

Édition 2022 | Octobre

Info Saint-Guillaume

Bulletin d'informations communautaires

Joyeuse Halloween

URGENCE? **911**
ou **310-4141**



Nos premiers répondants :

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



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

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



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

Maître 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



Centre de traitement des dépendances 819 396-3610

reception.saintguillaume@pavillondelassuétude.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
Infographiste
conception et mise en page

Karine Trudel	facturation 819 816-5655
Joanie Nadeau	rédaction
Evelyne Sabourin	rédaction
Marie Crépeau	rédaction
Mélanie Rochefort	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**

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



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 - Sièges #1
Christian Lemay - Sièges #2
Dominique Laforce - Sièges #3
Mathieu Labrecque - Sièges #4
Jocelyn Chamberland - Sièges #5
Luc Chapdelaine - Sièges #6

Directrice générale

Anny Boisjoli

Adjointe administrative

Karine Trudel

Administratrice comptabilité

Mme Ginette Daigle

Inspecteur municipal

Alain Laprade *Adjoint : Marc Rodier

Directeur service incendie

Karl Gladu

Inspecteur en bâtiment

MRC Drummond

Heures d'ouvertures du bureau :

Lundi au jeudi • 8h00 à 16h30

Vendredi • Fermé

Fermé de 12:00 à 13:00

Conseil à venir :

3 octobre • 19h30

7 novembre • 19h30

Calendrier des cueillettes Octobre 2022

Ordures (noir) • Lundi 3-17-31
Recyclage (vert) • Jeudi 6-20
Compost (brun) • Tous les jeudis
GROS REBUTS 17 OCTOBRE



La collecte des ordures (bacs noirs)

- les lundis toutes les deux semaines.

Recyclage (bacs verts)

- les jeudis toutes les deux semaines.

Compost

- Tous les jeudis



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





Salon

Santé et Bien-être des aînés Drummond

1^{er} octobre 2022 | 9 h 30 à 16 h

Centrexpo Cogeco Drummondville

*Plusieurs exposants
sur place!*



Conférence
Dr Gilles Lapointe
9 h 30 à 11 h :

Maintenir sa santé physique
et mentale dans un monde
où tout change.



Conférence
Christine Michaud
12 h à 13 h :

Vivre heureux grâce aux
applications pratiques de
la psychologie positive.



Martin Champoux
Député de Drummond
Porte-parole

GRATUIT

550, rue Saint-Amant
Drummondville

tableainesdrummond@gmail.com



CENTRE DU QUÉBEC

TABLE DE CONCERTATION
POUR LES PERSONNES

aînés

de la MRC DE DRUMMOND

L'automne est déjà arrivé; il faut bien en profiter pour finaliser différents travaux pendant que le climat nous le permet.

En octobre, le conseil devra débiter sa réflexion sur ses priorités pour le prochain budget 2023. Nous devons faire des choix en fonction des besoins présents et futurs pour offrir et donner à nos citoyens(nes) les services les mieux adaptés afin de répondre à leurs besoins.

Les travaux d'envergure de réfection des rangs vont bon train et devraient être terminés très prochainement si ce n'est pas déjà le cas. Plusieurs routes avaient besoin d'amélioration et de travaux afin d'assurer la sécurité des usagers; il en reste encore à faire. De tels travaux demandent une planification et nous devons

prévoir la confection de plans et d'études ainsi que la préparation de différentes demandes afin de pouvoir compter sur les programmes de subventions disponibles. Comme dans bien des secteurs, nous sommes témoins d'une augmentation notable des coûts pour ce type de projets.

Comme prévu, les travaux de vidange des boues des étangs de l'usine de traitement des eaux usées sont réalisés et des quantités importantes ont été extraites et disposées afin de revitaliser le site et ainsi répondre aux normes environnementales.

Lors de notre séance de septembre, nous avons accordé un contrat pour le nettoyage du puits le plus sollicité pour l'alimentation de notre réseau d'aqueduc. Les travaux devraient être réalisés au courant du mois.

