

Édition 2019 | Novembre


# Info Saint-Guillaume

Bulletin d'informations communautaires



*L'histoire n'est que la somme  
de tous nos actes réunis.*

# Info Saint-Guillaume

**URGENCE?** **911** 


**Nos premiers répondants :**

- Christian Blanchette
- Julie Descôteaux
- Priscilla Lachmann
- France Ponton
- Geneviève Proulx
- Gisèle Roy



- L'Info Saint-Guillaume est publié dix fois par année. Pour le mois de juin : 740 exemplaires.
- Réception **textes papier** : Bureau municipal : 106 St-Jean-Baptiste
- Réception **textes courriel** à [johanne.darcy@hotmail.fr](mailto:johanne.darcy@hotmail.fr)
- En collaboration avec : Municipalité de Saint-Guillaume

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 cimetièr

**Horaire des messes**

Samedi : 16h30  
Dimanche : 9h00

**Presbytère - bureau - 819 396-2111**

Lundi au vendredi : 13h00 à 16h00



  
**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

  
**CANADA POSTES**  
**POST CANADA**

**Bureau de poste 819 396-2676**

Maître de poste: Chantal Nault  
Lundi, mardi, mercredi,  
vendredi : 8h30 à 12h30  
14h00 à 17h15  
Jeudi : 8h30 à 12h30  
14h00 à 19h00



**École Saint-Guillaume**

**819 850-1609**  
Directrice : Renée Lamarche

  
**PAVILLON DE l'Assuétude**  
Centre de traitement des dépendances

**Centre de traitement des dépendances 819 396-3610**  
[assuétude@bellnet.ca](mailto:assuétude@bellnet.ca)

**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.



## Notre *merveilleuse* équipe

*Marie-Pierre* conception  
Infographiste et mise en page

Johanne Darcy	facturation 819 396-3362
Evelyne Sabourin	rédaction
Karine Duchesne	rédaction
Marie Crépeau	rédaction
Amélie Pépin	rédaction
Mélanie Rochefort	rédaction
Audrey Tessier	rédaction
Johanne St-Onge	rédaction
Nadia Desjarlais	rédaction
Amélie Jodoin	rédaction
Jean-Pierre Vallée	collaborateur
Marie-Hélène Gravel	photos
Marie-Eve Perreault	photos
Maurice Benoit	chronique santé

Si vous connaissez des personnes de l'extérieur intéressées à recevoir l'INFO SAINT-GUILLAUME à domicile, téléphonez à **Johanne au : 819 396-3362**

**DATE LIMITE RÉCEPTION DES TEXTES :  
15 NOVEMBRE**



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

## Municipalité de Saint-Guillaume

106, rue St-Jean-Baptiste  
Saint-Guillaume, Qc J0C 1L0  
Tél.: 819 396-2403  
Télé.: 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 - Sièges #1  
Christian Lemay - Sièges #2  
Dominique Laforce - Sièges #3  
Claude Lapolice - Sièges #4  
Jocelyn Chamberland - Sièges #5  
Luc Chapdelaine - Sièges #6

## Directrice générale - Secrétaire-trésorière

Diane Martineau

## Adjointe administrative

Karine Trudel

## Inspecteur municipal

Alain Laprade

## Directeur service incendie

Simon Benoit

## Opérateur d'usine des eaux usées et eaux potables, aide-inspecteur

Yannick Roy

## Inspecteur en bâtiment

Caroline Beaucage

## Heures d'ouvertures du bureau :

Lundi au jeudi • 8h00 à 16h30

Vendredi • Fermé

*Nous sommes là pour vous accueillir  
sur l'heure du dîner*

## Conseil à venir :

Lundi 4 novembre • 19h30

Lundi 2 décembre • 19h30



## Calendrier des cueillettes Novembre 2019

Ordures (noir) • Lundi 4-18  
Compost (brun) • Lundi 4-11  
Recyclage (vert) • Jeudi 7-21

### La collecte des ordures (bacs noirs)

- les lundis toutes les deux semaines.

### Recyclage (bacs verts)

- les jeudis toutes les deux semaines.

### Tous les lundis (compost (bacs bruns))

- Voir les dates ci-dessus.



## Info transport

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

[www.quebec511.info](http://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.**



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

Tél. 819 472-5700  
Télé. 819 472-1770  
Sans frais 1 855 472-5700  
[info@spadrummond.com](mailto:info@spadrummond.com)





L'automne avec ses magnifiques couleurs est bien installé. Nous devons nous préparer à faire face à un climat moins propice pour les travaux extérieurs. Il reste encore certains travaux de voirie à terminer et nos employés doivent faire certains préparatifs pour s'assurer de protéger notre réseau d'aqueduc.

En novembre, chaque comité de travail de vos élus devra faire le point sur ses priorités et sur les actions à prendre pour maintenir et améliorer les services publics. Il faudra prévoir les sommes nécessaires pour la préparation des budgets de la prochaine année tout en tenant compte qu'il faudra faire des choix afin de respecter la capacité de payer de nos concitoyens. Plusieurs travaux sur notre réseau routier devront être évalués et nous devons envisager de faire des études et des plans afin de déposer des projets réalistes et être en mesure de faire des représentations auprès

de nos représentants provinciaux et fédéraux pour trouver les meilleurs programmes de subventions.

La vidange des fosses en milieu rural est à toute fin terminée. Comme annoncé précédemment, certains contrevenants seront avisés et devront faire les travaux nécessaires afin de se conformer à la loi provinciale sur l'évacuation et le traitement des eaux usées (Q2r22). Le conseil municipal vise à mettre en place une démarche facilitante et efficace pour régler cette situation.

J'aimerais souligner et remercier tous les bénévoles qui investissent temps et énergie pour faire de notre communauté un milieu vivant et des services adaptés aux besoins de nos citoyens. Nous sommes fiers de pouvoir compter sur ces personnes qui s'impliquent sans compter leurs heures dans tous nos organismes et mouvements sociaux. Un simple

merci et un encouragement en participant à leurs initiatives seront très gratifiants.

En novembre, pourquoi ne pas prendre un moment pour se souvenir de beaux souvenirs de nos parents et amis disparus.

**Robert Julien,**  
Maire de  
Saint-Guillaume



**BANQUE NATIONALE**

Isabelle Leclair  
Conseillère

☎ 1 819 396-2426 #69018  
☎ 819 396-0508  
✉ isabelle.leclair@bnc.ca

Banque Nationale du Canada  
100, Rue Principale St-Guillaume (Québec) J0C 1L0  
Représentant en épargne collective pour Banque Nationale Investissements inc.

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

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

Claude Dupuis  
propriétaire

Tél. 819 396.2085  
Fax 819 396.3553

**J.H. Dupuis & Fils**  
enr.

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

La Niche d'OR  
Salon de toilettage

COUPE - RAFRAÎCHISSEMENT - COUPE DE GRIFFES

**819.396.1086**

1077 Principale, St-Bonaventure, Qc J0C 1C0

**LES CONSTRUCTIONS**

**Thé Max**

RÉSIDENTIEL - COMMERCIAL - AGRICOLE

74, Rte de l'Église St-Guillaume, Qc

Sylvain Théroux  
(819)396-3527

Martin Cournoyer  
(819)475-6568



Bonjour à tous et à toutes,

En ce mois de novembre, mois du souvenir, ayons une pensée pour tous nos parents et amis défunts.

Pour nous, au club fadoq Saint-Guillaume, les activités se poursuivent :

- le **YOGA** les lundis jusqu'au 25 novembre à 09h00
- Le **BINGO le 8 novembre** à 19h00... et une nouveauté, il y aura aussi un **bingo en décembre** le vendredi 13 décembre à 19h00.

De plus, nous aurons le **VACCIN AN-**

**TIGRIPPAL** à la salle de l'âge d'or le 18 novembre de 9h00 à 11h00. Prenez note que **l'inscription est obligatoire** en téléphonant au 1 888 221 2006 ou en ligne à « clicsante ».

Comme à tous les ans, le dimanche 8 décembre à midi, nous aurons le **DÎNER DES FÊTES** avec menu traditionnel « soupe, ragoût, dinde, tourtière et dessert », suivi de **DANSE** en après-midi.

Les billets sont en vente maintenant au coût de 20\$ pour les membres et 25\$ pour les non-membres. Pour

l'achat de billets : Aurore Lavoie 819 396 2006, Cécile Morel 819 396 2269, Céline Gendron 819 396 2644, Francine Julien 819 396 5533, Hélène Vallée 819 396 2025, ou Gilles Vanasse 819 396 2052.

Veuillez prendre note que la date limite pour l'achat de billets est le 3 décembre.

Le tout se déroule comme d'habitude à la salle de l'âge d'or.

Hélène Cartier Vallée,  
présidente

**TRANSPORT D'EAU**  
Service rapide et courtois  
**1-800-463-0346**  
Résidentiel (piscine, réservoir, puits...)  
Agricole (bétail, lavage...)

**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  
Bécancour (Québec) G9H 1S3 Tél. 819 233-3521  
Sans frais 1 855 333-3521 Téléc. 819 233-3529  
Donald.Martel.NICO@assnat.qc.ca

**Écocentre de la MRC de Drummond**

**5620, rue Saint-Roch sud, Drummondville**

Une initiative de: **MRC de Drummond**

En partenariat avec: **RÉCUPÉRATION CENTRE DU QUÉBEC INC.**

**Horaire d'été (jusqu'au 30 novembre)**  
Mardi au samedi de 8h00 à 17h30

**Important : prévoir arriver plus tôt**  
Pour tenir compte de l'achalandage et du temps requis pour le déchargement des articles, l'accès au site est dorénavant autorisé jusqu'à 30 minutes avant la fermeture. Les usagers sont invités à planifier leur déplacement en conséquence afin d'éviter tout désagrément.

Questions? 819 477-1312 ou [info@recuperaction.ca](mailto:info@recuperaction.ca)



# ALERTES MUNICIPALES

**COMMUNIQUEZ  
RAPIDEMENT  
ET  
EFFICACEMENT  
AVEC NOS  
CITOYENS  
QUAND ÇA  
COMPTE !**

Comme l'ensemble des municipalités, nous sommes régulièrement confrontés à des situations d'urgence où la communication rapide et efficace avec nos citoyens est impérative. Que ce soit un avis d'ébullition, un bris d'aqueduc, un avis d'évacuation, un glissement de terrain, un risque d'inondation ou tout autre événement qui requiert de communiquer rapidement avec les gens touchés.

**UNE ALERTE MUNICIPALE VOUS SERA ENVOYÉE SI VOUS LE DÉSIREZ  
TÉLÉPHONE • MOBILE • SMS • COURRIEL**

À l'ère de l'information instantanée, notre application vous permet de rejoindre en quelques minutes l'ensemble de vos citoyens concernés par les moyens de communication de leur choix, soit par appel vocal, texto et courriel.

