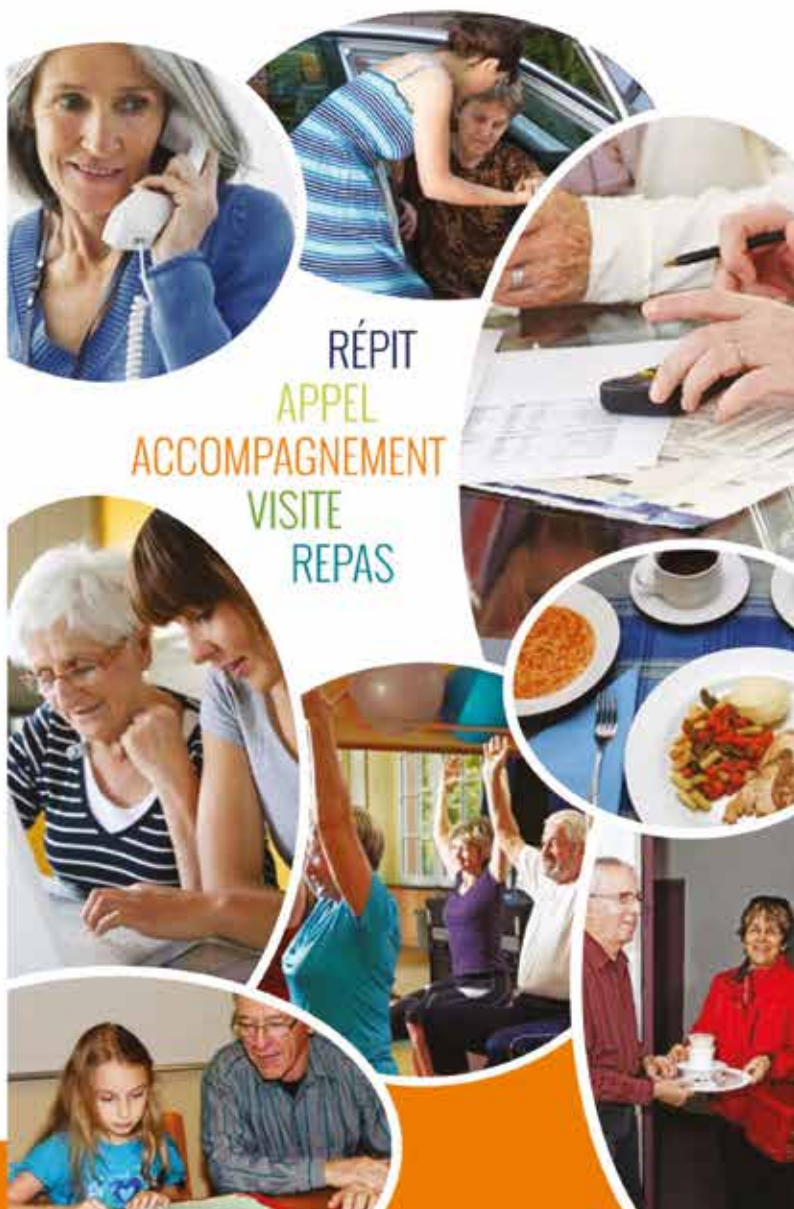
cabdrummond.ca



Suivez-nous sur Facebook!



Au cœur de la vie des gens !



RÉPIT
APPEL
ACCOMPAGNEMENT
VISITE
REPAS



Henault
a s s u r a n c e

Cabinet en assurance de dommages
et services financiers



Joyeuses fêtes!

En cette période de fêtes, nous tenions à vous remercier pour la confiance que vous nous accordez. Que les fêtes de fin d'année soient l'occasion de se créer des souvenirs mémorables et de partager des moments de joie avec nos proches!



M^{re} Annie Durocher - M^{re} Anne-Marie Julien - M^{re} Janie Dauphinais - M^{re} Marie-Michèle Cyr

- Offre d'achat / Vente / Hypothèque
- Testament / Mandat en cas d'incapacité / Procuration
- Droit agricole (financement, demande à la Commission de protection du territoire agricole du Québec, etc.)
- Droit commercial (financement, incorporation d'une compagnie, etc.)
- Règlement de succession / Vérification d'un testament
- Homologation d'un mandat en cas d'incapacité / Ouverture d'un régime de protection



**DUROCHER
DAUPHINAIS
JULIEN**
NOTAIRES INC.

2125, boulevard Lemire, bureau 220
Drummondville

819 474-4488

95, route de l'Église,
Saint-Guillaume

819 474-4488

Détenteur du greffe et des dossiers de M^{re} Michel BRIÈRE



En progression constante depuis 1962



Visitez-nous au :

WWW.CLAUDEJOYAL.CA

5 adresses pour mieux vous servir

1 rue Principale St-Guillaume J0C 1L0 819-396-2161	390, route 137 St-Denis-sur-Richelieu J0H 1K0 450-787-2105	1654, rang St-Henri Stanbridge Station J0J 2J0 450-296-8201	682, route 219 Napierville J0J 1L0 450-245-3565	3375, rue King Lyster G0S 1V0 819-389-5793
---	---	--	--	---



Financement par: CNH Capital 2010 CNH America LLC. Tous droits réservés.
Case IH marque déposée de CNH America LLC, CNH America LLC, www.caseih.ca



RBQ : 5807-3628-01

CHAUFFAGE CD INC.

*Expert en démolition de système au mazout
Service d'entretien de votre système*



CMMTQ

Corporation des maîtres
mécaniciens en tuyauterie
du Québec

Christian Deschamps
438.827.2267