Un petit rappel de sécurité... en octobre, l'obscurité des soirées, la soirée de l'Halloween et la présence de jeunes et parfois moins jeunes apporte une affluence accrue dans nos rues. Faites preuve de prudence et de courtoisie afin d'éviter des incidents fâcheux.

Les journées sont de plus en plus courtes, il faut tout de même en profiter pour marcher et bouger !!

Robert Julien,
Maire de
Saint-Guillaume



ASTUCES DE PRO
de **Garofeu**  pour toute la famille!

Avant de faire un brûlage de rebuts, vérifiez auprès de la municipalité si vous avez besoin d'un permis.

PERMIS DE BRÛLAGE DOMESTIQUE



SOPFEU








MRC
de Drummond

Carrefour
'initiative et
de culture

Qu'est-ce qu'un résidu de CRD?

Il s'agit d'un résidu généré lors de travaux de construction, de rénovation ou de démolition.

Voici une liste des principaux matériaux et matières visés :

- Bois, contreplaqué, mélamine 
- Armoires
- Gypse
- Métaux 
- Bardeaux d'asphalte
- Agrégats (brique, béton, mortier, pierre, asphalte, pavé uni, pierre à patio, gravier) 
- Matériaux de revêtement extérieur
- Laine minérale 
- Tuiles acoustiques
- Portes et fenêtres
- Revêtement de sol (céramique, préart, plancher stratifié et de bois franc) 

Comment assurer **UNE GESTION RESPONSABLE** des résidus de CRD?

1

Réduction à la source

Le meilleur résidu est celui que l'on ne produit pas!

- Planifiez soigneusement le projet afin d'éviter les achats inutiles et les surplus de matériaux;
- Faites livrer les matériaux au fur et à mesure des besoins pendant la construction;
- Inspectez les matériaux livrés et retournez immédiatement ceux qui sont endommagés;
- Protégez les matériaux des intempéries pour éviter qu'ils deviennent inutilisables;
- Retournez les matériaux non utilisés, revendez-les ou entreposez-les pour un futur chantier;
- Achetez en vrac pour limiter les emballages et le gaspillage;
- Favorisez les matériaux composés de matières recyclées.

2

Réemploi

- Conservez les matériaux en bon état (ex. : panneaux isolants, carreaux acoustiques, armoires, portes, fenêtres, etc.) pour les donner, les vendre ou les utiliser pour des constructions futures;
- Introduisez, à l'étape de la conception, des matériaux récupérés d'autres projets;
- Favorisez la déconstruction d'un bâtiment plutôt que sa démolition.

3

Valorisation (recyclage)

Deux options existent : le tri des résidus directement sur le chantier ou l'acheminement en vrac à un centre de tri.

Tri à la source

- Le tri à la source permet généralement d'augmenter la proportion de matériaux qui pourront être valorisés par rapport à l'acheminement en vrac à un centre de tri.

Acheminement au centre de tri

- Moins efficace que le tri à la source, cette option nécessite toutefois moins d'espace puisqu'un seul conteneur peut recueillir l'ensemble des matériaux.

4

Enfouissement

En tenant compte des étapes précédentes, seuls les matériaux ou les matières non valorisables devraient être enfouis.

Bien gérer ses résidus de CRD, c'est avantageux!

Adopter une approche responsable dans la gestion des résidus de construction, de rénovation ou de démolition :

PERMET

une diminution des coûts;



RÉDUIT

les impacts environnementaux;



FAVORISE

l'atteinte des objectifs de valorisation fixés par le gouvernement du Québec et par la MRC.



Pour les entrepreneurs en construction, une gestion responsable des résidus de CRD contribue à l'amélioration de l'image de marque de l'entreprise.



Lieux de disposition et outil en ligne

Écocentre de la MRC de Drummond

5620, rue Saint-Roch Sud, Drummondville
819 477-1312

www.mrcdrummond.qc.ca/ecocentre

Accès réservé aux résidents de la MRC y apportant des résidus d'origine domestique. Certaines restrictions s'appliquent.

Ressourcerie Transition

196, rue Dorion, Drummondville • 819 472-8076
www.ressourcerie.ca

Pour les petites quantités d'objets ou de matériaux réutilisables. Certaines restrictions s'appliquent.