DE PLUS, LES ALERTES SONT DIFFUSÉES SUR INTERNET SIMULTANÉMENT ET PARTAGEABLES RAPIDEMENT SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX.



Simple d'utilisation et accessible via Internet, la console de gestion personnalisée permet d'adresser des avis importants à vos citoyens de façon sélective, soit pour une zone géographique déterminée, par sélection de voies de communication ou encore à l'ensemble des utilisateurs.



**RAPPORTEZ LE COUPON À LA MUNICIPALITÉ OU ENVOYER PAR COURRIEL A [INFO@SAINTGUILLAUME.CA](mailto:INFO@SAINTGUILLAUME.CA)**

## Municipalité de Saint-Guillaume

106 Saint-Jean-Baptiste, Saint Guillaume, Québec, J0C 1L0  
819 396 2403 • [info@saintguillaume.ca](mailto:info@saintguillaume.ca)



### Formulaire d'inscription système d'alerte et de messagerie

Numéro civique : \_\_\_\_\_ Appt. : \_\_\_\_\_ Nom de rue : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_ Nom : \_\_\_\_\_

Services	Téléphone # 1 **	Téléphone # 2 **	Courriel
Aqueduc	_____	_____	_____
Égouts	Texto/Vocal	Texto/Vocal	_____

\*\* Veuillez choisir pour chacun des numéros de téléphone, si vous désirez recevoir un message texte **OU** vocal.

Notes : \_\_\_\_\_

Condition: Ce système est un outil de communication d'urgence qui ne doit pas être utilisé comme unique source d'information. Bien qu'il soit un outil de diffusion de l'information pour votre municipalité en cas d'urgence, il n'offre aucune garantie quant à l'exactitude, l'exhaustivité ou la notification de tout message transmis.

Votre municipalité, ses dirigeants, ses employés et ayants droit ne peuvent être tenus responsables des dommages pouvant découler, directement ou indirectement, de l'avis d'une alerte ou du fait qu'un adhérent ne l'aurait pas reçue. En vous inscrivant, vous acceptez les conditions du présent avertissement et renoncez en conséquence à poursuivre votre municipalité, ses dirigeants, employés et ayants droit.

J'ai lu et j'accepte les conditions Signature : \_\_\_\_\_ Date : \_\_\_\_\_



## PURGE DU RÉSEAU D'AQUEDUC

Du 9 et 10 novembre 2019, veuillez prendre note que la municipalité procèdera à la purge du réseau d'aqueduc.



## CHANGEMENT D'HEURE POUR L'AUTOMNE

Le retour à l'heure normale se fera dans la nuit du 2 au 3 novembre 2019 au Québec

Changement d'heure : on vérifie l'avertisseur!

ENSEMBLE   
on fait avancer le Québec.

Québec 

**TROQUE  
TES BÉBELLES**





## Chevaliers de Colomb

Encore cette année, en collaboration avec diverses associations, nous avons participé à la fête de l'Halloween. Cet article devant être rédigé avant l'événement, espérons que cette activité se soit déroulée sous le signe de la prudence et que l'ensemble des participants aient pu apprécier leur soirée.

Les membres recevront sous peu leur carte de membre ainsi que le calendrier des activités pour l'année 2019-2020. En espérant que vous

procéderez au renouvellement dès réception puisque l'on constate que certains membres mettent le tout de côté et oublient par la suite de procéder. De plus, prenez note des activités; en effet il serait intéressant de vous rencontrer de temps à autre. Le deuxième tirage de notre loterie aura lieu au local le 10 novembre prochain à compter de 15 heures; toutes les personnes qui ont achetées des billets ainsi que celles qui aimeraient se joindre au groupe sont les bienvenues.



Jean-Pierre Vallée  
Grand Chevalier 4335

Activités à venir : tirage le 10 novembre, réunion mensuelle le 18 novembre, collecte de sang le 29 novembre et la guignolée le 1<sup>er</sup> décembre.

En terminant, j'espère que vous prenez le temps d'admirer les beaux paysages en cette saison automnale.

**1 personne sur 4  
est proche aidante.**

**Et vous ?**

**[lappui.org](http://lappui.org)**

**Parce que nous serons tous proches aidants...**

Du 3 au 9 novembre, c'est la Semaine nationale des proches aidants.  
C'est l'occasion de leur dire **MERCI !**

**L'APPU** POUR LES PROCHES AIDANTS D'AINES  
CENTRE-DU-QUÉBEC

*Vous êtes là pour eux,  
nous sommes là pour vous.*

**INFO-AIDANT**  
1 855 852-7784  
LAPPUI.ORG

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

501, Cours du Chevreuil  
St-Charles de Drummondville,  
Québec J2C 0L5

Maxim Lemay, propriétaire

# ÉMONDAGE

# MIL

Estimation gratuite, appelez-nous!

## 819 818-6034



« **Baptisés et envoyés** » C'est le nouveau thème pastoral pour l'année 2019 - 2020. Plongés dans l'amour de Dieu à notre baptême, nous sommes invités à devenir des missionnaires c'est-à-dire à partager autour de nous de l'amour, de l'amitié, en suivant l'exemple du Christ qui est allé vers les autres pour leur révéler qu'ils sont aimés de Dieu. Nous sommes des envoyés en mission d'abord auprès de nos familles et des personnes qui nous sont proches pour semer de l'amour et de l'espérance.

## CHORALE DE JEUNES POUR NOËL

À l'occasion de la messe de Noël du 24 décembre à 20h00 à l'église de St-Guillaume, il y aura encore cette année une chorale de jeunes. Tu as le goût d'en faire partie, les pratiques commencent dimanche le 3 novembre de 10h00 à 11h00 à la sacristie de l'église St-Guillaume avec Marilyn Allard. Pour plus d'information téléphone à Marilyn au 819 396 0383 ou au presbytère 819 396 2111.



## CÉLÉBRATIONS DU SOUVENIR

**Samedi 2 novembre à 16h30 à St-Guillaume**

**Dimanche 3 novembre à 9h00 à St-Guillaume et à 10h30 à St-Bonaventure**

nous nous souviendrons et nous prierons pour tous nos parents et amis défunts. D'une façon particulière, nous nous souviendrons des personnes suivantes dont les funérailles et / ou l'inhumation ont été célébrées dans la paroisse Sainte-Famille depuis un an :

Julien Pépin  
Thérèse Fontaine  
Sylvain Blanchette  
Céline Vanasse  
Rita Lavallée  
Réjeanne Forcier  
André Roy  
Colette Bissonnette  
Juliette Cyr  
Yves Robert  
Denis Lemire

Claire Magnan  
Ronald Ferron  
Calixte Labonté  
Thérèse Desserres  
Marianne Trinque  
Gaston Fontaine  
Alice Côté  
Marc-André Charron  
Laurentia Daigle  
Fernand Lambert  
Candide Richard

Mario Prévost  
Jean-Louis Lavoie  
Lionel Forcier  
Simone Nadeau  
Diane Chapdelaine  
Jean-Yves Picard  
Jeanne Fontaine  
Germain Brouillard  
Yvon Desjardins  
Rosaire Dufault  
Anne-Marie Picard

Françoise Trinque  
Réjeanne Vincent  
Gérard Lavoie  
Onil Crépeau  
Denis Forcier  
Noëlla Julien  
Diane Michaud  
Vianney Bélisle  
Rita Guilbault  
Donald Poliquin  
Carole Taillon



# Marie Noële Caron

Conseillère en gestion de patrimoine, Pl. Fin, B.A.A

819-479-5990



MARIE  
NOËLE  
CARON

Votre avenir en toutes perspectives!

GRUPE  
GESTION DE  
PATRIMOINE



FINANCIÈRE  
BANQUE NATIONALE

GESTION DE PATRIMOINE

WWW.MARIENOELECARON.CA



# Découvrez L'OFFRE INTELLIGENTE

Bien enraciné dans le monde de l'assurance depuis 62 ans, Hénault Assurance a su créer au fil des années des partenariats solides avec des assureurs de confiance. Cette accessibilité nous permet de vous offrir les meilleures solutions et les meilleurs prix en matière de couverture.



**Hénault**  
a s s u r a n c e

Cabinet en assurances de dommages  
et services financiers

## HÉNAULT ASSURANCE, C'EST...

### 3 SOLUTIONS D'ASSURANCES SOUS UN MÊME TOIT

#### Personnelle

Nous combons tous vos besoins en assurance. Que ce soit pour une voiture, une maison, un véhicule récréatif ou une assurance-vie, nos courtiers analyseront votre situation en profondeur afin de vous proposer la meilleure couverture qui soit au meilleur prix.

#### Commerciale

Que vous soyez un gestionnaire de petite ou de grande entreprise ou un travailleur autonome, nos courtiers analyseront chaque détail de votre situation pour vous proposer la bonne protection.

#### Agricole

Que vous soyez un producteur agricole, le propriétaire d'une ferme ou bien un entrepreneur qui œuvre dans le domaine agricole, nous avons la solution d'assurance qui convient pour assurer vos animaux, vos véhicules agricoles, votre cabane à sucre, et bien d'autres! Hénault Assurance dispose d'une expertise unique au Québec pour l'assurance agricole.

**30** courtiers certifiés

**62** ans d'expérience et **6** succursales

Plus de **20** partenariats solides



**Osez comparer!**

Appelez dès maintenant!

**1 800 567-0906**  
henaultassurance.com

Saint-Guillemme  
T : 819 396-2216

Saint-Léonard-d'Aston  
T : 819 399-2869

Drummondville  
T : 819 850-4720

Plessisville  
T : 819 362-6420

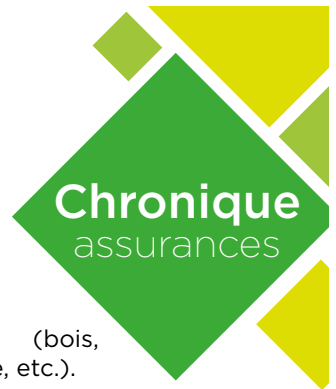
Saint-Hyacinthe  
T : 450 773-2973

Joliette  
T : 450 752-4089



# Dois-je attendre au renouvellement de ma police d'assurance habitation pour signaler un changement à ma situation?

Par Marie-Ève Perreault, Courtier en assurance de dommages chez Hénault assurance



Au moment d'émettre votre police d'assurance, votre courtier a évalué votre situation et il a validé avec vous vos actifs ainsi que vos besoins afin de vous offrir la meilleure protection possible.

Si le courtier a travaillé consciencieusement, les protections sur votre police d'assurance devraient être le reflet de votre situation réelle au moment de l'émission de votre police. L'assureur a accepté de vous protéger à partir de l'évaluation du risque tel qu'il a été présenté.