Services Matrec (centre de tri de résidus de CRD)

1005, rue Rhéa, Drummondville • 819 395-4355

Des frais s'appliquent.

Transport Francis Blanchard (centre de tri de résidus de CRD)

245, rue des Charpentiers, Saint-Germain-de-Grantham • 819 395-2366

www.tfblanchard.ca

Des frais s'appliquent.

Waste Management (lieu d'enfouissement)

25, rue Gagnon, Drummondville • 819 477-6609

Pour les matériaux ou les matières non réutilisables ou non valorisables. Des frais s'appliquent.

Gère ta poubelle (application Web)

Informations détaillées sur les façons de se départir de nombreux objets, produits et matières résiduelles.
www.geretapoubelle.ca

Pour les citoyens de la MRC de Drummond.

Des questions? Informez-vous auprès de votre municipalité ou de la MRC de Drummond.



436, rue Lindsay, Drummondville
819 477-2230
www.mrcdrummond.qc.ca

V.4 2022-08

La gestion des résidus
**DE CONSTRUCTION
DE RÉNOVATION ET
DE DÉMOLITION (CRD)**



MRC
de Drummond

Les gros rebuts sont des objets domestiques trop gros pour être placés dans un bac roulant. S'ils sont en bon état, pensez à les offrir à un organisme de charité qui pourra en faire bénéficier d'autres personnes.

Merci de respecter les dates indiquées pour les collectes et de vérifier la liste des objets et matériaux acceptés ou refusés lors de ces collectes.

Nous souhaitons sensibiliser la population au sort réservé aux rebuts encombrants qui ne sont pas valorisés. La gestion des rebuts encombrants présente une problématique essentielle, à savoir qu'ils sont systématiquement dirigés vers l'enfouissement.

Changez leur sort en vous informant de la meilleure façon de vous départir de vos rebuts encombrants avec l'outil getapoubelle.ca.

GROS REBUTS

17 OCTOBRE 2022

Avec l'arrivée de l'automne vient la collecte des encombrants (gros rebuts), déchets qui ne peuvent être jetés aux ordures ménagères.

Déchets acceptés :

- Meubles
- Poêle, laveuse, sècheuse, réservoir à eau
- Matelas
- Branches d'arbres attachées en ballots et d'une longueur maximum d'un (1) mètre

Déchets refusés :

- Pneus (l'Écocentre les accepte)
- Matières dangereuses (peinture, huile, etc. L'Écocentre les accepte)
- Appareils contenant des hydrocarbures (réfrigérateur, congélateur, climatiseur, etc.)
- Poids non réglementaire (plus de 50 livres ou 22 gallons)
- Matériaux et débris de construction
- Néon
- Batteries d'automobiles

* Tout couvercle, porte ou autre dispositif de fermeture, doit être enlevé des contenants de façon à ce qu'aucun enfant ne puisse, en s'y introduisant, y rester enfermé;

* Veuillez prendre note que les articles tels que : cuisinières, téléviseurs et autres meubles doivent être déposés au chemin le plus tôt possible, la veille de l'enlèvement, afin de permettre aux récupérateurs de les ramasser.

Les gros rebuts déposés dans des remorques, camions ou autre ne seront pas ramassés.



PRÉVENTION INCENDIE

Il est recommandé de faire ramoner votre cheminée au minimum 1 fois par année. Le ramonage permet d'éliminer la crésote, un résidu inflammable qui se dépose sur les parois de la cheminée et qui est responsable de nombreux incendies. Le ramonage de la cheminée au début de l'automne est une excellente habitude à prendre !



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

LE BOIS DE CHAUFFAGE

Le bois destiné au chauffage peut être laissé à l'extérieur, toutefois il DOIT obligatoirement être cordé.

Il est important de souligner qu'à l'exception du bois de chauffage, il est interdit à tout propriétaire, locataire ou occupant d'un terrain, de placer, déposer, accumuler d'autre type de bois dans les cours ou à un autre endroit sur ce terrain. Ainsi, on ne doit pas retrouver de tas de branches, de piles de palettes, ou de cordes de bois de construction!