Mais comme rien n'est statique dans la vie, de nouvelles circonstances peuvent survenir en cours de contrat ayant pour conséquence d'aggraver le risque ou d'en créer de nouveaux et rendant inexacts ou désuètes les informations inscrites au dossier. Afin de maintenir une protection adéquate et de permettre à l'assureur d'avoir un portrait à jour de la situation, l'assuré doit donc déclarer toutes nouvelles circonstances dès qu'il en a connaissance (Code civil du Québec, article 2466), en cours de contrat ou au renouvellement de celui-ci. Bien que le consommateur soit le mieux placé pour signaler les modifications à son contrat, un sondage réalisé par Léger en 2018, démontrait que 61 % des Québécois n'aviseraient pas leur représentant en assurance de

dommages de changements majeurs touchant leur résidence, comme des rénovations importantes, l'achat d'un chien ou encore l'acquisition de matériel électronique de valeur<sup>1</sup>.

Voici quelques situations où vous devez aviser votre courtier sans attendre au renouvellement:

- Vous avez effectué des rénovations ou des réparations importantes à votre résidence.
- Vous avez acquis des biens augmentant de façon significative la valeur de l'ensemble de vos biens dont du matériel informatique ou multimédia.
- Vous avez acquis des objets de valeur tel que vélo, bijoux, fourrure, antiquités, œuvres d'art, appareils auditifs, transporteur personnel, cellier, voiturette de golf, etc.
- Vous avez acquis un fauteuil roulant, un triporteur, un quadriporteur, une trottinette, une bicyclette électrique qui peut faire plus de 32 km/h.
- Vous avez un véhicule électrique pour enfant qui peut faire plus de 10 km/h.
- Vous avez un enfant qui est étudiant et qui réside temporairement hors de la résidence familiale pour ses études.
- Vous avez installé une piscine, un spa ou un sauna.
- Vous avez installé un chauffage

auxiliaire (bois, gaz, huile, etc.).

- Vous exercez des activités professionnelles, commerciales ou du télétravail à votre résidence ou y conservez du matériel professionnel tel des outils, de l'équipement informatique ou autre.
- Vous êtes devenu propriétaire d'un chien, d'un animal exotique, d'un animal de ferme.
- Vous prévoyez que votre résidence sera inoccupée pendant une période de plus de 7 jours consécutifs.
- Une nouvelle personne habite chez vous (à l'exception d'un enfant qui vient de naître).
- Vous louez ou prévoyez louer votre résidence à un tiers y compris les échanges de maison et les locations de courte durée.
- Vous avez des biens entreposés hors de votre habitation (par exemple chez un entreposeur, à un chalet loué temporairement ou sur un terrain de camping).

Une situation considérée comme une aggravation de risque demande un ajustement à votre contrat. Il peut être tentant de ne pas déclarer un changement lorsqu'on sait qu'il fera augmenter le montant de la prime. C'est toutefois un mauvais calcul, puisque votre assureur pourrait diminuer le montant de votre indemnité. Celui-ci pourrait aussi refuser de vous indemniser même si le sinistre n'a aucun lien avec le changement que vous ne lui avez pas mentionné.

Les besoins d'assurance habitation peuvent changer fréquemment et surtout, évoluer au cours d'une vie. En tant qu'assuré, vous êtes le mieux placé pour identifier clairement les changements survenus en cours d'année. En cas de doute, n'hésitez pas à poser des questions à votre courtier en assurance de dommages!

<sup>1</sup> Sondage Léger, pour le compte de la Chambre de l'assurance de dommages et de la Chambre de la sécurité financière, effectué auprès de 1 035 Québécois âgés de 18 ans ou plus, mai 2018.





## Réservez votre salle au Centre récréatif Saint-Guillaume !

Le Centre récréatif Saint-Guillaume (CRSG) est l'endroit idéal pour se retrouver entre amis et en famille. Que ce soit pour un anniversaire, un baptême, un party, une formation ou une réunion, notre grande salle peut accueillir jusqu'à **75 personnes**.

Celle-ci est équipée d'une cuisine avec **cuisinière, réfrigérateur** et deux **micro-ondes**, d'une petite salle avec **table de baby-foot, table de hockey** et **table de ping-pong**, d'une **minichaîne stéréo** et d'un **téléviseur**.

En louant la salle du CRSG durant l'hiver, vous avez également **accès à la patinoire extérieure**.

### **TARIFS**

4 heures et moins : **60 \$**

Plus de 4 heures : **100 \$**



Pour réserver, vous devez contacter la coordonnatrice aux loisirs, Marianne Jobin-Théberge, au 819 396-0151 / [coord.crsg@gmail.com](mailto:coord.crsg@gmail.com)



Parce que c'est la saison et que c'est tout bon :

## La quiche musquée (butternut) aux épices

Il vous faut: une courge moyenne de 1kg environ, 3 œufs, 3/4 de tasse de farine, 1 c à s de levure sèche, 1 tasse de parmesan râpé, 1 tasse de gruyère râpé (ou suisse, cheddar...), vos épices préférées (gingembre, ras-el-hanout, curry, cumin), 3/4 de tasse de crème 15% ou de soja de cuisson belsoy.

- Préchauffez le four à 350F.
- Faites cuire la courge épluchée et coupée en dés 20min à la vapeur. Personnellement, je préfère la couper en 2, la huiler et la mettre au four 45 min avec une gousse d'ail dans chaque moitié, côté chair sur la plaque. Il ne reste qu'à récupérer la chair.
- Mixez la chair au robot.
- Dans un bol, versez la farine, ajoutez la levure, une pincée de sel, 1 c. à s. d'épices et le parmesan.
- Ajoutez les œufs, la crème et l'autre fromage, tout en en gardant un peu pour saupoudrer le dessus. Mélangez bien.
- Versez la purée de courge, mélangez à nouveau.
- Versez dans un plat à gratin rond ou carré, couvrez avec le fromage restant.
- Au four 40 min puis au grill 5 min en surveillant!
- Accompagnez d'une salade de chou rouge mayonnaise et de votre vin blanc préféré!



Bon appétit!



Par Evelyne Sabourin

## Campagne de Financement

# Vente<sup>de</sup> Chips



Cette année la vente de chips au profit de l'école St-Guillaume se fera de la même façon que l'an dernier. Vous devez passer votre commande préalablement. L'argent amassé servira à financer plusieurs activités au cours de l'année scolaire.

### Saveurs de Chips:

- |                     |                        |
|---------------------|------------------------|
| ✓ Ordinaire         | ✓ Ketchup              |
| ✓ Ordinaire Ondulée | ✓ Sel et Vinaigre      |
| ✓ BBQ               | ✓ All Dress            |
| ✓ BBQ Ondulée       | ✓ Bâtonnets au fromage |

### TARIFS:

- Trio (3 sacs) = 6.00\$
- Demi-caisse (8 sacs) = 15.00\$
- Caisse (16 sacs) = 25.00\$

Vous devez passer votre commande **avant vendredi 22 novembre 2019** auprès d'un élève ou d'un parent bénévole.

La cueillette de votre commande se fera vendredi le 6 décembre 2019 au gymnase de l'école de 13h00 à 18h00.

### Pour commander veuillez contacter :

Joanie Roy : Tél : 819 396-3273 • Email : galujo@live.ca ou Claudie Guilmain : Tél : 819 596-4150



# Recette secrète



Crème brûlé  
à la citrouille



<https://www.ricardocuisine.com/recettes/3734-creme-brulee-a-la-citrouille>

**PRÉPARATION** 15 MIN  
**CUISSON** 1 H  
**RÉFRIGÉRATION** 4 H  
**PORTIONS** 6

## INGRÉDIENTS

6 minicitrouilles d'environ 12 cm (4 1/2 po) de diamètre et de forme plate  
430 ml (1 3/4 tasse) de crème 35%  
125 ml (1/2 tasse) de sucre  
60 ml (1/4 tasse) de purée de citrouille cuite (maison ou en conserve)  
4 jaunes d'œufs  
2,5 ml (1/2 c. à thé) d'extrait de vanille  
1 pincée de cannelle moulue  
1 pincée de muscade moulue  
1 pincée de gingembre moulu  
1 pincée de clou de girofle moulu  
Sucre pour caraméliser



## PRÉPARATION

Placer la grille au centre du four. Préchauffer le four à 170 °C (325 °F).

À l'aide d'un couteau, retirer la calotte des citrouilles. Avec une cuillère parisienne, retirer les graines en grattant jusqu'à ce que la surface intérieure soit lisse. Réserver.

Dans une casserole, porter à ébullition la crème et la moitié du sucre.

Dans un bol, mélanger la purée de citrouille, le reste du sucre, les jaunes d'œufs et les épices. Ajouter la crème chaude en fouettant. Passer au tamis et verser dans les citrouilles.

Cuire au bain-marie. Pour ce faire, déposer les citrouilles dans un plat de cuisson, mettre au four et y verser de l'eau chaude jusqu'à la mi-hauteur des citrouilles. Cuire au four environ 55 minutes ou jusqu'à ce que le flan soit légèrement ferme. L'eau ne doit pas bouillir, elle doit à peine frémir.

Laisser tiédir. Couvrir d'une pellicule de plastique et réfrigérer pour refroidir complètement, soit environ 4 heures. Saupoudrer de sucre et caraméliser rapidement à l'aide d'une torche à souder ou d'un petit brûleur à gaz conçu pour la cuisine.

Servir immédiatement.



**Les Festins Gitans**  
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



**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

# SPÉCIAL #1

FESSE COURTE

Catégorie A1, rouge, environ 100 lbs

Comprend : *Pointe de surlonge* : steak, cubes, brochettes, ros bif.

*Ronde* : steak attendri

*Oeil de ronde* : steak français ou fondue chinoise

*Bas de ronde* : ros bif français, steak haché maigre, os à soupe

399\$  
/LB

# SPÉCIAL #2

BOEUF HACHÉ MAIGRE

Catégorie A1, rouge, 20lbs et +

Comprend : Boeuf haché maigre emballé sous vide à votre goût

499\$  
/LB

# SPÉCIAL #3

LONGE DE PORC

Désossé • 4,29\$/lb  
Avec os • 3,29/lb

# SPÉCIAL #4

POULET DE GRAIN

Poulet de grain, 6 à 8 lbs, 3 et +

299\$  
/LB

Heures d'ouverture :

Dimanche et lundi : FERMÉ

Mardi au vendredi de 8 h à 18 h

Samedi de 8 h à 17 h

SAUCISSES MAISON



PÂTÉS FAITS SUR PLACE

Poulet, tourtière, saumon, mexicain.