ABRIS TEMPORAIRES POUR LES VÉHICULES

Bien que l'installation d'un abri d'autos temporaire ne nécessite pas de permis, il est important de respecter les normes suivantes:

Comme le titre le précise, ces abris sont temporaires. Ils sont autorisés uniquement entre le quinze (15) octobre et le quinze 15 avril. Après cette date, les abris doivent être démantelés et remisés.

La hauteur maximale des abris d'auto temporaire est de 2,2 mètres (7,3 pieds).

Il est aussi important de respecter la marge de recul avant, qui est de 1 mètre (3,3 pieds) par rapport à l'emprise de la voie publique lorsque le mur latéral est muni d'une visière ou de 5 mètres (16,5 pieds) si l'abri n'est pas muni d'une visière sur le mur latéral.

En tout temps, les abris d'autos temporaires doivent être érigés sur une voie d'accès donnant au stationnement ou sur ce dernier.



Bonjour à vous toutes,

C'est avec grand plaisir que nous nous sommes retrouvées après quelques mois d'absence lors de notre première réunion du 6 septembre.

Pour notre prochaine rencontre mensuelle qui aura lieu le mardi 4 octobre, comme à l'habitude, à la salle de l'âge d'or de St-Guillaume à 19.00 heures, nous vous demandons

d'apporter une tasse en porcelaine car Maryse Verdon nous donnera un cours d'initiation à la peinture sur porcelaine.

Par ailleurs, dans le but de poser des gestes pour la protection de notre environnement et de la planète, nous avons décidé de remplacer les serviettes en papier jetables par des serviettes en tissu. Nous vous proposons donc

d'en apporter avec vous lors de notre prochaine rencontre.

Nous aimerions aussi inviter d'autres femmes de St-Guillaume et des environs à venir nous rencontrer pour ainsi pouvoir partager et transmettre nos connaissances. Vous êtes donc toutes les bienvenues!

Conchita Garcia
CC - Comité Communication
CDF - Saint-Guillaume



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





Le 14 septembre dernier, nous avons tenu une assemblée des paroissiens – paroissiennes de la paroisse Ste-Famille pour prendre connaissance du portrait pastoral et financier actuel de la paroisse et relever certains défis qui se présentent à nous pour réaliser notre mission paroissiale. Les 45 personnes présentes ont pu prendre parole en petites équipes et en plénière pour exprimer leurs souhaits et leurs préoccupations face au vieillissement et à la « retraite » des bénévoles, à la manière de favoriser des lieux de fraternité, et aussi à la nécessité de travailler ensemble pour la réalisation d'une paroisse vivante. En ce sens, un constat s'impose : comme communauté il faut se prendre en main... il faut marcher ensemble ou comme le dit ce proverbe africain : **« Seul on va plus vite, ensemble on va plus loin ».**

Souvenons-nous de nos défunts / défuntes

Encore cette année, des familles ont été éprouvées par la perte d'un être cher. C'est pourquoi nous voulons nous unir dans la prière et dans la solidarité avec elles pour nous souvenir de tous les défunts, tout particulièrement ceux et celles dont les funérailles ou l'inhumation ont eu lieu dans la paroisse. Vous êtes donc invités à vous joindre à la communauté :



Samedi 5 novembre à 16h30 à St-Guillaume

Dimanche 6 novembre à 9h00 à St-Guillaume et à 10h30 à St-Bonaventure

**Une paroisse
vivante
grâce à vous!**

« Aimer mon Église, ma paroisse, c'est aussi l'aider à vivre »

Actuellement dans notre paroisse se déroule la **campagne de financement paroissial** ou CGA (Contribution Globale Annuelle). Vos dons sont essentiels pour la vie pastorale et l'entretien des édifices paroissiaux. À titre d'exemple, cette année à St-Guillaume,

pour préserver notre patrimoine paroissial, nous avons réparé la maçonnerie de la façade de l'église et des marches du perron. C'est pourquoi nous comptons sur votre générosité et nous vous en remercions à l'avance. Des reçus pour fins d'impôt vous seront remis pour vos dons.

INFORMATION et INSCRIPTION POUR LE PARCOURS SACRAMENTEL (Éveil - première communion - confirmation)

Actuellement nous préparerons la reprise des rencontres pour la préparation aux sacrements. Les jeunes de 8 ans et plus qui désirent vivre le parcours d'éveil à la foi, et de préparation aux sacrements du pardon, de l'eucharistie (1ère communion) et de la confirmation peuvent s'inscrire dès maintenant en téléphonant au presbytère au 819 396-2111... ça nous fera plaisir de répondre à vos questions et de vous accueillir dans cette expérience de foi.

Chevaliers de Colomb



Tel que signalé dans l'Info de septembre, le 1er tirage de la loterie 2022 a eu lieu le 12 juin dernier; lors de la première réunion de l'année colombienne 2022-2023, il a été décidé de procéder au 2ième tirage le dimanche 13 novembre à 15 heures au local des Chevaliers. Bienvenue à tous les détenteurs de billets ainsi qu'à toutes personnes intéressées à se joindre au groupe pour les tirages de 2023.

Dans le cadre de l'Halloween, nous ne pourrons plus utiliser nos petites cabanes puisqu'elles ont fait leur temps, toutefois nous prévoyons procéder à la remise de bonbons aux enfants le samedi 31 octobre, en souhaitant que d'autres organismes ou associations se joignent à nous!

Qu'advient-il de la Guignolée? La question se pose! Lors de la prochaine réunion le 3 octobre prochain nous devrions savoir si nous procéderons comme l'an dernier avec le principe des bons d'achat ou si nous reviendrons avec les envois de denrées. À suivre!

Un rappel aux membres : d'ici quelques semaines nous devrions recevoir les nouvelles cartes de membres. Je veux vous signaler que si vous ne renouvelez pas votre adhésion au Conseil, c'est une perte pour celui-ci puisque nous devons quand même faire parvenir un montant à l'État. C'est un pensez-y bien!

En terminant, je signale aux membres de l'exécutif que le Congrès Régional

aura lieu à Victoriaville le 15 octobre prochain. Si quelqu'un est intéressé, faites-le moi savoir!

P.S prochaine assemblée le 3 octobre à 19 heures



Jean-Pierre Vallée
Grand Chevalier 4335

Club de l'Âge d'Or de Saint-Guillaume



L'automne est à nos portes. L'activité de Yoga va bon train. Lors du dernier tournoi de pétanque du 20 août, Roland Marcoux et Denise Michel ont réussi à avoir 105 participants. Bravo! La pétanque est maintenant terminée et reprendra au printemps.

Si vous êtes intéressés, communiquez avec Jean Lalancette ou Francine Desjarlais au 819 396-2841.

Lors de la prochaine journée porte ouverte qui sera le 3e jeudi du mois, donc le 20 octobre, nous vous attendons de 19 hres à 21 hres. Aussi nous

aimerions connaître les activités qui vous intéresseraient.

Nicole Cyr Dupuis
Présidente de la FADOQ
St-Guillaume



Une cause qui mérite notre soutien!

Octobre est
le Mois de la
**SENSIBILISATION
AU CANCER
DU SEIN**



Un mot revient souvent depuis le début de la pandémie : **RÉSILIENCE**

Larousse nous parle de l'aptitude d'un individu à se construire et à vivre de manière satisfaisante en dépit des circonstances traumatiques.

Un article du coup de pouce m'interpelle, puisqu'il exprime les caractéristiques associées à la résilience. Je vous partage ce décryptage intéressant en vue d'améliorer vos forces.

- 1- Le sentiment d'auto-efficacité : avoir confiance en soi et en ses capacités de surmonter l'épreuve.
- 2- L'optimisme réaliste : savoir qu'on peut s'en sortir, tout en restant conscient que ça peut être long et difficile.
- 3- La souplesse émotionnelle : accueillir, nommer et accepter ses émotions telles qu'elles sont,

qu'elles soient agréables ou désagréables.

- 4- L'humour : être capable de rire de soi et des événements pour atténuer ses tensions intérieures, prendre du recul par rapport à une situation ou la dédramatiser.
- 5- La souplesse cognitive : faire preuve de flexibilité et d'indulgence envers soi-même et les autres en évitant la recherche de la performance, soit les «il faut», les «je dois» et les mots absolus comme «personne» et «jamais».
- 6- La tolérance à l'incertitude : accepter le flou, le vague et s'ancrer le plus possible dans le moment présent en lâchant prise sur ce qu'on ne peut pas contrôler.