FONDUE CHINOISE FRAÎCHE

## CHAUDIÈRE DE VIANDE MARINÉE

- STEAKS MARINÉS
- FILETS DE PORC MARINÉS
- CÔTELETTES DE PORC MARINÉES
- POITRINES DE POULET MARINÉES

CHOIX DE MARINADES :

- ÉRABLE, POIVRE ET CHIPOTLÉ
- POIVRONS RÔTIS ET TOMATE
- STEAK HOUSE - ORANGE ET CANNEBERGES
- TROIS POIVRES - HERBES PROVENÇALES

SPÉCIAUX CHAQUE SEMAINE EN MAGASIN  
TÉLÉPHONEZ-NOUS !



# Boucherie Richard Viens

96, rue Principale, Saint-Guillaume • 819 396-2622

ROBERT TESSIER, PROPRIÉTAIRE *Suivez-nous*



# Suggestions

de lecture de Diane T.



## Les choix de Diane :

### Le fardeau de Jacob par Lise Bergeron

Jacob reçoit une voiture pour ses 17 ans. Jeune homme sérieux et équilibré, il saura sûrement être prudent au volant de son nouveau bolide. Un soir, il se rend à Québec avec sa nouvelle flamme et son meilleur ami Zack. Cette nuit-là, une tragédie se produit! La vie de Jacob change suite à cet événement. Comment le jeune homme et sa famille vont-ils gérer le reste de leur vie?



### Souvenir d'une promesse par Sarah Mitchell

À la mort de leur père, Martha Rodwell et sa sœur trouvent des lettres adressées à une certaine Cathins. Leur père avait-il une maîtresse et cela avant la mort de leur mère? Martha décide de faire le voyage prévu par leur papa avant sa mort. Pourquoi a-t-il loué en secret une petite maison au bord de la mer, à Norfolk au Royaume-Uni? L'endroit est très différent de son Canada natal. En parallèle, l'auteur nous raconte une histoire qui se passe pendant la guerre en 1940. Est-ce que ces deux histoires seraient liées? Un livre très bien, inspiré de la propre histoire familiale de l'auteur.



## Le choix de Francine :

### L'enfant de Garland Road par Pierre Simenon

Kevin vit très mal le deuil de sa femme Nicole. Péniblement, il élève seul sa fille Nora. Quand celle-ci part pour l'université, il n'a qu'une envie : en finir. Un drame vient changer sa vie. Sa belle-sœur et son beau-frère sont assassinés et il doit prendre en charge son neveu David. Qu'advient-il de ces deux blessés par la vie? Comment vont-ils s'en sortir? Francine a beaucoup aimé ce livre, assez pour amputer une partie de sa nuit!



### Le choix de Laure-C : Cœur d'Encre, Sang d'Encre et Mort d'encre (trilogie) par Cornelia Funke

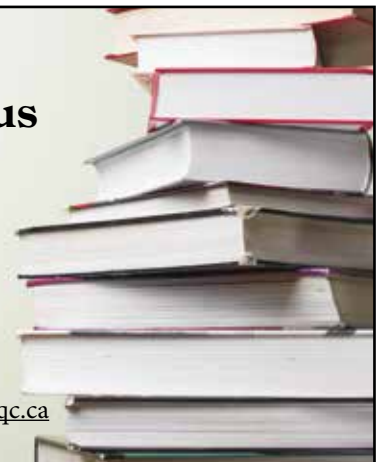
Coeur d'Encre est l'histoire en trois parties d'un homme qui a l'habileté d'échanger des personnages de livre contre les gens qui l'entourent dans le monde physique. Accompagné de sa fille, il tente de retrouver un livre rare dans l'espoir de pouvoir retrouver sa femme qui y a disparu il y a plusieurs années et d'y retourner les personnages qui en sont sortis. Même si les livres ont un ton légèrement enfantin et sont très fantastiques, l'univers que construit Cornelia Funke est aussi réaliste et fascinant. Elle réinvente les archétypes de "méchant/gentil" tout comme elle réinvente les mondes féériques pour qu'ils soient brutalement familiers. Une trilogie qui sera grandement appréciée des amateurs de littérature, peu importe leur âge.



## Pour nous joindre

Mardi : 14h30 à 16h30  
19h00 à 20h30  
Mercredi : 19h00 à 20h30  
Samedi : 10h00 à 11h30

Tél.: 819 396-3754  
[biblio087@reseaubibliocqlm.qc.ca](mailto:biblio087@reseaubibliocqlm.qc.ca)





# La Grande Guignolée 2019

*15 ans cette année*

Le Comité des paniers de Noël est déjà en action afin de poursuivre cette œuvre de partage et d'entraide.

Pour une **quinzième année consécutive**, une équipe d'amis et de frères chevaliers s'impliqueront pour réaliser « **La grande Guignolée 2019** », en sillonnant les rues et les rangs de notre municipalité, **le dimanche 1<sup>er</sup> décembre de 9h30 à 19h00** environ, au moyen de voitures décorées aux couleurs et lumières du temps des fêtes. Par mesure de sécurité routière, nous invitons les résidents de la route 122 à venir porter leurs dons ou denrées au presbytère de Saint-Guillaume, les après-midis, du lundi au jeudi, entre 13h00 et 16h00, car les voitures ne passeront pas

chez eux. L'invitation est lancée aussi aux personnes absentes de leur résidence cette journée du 1<sup>er</sup> décembre.

Les personnes intéressées à faire partie du groupe de bénévoles pour la cueillette des denrées et argents sur les voitures, en cette journée de la Grande Guignolée, sont priées de communiquer directement avec Nicolas Lamontagne, Michel Vallée et Dominic Doyon sur leurs messageries « Facebook » ou avec Serge Vallée par téléphone (819 396-3698), pour une meilleure coordination.

Tous ces biens recueillis seront accumulés au local du Conseil 4335 des Chevaliers de Colomb jusqu'au

jour de leur distribution sous forme de paniers de Noël, le samedi 21 décembre.

Nous vous remercions à l'avance pour votre grande générosité et profitons de l'occasion qui nous est donnée pour vous souhaiter à tous un très joyeux temps des Fêtes.







Crédit photos : Marie-Annick Auclair. [www.mrcdrummond.qc.ca](http://www.mrcdrummond.qc.ca)



Crédit photos : Alicia Hénauld



Crédit photo : Marie-Hélène Gravel

Nous nous sommes mariés au plus beau jour du printemps, soit le 1<sup>er</sup> juin 2019, dans notre magnifique Église de St-Guillaume.

*Dominic Doyon et Josiane Dauphinais*







# St-Guillaume en photos







# Soyez **SPORT**



## Choisir de saines habitudes de vie au quotidien

La chronique « Soyez Sport » met en lumière, depuis 2016, les gens actifs de Saint-Guillaume et, par le fait même, a pour objectif d'inspirer la population à adopter de saines habitudes de vie au quotidien.

Jusqu'à présent, plusieurs sportifs et athlètes d'ici et d'ailleurs nous ont dévoilé leurs parcours et partagé leurs rêves les plus fous!

### **La Course du p'tit frais, découverte de gens inspirants...**

Lors de la 5<sup>e</sup> édition de la Course du p'tit frais des gens de tous les âges se sont réunis dans notre merveilleux village pour courir ou marcher ensemble et cela m'inspire énormément.

Les organisateurs de l'événement ont un profond désir de promouvoir les saines habitudes de vie. Ils sont passionnés et dévoués pour la communauté. Merci pour votre grande implication!

J'ai eu la chance de courir et discuter avec les deux invités d'honneur, Frédéric Plante et Nathalie Bisson.

### **Nathalie Bisson, Le Pace du Bonheur...**

L'histoire de Nathalie Bisson m'inspire énormément. Je l'a connaissais déjà un peu grâce à Facebook mais après avoir lu son livre *Le Pace du Bonheur*, j'y ai découvert une femme persévérante, courageuse et lumineuse avec une détermination de feu. Après avoir reçu un diagnostic de polyarthrite rhumatoïde sévère, maladie auto-immune et dégénérative chronique, elle a déjoué les pronostics en prenant d'assaut le siège de vélo et les souliers de course.

Le sport est devenu son principal allié. Depuis, elle a réalisé plusieurs marathons et elle est plus vivante que jamais!

Originaire de Québec, elle est venue courir avec nous, ses 3 petits-enfants et son amoureux. Elle porte



en elle l'espoir, le courage, la détermination, la fierté d'inspirer sa famille et de vivre pleinement sa vie. Elle court maintenant à l'allure du *PACE du Bonheur* et elle a remplacé le mot performance par constance, endurance et persévérance. Elle est à l'écoute de son corps et pratique la course pour le plaisir sans chronomètre. Elle marche, elle court, elle prend le temps d'admirer les paysages et de remercier les bénévoles! Avec elle, à la Course du p'tit frais, plusieurs adeptes du *Pace du Bonheur* ont couru chez nous à travers nos beaux champs de maïs! Elle est une source d'inspiration incroyable pour des centaines de nouveaux adeptes de la course à pied!

### **Un pas à la fois vers un objectif**

Pour ma part, ayant toujours été sportive, j'ai la chance d'avoir la santé et pratiquer la course à pied fait partie intégrante de ma routine hebdomadaire. Pour d'autres c'est le vélo, la marche, le yoga, la natation, le cross-fit, la danse, la randonnée pédestre, le ski alpin, le hockey, le tennis, l'entraînement au gym, le golf, l'aqua forme, la boxe et j'en passe!

Je crois qu'il est primordial de se trouver une activité sportive qui nous fait bouger, dégourdir les articula-



tions et se sentir vivant afin d'être en santé physiquement et mentalement. Il ne faut jamais mettre la faute sur « j'ai pas le temps », « je ne suis pas flexible », « je n'ai jamais fait de sport », « je suis fatigué », etc.

Nathalie m'a dédié son livre en m'écrivant :

*"Célèbre-Toi ! You are a finisher!"*

Le 13 octobre dernier, j'ai réalisé mon 2<sup>e</sup> marathon à Québec avec beaucoup d'émotions et une dénivelation à couper le souffle! Avec 6 mois d'entraînement où chaque jour, j'ai pris le temps de m'entraîner, j'ai montré l'exemple à mes enfants et j'ai opté pour de saines habitudes de vie; une grande fierté m'envahit! Je me suis fixé un objectif et ainsi, tranquillement et sûrement, je suis allée jusqu'au bout, un pas à la fois!

À sa propre cadence, chaque individu a le choix de prendre sa santé en main et de changer ses habitudes pour le mieux. Il n'y pas d'âge, pas d'excuses mais seulement de bonnes décisions. Lorsque l'on bouge au quotidien, on découvre le meilleur médicament au monde : l'endorphine du BONHEUR!