7- Le soutien social : bien s'entourer, être proactif dans ses relations amicales et familiales, et s'investir dans sa communauté, en faisant du bénévolat, par exemple.

8- L'hygiène de vie : être un coach de vie bienveillant envers soi-même en prenant soin de soi physiquement, émotionnellement et intellectuellement.

Soyez heureux, malgré les tumultes de la vie.



LES BONBONS FONT PARTIE DE LA FÊTE

Permettez à l'enfant de manger des bonbons.
Lui interdire pourrait engendrer une préoccupation.
Et ce serait tristounet de tourner le dos à la tradition.



LE JOUR MÊME ET LE LENDEMAIN: ENTRE SES MAINS

Laissez l'enfant gérer sa provision de bonbons.

Pour encourager la modération, dites-lui qu'il pourrait en manger à d'autres occasions.



APRÈS DEUX JOURS

Rangez les bonbons, en disant à l'enfant où ils sont. Le but n'est pas de les cacher.

L'idée est de les rendre moins visibles pour moins y penser.

ET BIEN SÛR, N'OUBLIEZ PAS DE BROSSER LES DENTS!

RETOUR À LA NORMALE

Sortez 1 ou 2 bonbons en guise de collation ou de dessert une fois de temps en temps.

Si l'alimentation est variée et équilibrée, ils ne gâcheront pas la santé de l'enfant.

DÉGUISEZ D'AUTRES ALIMENTS

Préparez des repas et collations thématiques. Les fruits, les légumes et le fromage peuvent prendre la forme de citrouilles, de balais, de fantômes ou d'araignées.

Pas besoin d'être magicien, Internet vous dira comment faire en un tournemain. Mais attention au gaspillage d'aliments!

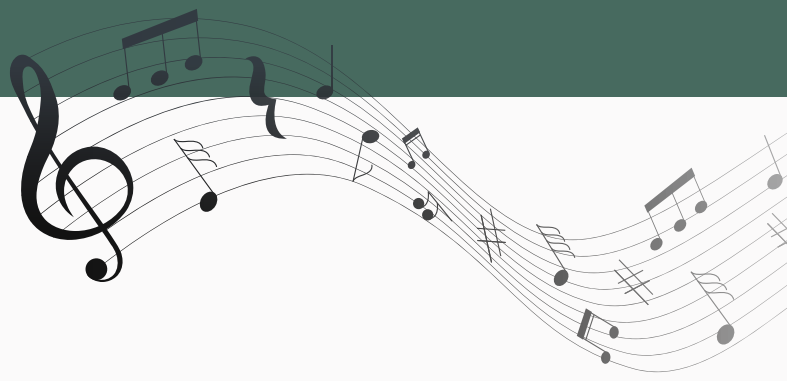
AUSSI UNE QUESTION DE SÉCURITÉ

Après la cueillette, faites l'inspection et jeter les bonbons:

- déjà ouverts
- durs, ronds ou collants (risque d'étouffement jusqu'à 4 ans)
- problématiques si l'enfant a une allergie



PROFITEZ AUSSI DE LA FÊTE POUR PASSER UN BON MOMENT AVEC L'ENFANT!



Comment nettoyer ma maison de façon naturelle, efficace et à peu de frais?

C'est tellement simple si vous saviez

Vous faites moitié eau et moitié vinaigre blanc.

Ah oui? Seulement ça? Bien oui, pourquoi se compliquer la vie lorsque l'on peut faire ça simplement?

En effet, le vinaigre nettoie à merveille les carreaux, la robinetterie, les miroirs, les comptoirs, etc. Vous mettez le tout dans une bouteille pulvérisateur, bien mélanger et vaporiser sur vos surfaces à laver.

Ce que j'aime faire également est de récupérer mes pelures de citrons, de limes et d'oranges et les ajouter a une bouteille pulvérisateur remplie de vinaigre blanc pur, sans ajouter d'eau et les laisser macérer durant quelques jours. Cela ajoute une odeur d'agrumes très agréable en plus d'augmenter le pouvoir assainissant du vinaigre.