Mélanie Rochefort



## MERCI!

*Merci pour votre participation à notre course le 28 septembre dernier. Un immense merci aussi aux bénévoles qui se dévouent chaque année pour vous offrir un événement agréable.*

*Cette année nous avons eu la visite de 2 personnalités du monde de la course à pieds au Québec. Tout d'abord Nathalie Bisson fondatrice du groupe des adeptes du Pace du bonheur et Frédéric Plante coureur émérite et animateur du 5 à 7 à RDS. Tous les deux ont apprécié leur visite dans notre village et promettent d'y revenir.*

*Cette année c'est 375 personnes qui se sont inscrites à La course du p'tit frais. Les fonds amassés sont tous remis au Centre récréatif de St-Guillaume. Cette année le comité organisateur de La course du p'tit frais, Jean-François Gauthier, Marie-France Bégin, Jonathan Rondeau, Brigit McGarr et Hugo Tremblay, ont fait l'achat de 20 arbres qui ont été plantés sur le terrain du Centre récréatif.*

**Merci également à nos partenaires :**

**Fromagerie St-Guillaume-Coop Agrilait (Francine Côté-Dominique Laforce)**

**Amusement Drummond (Jonathan Rondeau)**

**F. Dugas Électrique (François Dugas-Josée Labonté)**

**Techno Chauffage (Éric Fafard)**

**Hénault Assurances (Benoit Hénault-Marie-Ève Perreault)**

**Banque Nationale (Johanne René)**

**Municipalité de St-Guillaume (Alain Laprade-Yannick Roy-Robert Julien-Karine Trudel)**

**Premiers répondants de St-Guillaume (Gisèle Roy-Christian Blanchette)**

**Pompiers volontaires de St-Guillaume (Michel Brouillard-Karl Gladu)**





Maintenant pourvu d'une borne électrique, le siège social de la Caisse Desjardins des Chênes à Saint-Germain-de-Grantham contribue au virage vert du Mouvement Desjardins!



Vignette de la photo, de gauche à droite :

Christian Gagnon, Caisse Desjardins des Chênes; Serge Barrette, Caisse Desjardins de l'Est de Drummond; Sylvain Paquin, Service Signature Desjardins Centre-du-Québec; Michel Grenier, Caisse Desjardins Godefroy; Denis Girard, Caisse Desjardins de Nicolet; Alain Huot, Desjardins Entreprises Centre-du-Québec; Benoît Bélanger, Caisse Desjardins des Bois-Francis, René Lamothe et Paul Gagné, Caisse Desjardins de Drummondville. Absents de la photo : Yvan Béliveau, Caisse Desjardins de Gentilly-Lévrard-Rivière du Chêne et le représentant de la Caisse Desjardins de L'Érable.

## AVANTAGES MEMBRES DESJARDINS



**LASIK MD**  
VISION

**RABAIS DE 200 \$**  
sur correction de la vue au laser personnalisée



ENSEMBLE  
PASSIONNÉMENT  
TRICOLERE

**20 \$ DE RABAIS**  
sur des billets du Tricolore



**COOK IT**

**50 % DE RABAIS**  
sur votre première commande

 **Desjardins**  
Caisse des Chênes

Tél.: 819 395-4228  
Sans frais : 1 877 865-4228  
Services AccèsD : 1 800-CAISSES (1 800 224-7737)  
[desjardins.com/caissedeschenes](http://desjardins.com/caissedeschenes)

**facebook**



René  
Cadieux

Chronique

# Spécialité



La franchise The Legend of Zelda a su gagner le coeur de plusieurs amateurs depuis des années. L'un des titres qui a servi à charmer ce public fut le jeu The Legend of Zelda, Link's Awakening lancée en 1993, sur la GameBoy, une petite console portable du géant Nintendo. Ce dernier met en vedette Link, mais cette fois, la princesse Zelda n'est pas dans le décor. En fait, vous ne devrez pas tenter de sauver le Royaume d'Hyrule, vous devrez plutôt découvrir le mystère qui repose sur une étrange île. C'est donc sur l'île de Cocolint que s'échoue notre héros, et c'est ainsi que débutera votre aventure.

26 ans plus tard, voilà que Nintendo a décidé de refaire le titre. Cette fois, c'est avec une version identique, mais améliorée au goût du jour que les joueurs pourront s'amuser à ce jeu offert exclusivement sur Nintendo Switch et Nintendo Switch Lite. Est-ce que The Legend of Zelda, Link's Awakening est toujours aussi super à jouer qu'il l'était jadis. La réponse est oui et voici pourquoi.

Tout d'abord, vous devez savoir que ce nouvel opus (pas si nouveau que ça, mais bon) vous plonge dans un univers dans lequel Link n'a pas réussi à vaincre le méchant Ganon. De plus, si vous aviez fait l'aventure sur GameBoy, sachez que vous allez vivre la même aventure, car le jeu est identique sur presque tous les aspects. Certes, le titre a été amélioré visuellement, et ce, en utilisant un look "cartoon". En fait,

The Legend of Zelda, Link's Awakening est tout simplement super à regarder. Comme ce fut le cas sur le GameBoy, le jeu est en vue du dessus. La musique de type "chiptune" 8-bit (musique électronique composée avec des consoles ou un ordinateur) laisse place à une musique plus orchestrale qui s'adapte mieux à ce chef-d'oeuvre.

Au niveau de l'histoire, eh bien, si vous avez joué le titre en 1993, vous n'aurez aucune surprise, car le jeu est identique. Dans celui-ci, Link fera la rencontre de nouveaux personnages dont Marine et son père Tarin. Il sera également aidé par un vieil homme qui lui donnera des conseils via un téléphone ainsi qu'un Hibou qui vous donnera quelques indices afin de progresser dans votre aventure. Vous devrez donc explorer l'île afin de terminer les multiples missions des habitants. Vous irez bien sûr faire l'exploration de donjons et affronter de méchants "boss" qui tenteront de se mettre sur votre chemin. Vous devrez aussi trouver des armes et des items afin de réussir vos missions. Il vous faudra plus d'une quinzaine d'heures pour venir à bout de ce titre.

The Legend of Zelda, Link's Awakening est un jeu facile de prise en main, mais qui demande beaucoup de patience, car on ne vous prend pas par la main pour vous conduire aux différents endroits à explorer. Toutefois, vous aurez un plaisir fou à explorer les divers environnements ainsi que les donjons

qui se dresseront sur votre chemin. Comme ce fût le cas avec les versions GameBoy et GameBoy Color, cette aventure est tout simplement superbe à découvrir.

Il y a toutefois quelques bémols. Tout d'abord, on note une chute de "frame-rate", ou, si vous préférez un décalage qui fera ralentir votre aventure. N'ayez crainte, rien pour venir gâcher votre expérience. On peut également ajouter l'éditeur de donjon à la liste des bémols. En fait, il est beaucoup trop limité et ne nous permet que de placer des salles sans pouvoir les organiser à notre goût. J'aurais aimé beaucoup plus de liberté ou bien un mode qui ressemble plus au jeu de création Super Mario Maker 2. Le prix de l'expérience peut aussi être un aspect qui peut rebuter quelques joueurs, car plusieurs amateurs trouveront que de payer 91 \$ pour un titre qui s'avère être identique à celui de 1993, c'est cher pas mal. Cependant, le jeu vaut chaque dollar demandé. Si vous aimez l'univers de Zelda ce jeu est un plus à ajouter à votre collection.

En conclusion, si vous avez envie d'une expérience The Legend of Zelda à son meilleur, Link's Awakening est un titre parfait pour vous. C'est donc avec une charmante histoire; un visuel tout simplement sublime; une bande-son mélodieuse ainsi qu'une aventure presque parfaite que vous serez séduit par ce merveilleux "remake".



# La Fromagerie St-Guillaume s'offre une cure de rajeunissement!

**La Coop Agrilait est heureuse de présenter la nouvelle image de marque des fromages St-Guillaume et d'annoncer, par la même occasion, le lancement du tout nouveau site [Webstguillaume.com](http://Webstguillaume.com). La distribution des nouveaux emballages aux détaillants a débuté en octobre dernier.**

Actuellement, il est essentiel pour l'entreprise d'avoir une image de marque clairement identifiable et de la faire évoluer au fil du temps. Cela permet à la Fromagerie St-Guillaume de continuer d'être perçue favorablement par le public, en plus de se démarquer au sein d'un marché compétitif en constante évolution.

## **Un partenaire de confiance!**

Pour moderniser l'image de marque et créer un nouveau site Web, l'équipe a travaillé en étroite colla-

boration avec Larouche Marketing Communication.

Pour préserver les acquis tout en se mettant au goût du jour, une grande importance a été accordée à :

- La conservation de l'inimitable signature du *P'tit Frais* et du légendaire bleu St-Guillaume associé aux cheddars frais du jour, en grains et en blocs;
- L'ajout du logo *Lait canadien* (vache bleue) sur tous les produits admissibles;
- L'ajout d'une mention claire pour bien identifier les fromages sans lactose.

## **Nouvelle signature publicitaire**

*Le frais fromage* est la nouvelle signature publicitaire qui accompagnera les publications de la fromagerie. Trois petits mots, bien accrocheurs,

qui mettent rapidement en valeur la grande qualité des fromages ainsi que l'imbattable fraîcheur des grains de cheddar *Le P'tit Frais*, porte-étendard de la Fromagerie St-Guillaume depuis 1940.

## **Nouveau site Web, un must!**

La création du nouveau site [Webstguillaume.com](http://Webstguillaume.com) réservé exclusivement à la Fromagerie St-Guillaume s'imposait! Adapté aux réalités numériques d'aujourd'hui, le nouveau site Web a été conçu en format « responsive » pour s'afficher de façon optimale sur tous les médiums (tablette, téléphone intelligent, ordinateur de bureau, etc.). Simple, pur, organisé et moderne, comme nos nouveaux emballages, le site offre maintenant une meilleure expérience et de l'information claire aux utilisateurs.



ST-GUILLAUME  
FROMAGERIE

Le *frais* fromage



## Préparez votre maison pour la saison froide

Passez chez votre quincaillerie BMR pour trouver tout ce dont vous avez besoin et pour profiter des promotions suivantes



# BMR

Offre valide jusqu'au 15 novembre 2019

Cette offre est limitée à un maximum de 10 cartes-cadeaux BMR de 50\$ chacune pour chaque client propriétaire ou client entrepreneur.

ACHETEZ POUR  
**250\$**

D'ISOLANT EN FIBRE DE VERRE BMR  
OU D'ISOLANT ROSE FIBERGLAS® ECOTOUCH®  
OU D'ISOLANT EXPANSIF EN FIBRE DE VERRE  
SOUFFLÉ ATTICAT® DE OWENS CORNING®  
ET RECEVEZ UNE  
**CARTE-CADEAU BMR DE 50\$!**

**ROCKWOOL®**

**Achetez 5 sacs de l'isolant ROCKWOOL MC\*  
et recevez une remise postale de 45\$**

Achetez 5 sacs de produits d'isolation ROCKWOOL SAFE'n'SOUND<sup>MD</sup>, COMFORTBATT<sup>MD</sup> et/ou COMFORTBOARD<sup>MC</sup> 80 chez un détaillant participant et envoyez cette demande de remise postale et la preuve d'achat pour recevoir un chèque de remise de 45\$.