Je me sers de cette préparation pour les étendues qui demandent d'être désinfectées plus en profondeur comme mes planches à découper. Pour la cuvette des toilettes, le bain et la douche, je vaporise ce mélange sur la porcelaine et saupoudre du bicarbonate de soude. Je laisse agir quelques minutes et par la suite je frotte avec un linge. Je vous garanti que votre porcelaine redeviendra impeccable en quelques minutes à peine.

De plus, saviez-vous que vous pouviez faire la même chose pour décroasser sans effort vos chaudrons et poêles en acier inoxydable? Faites le même exercice, prenez une brosse et frottez. Magie, magie, magie!

Aussi, le savon noir est un excellent dégraisseur et un bon nettoyant que vous retrouverez un peu partout dans les magasins.

À mon humble avis, il est complètement inutile d'utiliser nos précieuses huiles essentielles pour faire votre entretien ménager. Pour moi, c'est un gaspillage d'argent et de ressources naturelles. Utilisez-les plutôt en diffusion pour rafraichir et épurer l'air de votre demeure. Quelques gouttes de citron jaune, d'eucalyptus globulus ou encore de lavande vraie dans votre diffuseur et le tour est joué. Par contre, si une gastro court à la maison, vous pourriez mettre quelques gouttes d'huile essentielle de tea tree (arbre à thé) sur un chiffon et la passer sur vos poignées de porte, sur le siège de toilette ou toute autre surface qui demanderait un pouvoir désinfectant supérieur.

Et vous vous demandez sans doute quels sont les avantages de laver sa résidence avec des produits qui sont naturels et sans danger mise à part l'économie d'argent ?



COLLECTE DES ENCOMBRANTS



MAINTENANT REFUSÉS

Tout appareil réfrigérant* (frigo et climatiseur, par exemple)

Matériel électronique et informatique



Comment vous en départir?
geretapoubelle.ca



*Réglementation provinciale sur les halocarbures

Lavez lavez savez-vous savonner Lavez lavez les carreaux les pavés

Pour la santé et l'environnement. Deux enjeux de taille dans notre société actuelle.

En tout premier lieu: les substances contenues dans les produits ménagers commerciaux ont le pouvoir de causer des maux de tête, être irritant pour la peau, les yeux ainsi que le système respiratoire. Également, elles peuvent provoquer certaines réactions allergiques comme l'urticaire, par exemple. Il faut également savoir que les matières présentes dans certains articles sont cancérigènes, toxiques et sont aussi des perturbateurs endocriniens.

Qu'est-ce qu'un perturbateur endocrinien?

C'est une molécule qui perturbe le fonctionnement normal des hormones en inhibant, en bloquant ou en modifiant sa fonction première, de telles sortent que, des conséquences néfastes majeures peuvent apparaître. Le système endocrinien est celui qui contrôle la sécrétion d'hormones essentielles au bon fonctionnement de notre métabolisme, de notre développement, de la croissance, du sommeil et de notre humeur. Celui-ci étant alors troublé, certains troubles de santé tels que: l'endométriase, le cancer du sein, de la prostate et de la thyroïde, un déficit de l'attention, l'hyperactivité, symptômes aigus reliés à la ménopause,

l'infertilité, les troubles du développement neurologique, le diabète, l'obésité, etc. ont la possibilité de se développer avec le temps.

En un deuxième temps, les éléments toxiques et non biodégradables rejetés dans nos eaux usées affecte grandement l'environnement. Cela pollue nos cours d'eau, nuit à la faune et à la flore et détruit à une vitesse grand V nos belles richesses naturelles. Nous nous devons d'être conscient de nos choix de produits lorsque nous en faisons l'achat en ayant en tête les impacts importants que cela peut avoir sur la qualité de vie de notre génération future.