L'offre est valide jusqu'au 30 novembre 2019.



		HEURES D'OUVERTURE						
		Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
LA FROMAGERIE <b>St-Guillaume</b> CENTRE D'INTERPRÉTATION	Fermé		10 h	10 h	10 h	10 h	10 h	11 h
			17 h 30	17 h 30	17 h 30	17 h 30	17 h 30	17 h 30
Cheddar en grains chaud du bassin à compter de 12 h 30, sauf le samedi Pour toute information, contactez-nous au 819 396-2022 poste 275								





**Nous avons tout ce qu'il faut  
sur place pour promouvoir  
votre entreprise!**

**LETTAGE | IMPRIMERIE  
BRODERIE | SÉRIGRAPHIE  
ARTICLES PROMOTIONNELS  
COPIES DE PLANS**

*Services offerts à  
une clientèle diversifiée :*

- **Commerciale**
- **Industrielle**
- **Résidentielle**

1007, rue d'Acton  
Acton Vale, Qc J0H 1A0

**[www.sercost.com](http://www.sercost.com)**

## **Services Offerts**

Infographie, conception visuelle, service à la clientèle, installation sur place, copies de plans, flexographie, papeterie, étiquettes en rouleau, broderie, sérigraphie, publicité sur écran et articles promotionnels.

### **Lettrage et vinyle**

Nous tenons un grand choix de vinyles couleurs. Nous imprimons également en couleur et sur vinyle perforé (permet de voir uniquement de l'intérieur). Il n'y a pas de limite de grandeur.

### **Impression de tout genre**

D'une qualité durable, notre pellicule de protection est résistante à l'eau et aux rayons UV permettant la longévité des produits.

### **Supports spéciaux**

Nous offrons toute une série de produits de présentation pour bien mettre en valeur votre entreprise.

### **Articles promotionnels**

Nous avons un vaste choix d'articles promotionnels pour vous permettre de faire la promotion de votre entreprise.

### **Imprimerie**

Notre département «imprimerie» offre la possibilité de répondre au mieux, à tous vos besoins de papeterie.

### **Broderie et sérigraphie**

Vous voulez donner une touche professionnelle à votre entreprise ? Nous adapterons votre image pour l'application sur des vêtements et accessoires.

### **Publicité sur écran**

Nous diffusons vos annonces sur écran publicitaire dans différents endroits publics.

**Tout est possible...**

**Simplement nous faire connaître vos besoins !**

**450 546-4771**

**[info@sercost.com](mailto:info@sercost.com)**

Imprimeur de votre  
Info Saint-Guillaume

# Parlons YOGA avec Marie-Eve



## Petit lexique de yoga

Avez-vous déjà eu l'impression que vous ne parlez pas toujours la même langue que votre professeur de yoga? C'est ce qu'une amie m'a expliqué dernièrement en m'avouant qu'elle ne comprenait pas toujours les mots à consonance exotique utilisés par son enseignant pour la guider... Si vous avez parfois l'impression de vous perdre un peu dans l'univers du yoga, voici l'explication de quelques termes yogis qui pourraient vous servir.

## Le sanskrit

Le yoga provient de très anciens textes sacrés (les Vedas) tout d'abord transmis de façon orale. Même s'il est très difficile de dater l'origine des premiers textes écrits, certains experts s'entendent pour dire que les enseignements contenus dans les Vedas ont été écrits vers le XV<sup>e</sup> siècle av. J.-C. On pourrait comparer grossièrement le sanskrit au latin. C'est une langue qui n'est plus parlée aujourd'hui, mais elle a profondément influencé les langues du nord de l'Inde, comme l'hindi, le bengali ou le népalais. La terminologie du yoga provient de cette langue ancienne ou la vibration des mots est aussi importante que la signification.

## Namasté

Namasté est le salut employé dans le yoga. C'est un geste qui envoie un message de spiritualité pacifique à l'univers dans l'espoir de recevoir un message positif en retour. La plupart des pratiquants disent namasté comme un moyen de remercier l'enseignant. C'est un signe de gratitude, de bienveillance et de paix. La signification plus exacte est la suivante : « Mon âme salue ton âme. En toi, je salue cet espace où réside l'univers entier. En toi, je salue la lumière, l'amour, la beauté, la paix

parce que ces choses se trouvent aussi en moi. Parce que nous partageons ces attributs, nous sommes reliés, nous sommes semblables, nous ne sommes qu'un. »

## Prana

Le prana est la source de vie. Le souffle vital qui nous traverse et qui anime tout. Il nous donne cette impression de vitalité lorsque l'on se déplace; nous fait sentir ressourcés, apaisés, et emplis d'énergie à nouveau. Le prana est en nous, autour de nous, dans ce que l'on mange, il nous anime et nous permet d'être.

## Mantra

Un mantra est une syllabe ou une série de syllabes ou de mots répétés de façon continue et avec rythme. Un mantra est constitué de paroles ou de sons sacrés qui sont investis du pouvoir de protéger, purifier et transformer l'individu qui le répète. On pourrait également définir un mantra comme une phrase qui aide à la méditation, le son du mantra permettant la concentration.

## AUM

Le mantra Aum (ou Om) est une syllabe sanskrite que l'on retrouve dans plusieurs religions. Traditionnellement, on dit que c'est le mantra « primordial » ; le son originel à partir duquel l'univers aurait été structuré. Il se dit généralement 3 fois en ouverture d'un cours et à la fermeture. Aum provient de la fusion des syllabes A, U et M. A représente le commencement, la naissance; U représente la continuation, la vie, et M représente la fin, la mort.

## Shanti

Shanti signifie paix, calme, sérénité. Il est parfois prononcé en fin de cours (sous forme chanté) pour diffuser les effets positifs de la pratique.

## Mudra

Les mudras sont des signes, des gestes ou des positions symboliques qui modifient la force vitale dans le corps. Le terme "mudra" signifie "sceau". Si on le décompose: "mud": joie et "ra": déclencher. Le mudra serait donc un sceau qui apporte la joie! Grâce aux mudras, on peut diriger le prana vers les différentes parties du corps, on apprend à maîtriser les énergies intérieurement afin qu'elles aient un réel effet bénéfique sur le corps; l'esprit et l'âme. Le Jnana Mudra (ou le chin mudra) est sûrement le plus connu de tous. Unir le pouce et l'index éveille la connaissance, l'aboutissement de l'union de la relation de l'individu avec l'univers. Ce mudra aide à atteindre le calme et la concentration. Il se pratique dans la méditation, les postures et dans certains pranayamas.



## Chakras

Les Chakras, qui signifient roue en sanskrit, sont des centres spirituels ou énergétiques. Le corps humain contient sept chakras qui sont répartis entre la base de la colonne vertébrale jusqu'au dessus de la tête. Ils influencent notre activité à travers le fonctionnement des glandes endocrines. Ces glandes affectent le fonctionnement de notre corps, de notre équilibre mental et de notre intégrité émotionnelle. Les chakras forment la base de la médecine Ayurvédique vieille de 5 000 ans.

J'espère que cette lecture vous aidera à mieux comprendre les termes utilisés dans votre cours de yoga et au final, de mieux apprécier votre pratique dans sa globalité!



# La chronique ZÉRO DÉCHET

## Consommer de façon responsable

Myrtille Lambert



### Qu'est-ce que le zéro déchet?

La salle de bain a beau être la pièce la plus petite de la maison, il n'en reste pas moins que c'est LA pièce qui produit presque le plus de déchets! Que ce soit les produits de beauté, l'hygiène féminine, les bouteilles qui tapissent notre douche ou les produits qui débordent des tiroirs sous les lavabos, ça en fait... Alors bonne nouvelle : comme pour quasiment tout, il y a des alternatives à tous les produits de la salle de bain et qui ne font PAS de déchets! Cependant, il faut trouver SES produits, ceux qui te feront à toi. Chacun est différent (type de peau, type de cheveux...) donc les produits qui sont gagnants pour moi ne le sont pas nécessairement pour un/une autre.

Je vais aborder dans la chronique de ce mois-ci, 8 changements majeurs à apporter et qui font toute une différence dans la poubelle de la salle de bain! Petit scoop : dépendamment de ce que vous faites comme changements, vous pourrez la faire disparaître d'ailleurs...

#### **Brosse à dents et dentifrice :**

Un humain qui se respecte, va utiliser en moyenne 300 brosses à dents dans toute sa vie. Une brosse à dents classique n'est ni biodégradable, ni recyclable. C'est direct à la poubelle! En revanche, la brosse à dents en bambou est complètement biodégradable. Elle ne crée donc aucun déchet. Elles sont faciles à trouver en magasin proposant des produits en vrac ou zéro déchet.

Pour le dentifrice, il y a plusieurs options : achat en vrac ou le faire soi-même. Pour le "faire soi-même", il y a de très bons produits qui sont équivalents sinon mieux, pour les dents et les gencives que les dentifrices classiques. Certaines personnes se brossent les dents avec seulement de l'huile de coco (prévient la carie

et la plaque, blanchit les dents) et c'est même approuvé par certains dentistes pour les personnes ayant une bonne hygiène dentaire. Sur le site internet " Les trappeuses", il y a de la bonne documentation sur le sujet et des recettes pour qui veut se lancer dans le " faire soi-même".

#### **Shampoings, revitalisants et gels douche :**

Tellement une quantité faramineuse de bouteilles que produisent le soin de notre corps... chez nous, jusqu'à il y a plus d'un an, c'était environ 2 à 3 bouteilles par mois qui finissaient dans la poubelle.

Là encore, deux options : solide ou liquide. Dans les produits liquides en vrac faciles à trouver, il y a la marque Oneka (utilisation première d'extraits de plantes et d'herbes certifiés biologiques et récoltés à l'état sauvage servant à nourrir les cheveux et le corps sans utiliser de sulfates, parabènes ou parfums synthétiques); la marque Attitude qui propose des emballages vrac 4l à emporter. Ce n'est pas parfait, mais c'est toujours mieux que les bouteilles de 300 ml (de nombreux produits corporels contiennent des contaminants cancérigènes, des mutagènes et des perturbateurs endocriniens qui sont encore tolérés; pas les leurs). Aussi, pour le soin du corps/ cheveux, il y a le savon gel de Bionature (offrir des produits nettoyants 100% naturels, performants et biodégradables). Donc, on amène nos bouteilles, on pèse nos contenants en arrivant au magasin de vrac ou pharmacie, on remplit (ou fait remplir) et on paye. Simple!

Pour les produits capillaires solides : alors là, attention! Il y a des produits qui ne valent rien et d'autres qui sont magiques. Perso, j'en ai utilisé quelques-uns et j'ai été plus que déçue, voire frustrée, de la majorité... je vous conseillerais les produits de "La sorcière capillaire" (shampooing

et ceux de "Lili blanc" (revitalisant). Je ne fais pas de promotion, je ne reçois pas d'argent pour écrire ces lignes; je vous conseille dans le seul but de vous faire gagner du temps et pour ne pas perdre vos sous pour rien.

Chez nous, nous n'utilisons plus que les produits solides pour les cheveux. C'est naturel, pratique, efficace, économique (je ne suis pas encore certaine... j'ai encore des calculs à faire) et c'est plus écologique encore que les produits liquides.

Au fait : les cheveux et les ongles, c'est biodégradable. Ils vont au compost, pas à la poubelle!

#### **Les oreilles :**

Il y a les cotons-tiges biodégradables (tige de bambou et coton pur) qui sont presque identiques à ceux utilisés habituellement, avec l'avantage qu'ils sont écologiques. Aussi, il y a ce que l'on appelle "Oriculi"; c'est un petit objet lavable en bambou, qui sert à nettoyer le conduit auriculaire, de la même façon qu'avec un coton-tige classique. L'avantage de ce produit, c'est qu'il est lavable donc, économique sur le long terme et implicitement plus écologique aussi.

#### **Produits d'hygiène féminine :**

Une femme va utiliser entre 10000 et 15000 serviettes hygiéniques/ tampons au cours de sa vie. Incroyable quand on voit le chiffre, non? Beaucoup connaissent maintenant la "diva cup" ou coupe menstruelle en silicone, qui est une bonne alternative écologique. Aussi, et bien sûr, il y a les serviettes lavables ou réutilisables. Plusieurs fabricants au Québec vendent en ligne et des détaillants en vendent dans leurs magasins. Généralement, ça fait peur à beaucoup de femmes... sérieusement, il n'y a pas de raison! Il y a de nombreux avantages, autres qu'écologique, à remplacer les serviettes hygiéniques jetables par des lavables : très économique, bien plus confortable, il n'y a pas de produits

cancérigènes/chimiques dans la confection de la serviette (souvent en coton bio ou en fibre de bambou bio). Le petit inconvénient qui pourrait être là est le lavage (et quand je dis "pourrait", c'est parce que ce n'est pas vraiment un inconvénient) : ça prend peut-être un peu plus de temps que d'avoir des serviettes jetables, mais les indications de lavages sont très bien indiquées au moment de l'achat et il y a des produits nettoyeurs et détachants "magiques", qui font que le lavage n'est absolument pas une corvée dans ce cas-ci.

#### **Maquillage :**

La femme moyenne applique environ 500 produits chimiques par jour, sur son corps... HOR-RI-BLE!! Il y a foule d'alternatives aux produits de beauté sur le marché. Des alternatives non seulement écologiques pour diminuer la quantité de déchets, mais surtout par rapport aux nombreux éléments chimiques, cancérigènes et perturbateurs endocriniens qui composent la majorité des produits que nous mettons sur notre peau. Personnellement, je n'utilise que du mascara pour ma routine de maquillage, alors j'ai dû me renseigner un peu plus pour étoffer ce sujet... Il y a 5 marques principales dont 2 qui sont québécoises et qui offrent des produits cosmétiques écoresponsables. Lush Cosmétiques, Les

Trappeuses, BKIND, Elate Cosmetics et Zao. Ce sont toutes des marques qui élaborent des produits cosmétiques écoresponsables et avec plusieurs des éléments suivants : sans emballage ou avec emballages écoresponsables/ recyclés et recyclables, sans cruauté, végane, zéro déchet, non toxiques, matériaux en bambou équitable, ingrédients bio, rechargeables, etc. À vous de voir quels sont les produits qui vous correspondent et qui reflètent le mieux vos valeurs profondes. Le petit "hic", c'est que ce sont des produits que l'on trouve essentiellement sur le net, donc en effectuant des commandes. Ce qui enlève du mérite à la démarche écoresponsable... mais je me permets de vous suggérer de demander souvent aux commerçants vrac et zéro déchet chez qui vous allez, pour proposer ces produits dans leurs magasins. Plus il y aura de demandes, plus il y aura de commerçants pour aller chercher ces produits à mettre en vente dans leurs établissements. Pour les lingettes démaquillantes, qui produisent énormément de déchets, il y a les lingettes lavables en coton bio, proposées dans la plupart des magasins zéro déchet. Gagnant pour les économies!

#### **Rasage :**

Pour les messieurs et mesdames qui utilisent les rasoirs pour le rasage,

bannissez les rasoirs jetables. Ils ne sont et ne seront jamais recyclés! Vous avez des rasoirs en acier qui possèdent une durée de vie bien plus longue et peuvent être recyclés en fin de vie. Les lames en acier inoxydables sont recyclables aussi. Encore une fois, en plus de diminuer les déchets, des économies en sus!

#### **Déodorants :**

Pour les déodorants, il y a deux alternatives : soit le faire soi-même (de très bonnes recettes disponibles sur les sites "Les Trappeuses" et "Dans le sac"), mais il y a aussi des déodorants en vente qui sont écoresponsables. Il y a l'option de recharge aussi. J'aime la marque Kali, qui vend le déo fait de produits naturels, et qui vend les recharges. Donc on élimine les emballages plastiques.

#### **Baumes à lèvres :**

Les baumes à lèvres, franchement, il y a bien mieux que ce qu'on trouve sur le marché en termes de qualité. Les baumes à lèvres écologiques sont plus chers, mais durent bien plus longtemps et au final, reviennent moins chers quoi! Les avantages majeurs : produits naturels, écologiques, zéro déchet (emballages biodégradables, souvent) et économiques.

Sources : L'escale verte - environnement. Les Trappeuses. Le blog bio.fr. Bionature. Oneka. Attitude.



**Services maintenant offerts**

# 24<sup>h</sup> / 24

**Aide, écoute et renseignements**

## 1 888 505-1010

**gaiecoute.org**



Pour les personnes concernées par la diversité sexuelle et de genre



# AUTO Roland

Marcoux



819 396-0066



Achat & Vente d'automobiles - Garanties pleines 1 mois à 12 mois  
Débosselage et peinture • Estimation gratuite  
Accrédité par la SAAQ

**Pensez à faire changer vos pneus!**

*Toute l'équipe vous servira  
dans une ambiance joviale*





## Un peu d'histoire

Par Serge Trinque



# Écologie... La suite



Il est souvent question du bouleversement climatique, pourtant récemment, nous émettions fort peu de gaz à effet de serre (GES).

Reportons nous aux années 1950 à l'époque de l'électrification des campagnes. Son installation sommaire privilégia l'éclairage: prises de courant pour une radio, une lampe ou deux ; pas encore d'outils électriques. Pour les électroménagers : grille-pain, fer à repasser et tout le tintouin; le poêle à bois avait tout pris en charge ; la cuisson et le chauffage aussi.

Les lampes à l'huile et le fanal sont encore à portée de main. En ville le temps des glacières achève ses jours. À la ferme on se souvient du caveau à légumes ou, à la cave, ce carré de sable qui conservait les carottes mieux qu'au frigo maintenant. On gardait la glace dans le brin de scie et la traite du soir dans le puits. Les horloges, montres et cadrans sont autonomes grâce à leur mécanisme.

**Le vent et l'eau.** Une éolienne sur toutes les étables pour pomper l'eau. Quelques moulins hydrauliques, à scier ou à carder, sont encore en fonction ou abandonnés depuis peu. Si le moulin d'Ulverton ferma en 1944, le moulin à farine Denison tint bon jusqu'en 1963. Je vis, dans le Bas-du-Fleuve, un moulin à scie en fonction dans les années 1980. Un filet d'eau suffit pour actionner une roue imposante qui reporte l'énergie, par courroies, aux différentes machines. Autour du Golfe

les pêcheurs utilisaient toujours ces grandes barques à voile, les Doris. Dans les années 1970, des goélettes, à moteur celle-là et moins élégantes, transportaient les pitounes et différentes denrées. Maintes fois j'en vis deux ou trois accostées les unes aux autres faute d'espace autour du quai de Port-Joli. L'autoroute avec ses camions arriva ; la goélette expira. **Soleil et végétaux** fournissent l'énergie à la ferme en nourrissant les humains et les chevaux responsables des transport et des travaux.

La viande ; en saison seulement, ou presque. Dans un minuscule espace qui s'imaginait une cave, dans sa tînette, une pierre calait le lard dans la saumure. Les restes végétaux et de repas ; recyclés par cuisson pour les cochons. Les denrées sont conservées en boîte et/ou en pots. Tracteurs, autos et routes pavées rarissimes. De Montréal à St-Guillaume; un service de bus, par chemins champêtres, transportait les travailleurs et étudiants. Les terminus sont alors situés au centre des agglomérations et des services, maintenant seul nos trois ancestrales cités offrent cette opportunité. Dans tous les patelins en bordure du chemin de fer ; une gare.

Les bungalows, en embuscade au delà de la frontière, attendaient notre "modernisation" pour envahir nos terres cultivables et ainsi faire place à la plus grande culture d'Amérique du Nord : la pelouse ! **Abrégeons.** Où sont les mouches dans le pare-brise et les vers de terre après la pluie ? Le dictionnaire historique de la langue française nous apprend que le mot "pollution", au sens moderne de

souillure d'un milieu naturel, apparaît vers 1960. Le pillage des ressources naturelles par la frénésie consumériste a, en si peu de temps, suffit pour mettre la vie en péril.

Par plaisir machiavélique, sans doute, l'Évolution offrit tout pouvoir aux humains pour vérifier si cette nouvelle espèce de "singe-pas-d'poil" pourra survivre à sa curatelle du Paradis. Car du Paradis terrestre nous n'avons pas été chassés, nous y sommes toujours, et sa gestion est notre responsabilité et notre seule destinée. Certes, pour lutter efficacement contre la dégradation du climat, il faut éviter de se faire enfiouper par d'illusoires solutions promues par l'avidité des fabricants ou l'incurie des politiciens. Les changements sont angoissants et pour certains tout justifie la violence ; surtout la vertu.

Ces comportements polluants distraient de la mise en œuvre des solutions. Il est impératif de veiller au bien être des classes moyennes ; les producteurs agricoles et autres ouvriers sont au front de cette révolution. Cette réorganisation économique doit prioriser l'Humain, sinon nous ouvrons la "Boîte de Pandore" qui, faut-il le rappeler, garde sous scellés tous les fléaux de l'humanité : famine, guerre, épidémie, totalitarisme et autres misères ; ce serait alors comme aux nouvelles du soir à la télé !

*Jean-Marc Jancovici Dormez tranquille jusqu'en 2100 et autres malentendus sur le climat et l'énergie (chez Odile Jacob, 2017)*





**Construction et rénovation**  
**ROSAIRE LAFLEUR**  
 RBQ.: 8341-3054-34 




Entrepreneur spécialisé en:  
 Menuiserie, charpenterie  
 Revêtement:  
 Canexel, vinyle, métallique  
 Remplacement de toitures,  
 portes, fenêtres et plus...  
 Finition intérieure



Résidentiel / Commercial / Agricole  
 Estimation gratuite

Tél. 819.396.3737 • Cell. 819.473.2017  
 125, rang du Cordon, St-Guillaume QC J0C 1L0

**Entreprises JFL**



# Déneigement

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

**Jean-François Léonard**  
**819.388.6738**



## Clinique Julie Chouinard

Vous désirez relaxer ou simplement traiter vos douleurs musculaires, articulaires ou névralgiques.

Nous avons le soin parfait pour vous.

Orthothérapie | Kinésithérapie | Massothérapie  
 Thérapie Crânio-Sacrée

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



Réseau des massothérapeutes professionnels du Québec

Lun: 9h-17h  
 Mar-Jeu: 9h-17h | 19h-21h00  
 Ven: 9h-18h

47 rue principale  
 Saint-Guillaume

819.803.4775  
 info@juliechouinard.com

*Près de vous !*



**LES PÉTROLES  
HUBERT GOUIN  
& FILS**

111, PETIT BOIS, PIERREVILLE, QC J0G 1J0

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

[www.petrole.qc.ca](http://www.petrole.qc.ca) Téléc.: 450-783-6308

*Aux petits soins pour vos poilus...  
...du museau au bout de la queue !*



- TOILETTAGE COMPLET
- COUPE AUX CISEAUX ET SPÉCIALISÉE
- TAILLE DE GRIFFES
- GARDIENNAGE À VOTRE DOMICILE
- SERVICE DE TAXI
- SERVICE PERSONNALISÉ
- ET PLUS ENCORE...

**KATHLEEN TREMBLAY**

*Styliste animalière*

SUR RENDEZ-VOUS  
KATHLEEN.TREMBLAY@HOTMAIL.CA  
364, RANG LACHAPELLE, SAINT-GUILAUME



**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](mailto:yamaska@agritex.ca)



**Pierre Pepin**  
Arpenteur - Géomètre

Arpentage légal • GPS  
Cessionnaire du greffe  
D' Edouard Lair

56, route Marie-Victorin St-François-du-Lac, Qué.  
(450) 568-1115

(819) 293-4451  
Fax: (450) 568-6913  
Sans frais: 1-866-568-1115

**Les Costumes Sissi**  
259-B, 8e Rang, St-Germain (Qc) J0C 1K0



Venez découvrir la panoplie de masques, perruques et costumes

- de soirée (rétro - disco - bal...)
- d'époque médiéval
- d'Halloween
- de Noël
- de pièces de théâtre

Au plaisir de vous transformer!  
Cécile Lamothe

Tél.: (819) 395-5143 [costumes.sissi@cgocable.ca](mailto:costumes.sissi@cgocable.ca) Adultes et enfants

**F. Dugas**  
Électrique



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@tellaabaie.net](mailto:f.dugas@tellaabaie.net)  
9143-9846 Québec Inc.



**TRANSPORT S.  
Girard Inc.**

ÉPANDAGE DE CHAUX  
Calciq | Magnésienne | Dolomitique

**1-800-463-0346**

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



**LE PREMIER FOYER  
À GAZ RADIANT**

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



**PIÈCES  
D'AUTO ML**



**Vente & Achat  
d'auto et camion**  
Pièces neuves et usagées  
Mécanique générale  
Remorquage  
Recycleur d'autos  
accrédité par la SAAQ

**Tél. (819) 396-1628**  
820, rang 6 Saint-Bonaventure - J0C 1C0

**Avis à tous les citoyens  
de Saint-Guillaume et des environs**

CLSC de Saint-Guillaume  
situé au 207, rue Principale  
Saint-Guillaume

Présence d'une infirmière sur place  
le mardi entre 8 h 30 et 15 h 30

- Administration de médicaments
- Soins, évaluation et surveillance de plaies
- Retrait de points de sutures et agrafes
- Lavage d'oreilles
- Soins infirmiers courants avec rendez-vous
- Prélèvements sanguins

**Pour obtenir un rendez-vous**

avec ou sans prescription :

**819 474-2572**

poste 33855



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

Québec



**MAURICE BENOIT, Pharmacien**

**Prescriptions :**

Lundi au vendredi 9h30 à 17h30  
Samedi 10h00 à 14h00

**Boutique beauté-santé et club vidéo**

Lundi au jeudi 9h30 à 20h00  
Vendredi 9h30 à 21h00  
Samedi 10h00 à 21h00  
Dimanche 13h00 à 21h00



Pharmacie : 819 396-2255 • Club vidéo : 819 396-3692  
207, rue Principale

RBQ # 8004-0520-59



Nettoyage  
de conduits  
de ventilation



Système de  
filtration HEPA



Gamme complète  
de filtre à air.  
Livraison disponible.

**Technochauffage**  
Service • Entretien au mazout  
Courriel: techno\_chauffage@hotmail.com

Éric Fafard, prop.  
34, du Couvent, St-Guillaume, QC J0C 1L0  
Bureau: 1-819-396-0537  
Cellulaire: 1-819-388-3666



• RÉSIDENTIEL • COMMERCIAL • INDUSTRIEL •  
9136-2608 Québec inc.

**Pierre Tessier**  
Entrepreneur général

Tél.: 819.474.4650  
Cell.: 819.471.7122  
Télec.: 819.474.6938  
Courriel: pierre@tes-scier.ca  
540, rue Lecavaller  
St-Majorique, Qc  
J2B 8A8

RBQ: 8301-3607-32



[www.tes-scier.ca](http://www.tes-scier.ca)



À la

# mémoire

de...



**Anne-Marie Picard Pétrin**

1926 - 2019  
Drummondville

À Drummondville, le 3 octobre 2019, est décédée à l'âge de 93 ans, Mme Anne-Marie Picard Pétrin, épouse de feu Roland Pétrin, demeurant à Drummondville.

Les funérailles ont eu lieu le samedi 12 octobre à 15h en l'église St-Guillaume, inhumation au cimetière St-Marcel.

Mme Picard Pétrin laisse dans le deuil ses enfants : Daniel Pétrin (Françoise Daviau), Réjeanne Pétrin (Denis Beauregard), Nicole Pétrin (Jean Vadnais), Lise Pétrin (François Coll), André Pétrin (Lise Lapolice). Ses petits-enfants : Maxime, Josée, Geneviève, Véronique, Karine, Marie-Eve, Nicolas, Pierre-Marc, Francis, Catherine, Alexandre, Stéphanie. Ses nombreux arrière-petits-enfants, son beau-frère Lucien Daviau, ainsi que de nombreux autres parents et amis.

La famille remercie le personnel du 6<sup>e</sup> Étage, en particulier Sylvie, du Pavillon d'Youville.

Des dons à la Société du Cancer seraient appréciés.

Direction funéraire  
Centre Funéraire L.O. Ponton/Yves Houle  
Tél : 819-478-0222 / 1-800-561-2881  
Télééc. : 819-477-4289  
[www.yveshoule.com](http://www.yveshoule.com)



 Location d'équipements pour l'évènement!  
**Jonathan Rondeau, prop.**  
Tél. : 819-396-3768 Fax: 819-396-4294  
C.P. 387, Saint-Guillaume, (Qc), J0C 1L0

**AMUSEMENT DRUMMOND**

[www.editionmelodie.com/amusement.htm](http://www.editionmelodie.com/amusement.htm) | [www.location-mechoui.com](http://www.location-mechoui.com)  
[amusementdrummond@gmail.com](mailto:amusementdrummond@gmail.com)

**Centre de location pour l'évènement**

Chapiteau, plancher Chaise bistro, plante et tabouret Table et comptoir bistro, ronde et rectanglé Équipement de cuisson électrique et propane Plaque, grill, BBQ, steameruse	Machine à pop-corn, barbe à papa Fontaine à punch, bar portatif 12 trou mini-putt, tombe à l'eau Équipement pour tout genre d'évènement!
---	---

**Demanche & Fils inc.**  
*Résidentiel et commercial*      *Entrepreneur général et spécialisé*

*en recouvrement de plancher et finition intérieure*

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

Tél. : 819 388-7535  
Télécopieur : 819 396-3433  
[www.demancheetfils.com](http://www.demancheetfils.com)  
facebook.com/demancheetfils

Design avanguardiste, concept unique      R.R.Q. 5634-0344-01      

**Café Favore**



Nicole Lafrance,  
propriétaire

125, rue Principale  
Saint-Guillaume J0C 1L0  
819.396.3396

**Martin Simard**  
**CONSTRUCTION**

RBQ 5668-8252-01      

▼ résidentiel / commercial / agricole  
▼ agrandissement  
▼ réno/neuve  
▼ toiture de tout genre  
▼ revêtement ext.  
▼ porte-fenêtre  
▼ finition int.

**819 314.5434**  
**819 396.0335**  
[martinsimardconst@hotmail.com](mailto:martinsimardconst@hotmail.com)





# OPÉRÉ PAR LOU-TEC ÉQUIPEMENT RAYDAN RENOBOX PIERREVILLE



- Location
- Vente
- Service
- Conteneur
- Entrepôt mobile

## VOS PROJETS. NOS OUTILS!



**450 568-0505**  
loutecstfrancoisdulac.com

**SERVICE D'URGENCE  
24 HEURES**

**Partout au Québec  
Cell. : 450 880-0535**



M<sup>re</sup> Annie Durocher - M<sup>re</sup> Anne-Marie Julien - M<sup>re</sup> Janie Dauphinais - M<sup>re</sup> 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<sup>re</sup> Michel BRIÈRE



*En progression constante depuis 1962*



**50<sup>e</sup>**

Visitez-nous au :

**[WWW.CLAUDEJOYAL.CA](http://WWW.CLAUDEJOYAL.CA)**

### 5 adresses pour mieux vous servir

1, rue Principale St-Guillaume JDC 1LD 819-396-2161	390, route 137 St-Denis-sur-Richelieu JDH 1KD 450-787-2105	1654, rang St-Henri Stanbridge Station JDJ 2JD 450-296-8201	682, route 219 Napierville JOU 1LD 450-245-3565	3375, rue King Lyster GGS 1VD 819-389-5793
--	---	--	--	---



**CNH**  
ORIGINAL  
PARTS

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

**CASE IH**  
AGRICULTURE