Pour vous aider à reconnaître les matières toxiques contenues dans vos articles ménagers en voici une petite liste non exhaustive:

- Les parabens
- Les phtalates
- Le bisphénol A
- le benzène,
- Les xylènes,
- Le toluène,
- Les **phosphates**
- l'ammoniac
- les éthers de glycol**
- le **formaldéhyde**
- Les parfums/fragrances
- le méthylisothiazolinone

N.B. : Veuillez noter que mes articles ne remplacent en aucun cas l'avis d'un médecin, puisque c'est son rôle de poser un diagnostic. Mes informations se veulent simplement des outils pour vous aider à augmenter votre bien-être et surtout à prévenir des malaises en tout genre.

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 également vous diriger vers votre médecin au moindre doute. En aucun cas, je ne pourrai être tenue responsable de ce dont il adviendra suite à 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 connaissance.



Sur ce, je vous souhaite un agréable ménage à tous dans le respect de votre santé, de votre portefeuille et de l'environnement! Et surtout, un merveilleux début d'automne!

Santé et bonheur,
Joanie





Souvenirs d'une magnifique journée familiale ensoleillée!

St-Guillaume en photos



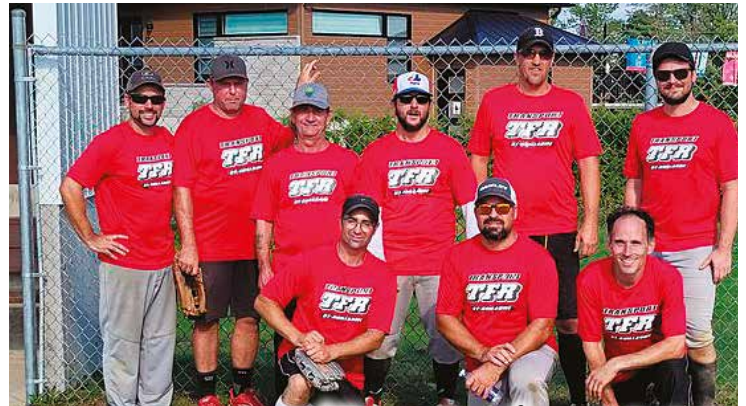
Gagants 2022



Finalistes 2022



Gagants 2022



Finalistes 2022

Remerciements

- ✓ Fromagerie Saint-Guillaume pour son p'tit frais
- ✓ Rémi Boislard pour les bons petits gâteaux
- ✓ L'excellente annonceuse Élisabeth Cadieux-Pépin
- ✓ L'arbitre national Michel (Le Doc)
- ✓ Jean-Luc pour sa collaboration tout au long de la journée ainsi qu'à son amie Caroline pour son soutien
- ✓ Aux organisateurs de balle donnée et de volleyball



FILM D'HORREUR CINÉMA EXTÉRIEUR

Pour un public averti seulement
SAMEDI | 29 OCTOBRE | 20 H
SUR LA PATINOIRE DU CENTRE RÉCRÉATIF

Apportez vos chaises de parterre
et portez votre costume le plus effrayant !

SAMEDI, 29 OCTOBRE
À 18H00

PORTE TON
PLUS BEAU
COSTUME !

LES PETITES CRAPULES COQUINES, SONT INVITÉES
À VENIR AIDER LA SORCIÈRE BÉRANGÈRE
à retrouver sa précieuse baguette magique
que sa cousine Carmine la pas fine a caché !

HEUREUSEMENT, CARMINE LUI A LAISSÉ DES INDICES
ET DES DÉFIS MAGIQUES À RELEVER.
PETITS MONSTRES, LOUPS-GAROUS ET PRINCESSES...

Sortez vos pouvoirs de leur cachette
et venez en aide à Bérangère

ELLE DOIT RETROUVER SA BAGUETTE
AVANT LA TOMBÉE DU RIDEAU
SI ELLE VEUT REMPORTE
LE CONCOURS BEURKISSIME
À NOUVEAU CETTE ANNÉE !

SPECTACLE EXTÉRIEUR HALLOWEEN

La collecte de bonbons se fera lundi, le 31 octobre

Suggestions

de lecture de Diane T.

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



Fanette, la suite : aveux 2e partie par Suzanne Aubry

Pour faire la lecture de ce livre, il est préférable d'avoir lu les autres tomes de Fanette. Fanette s'occupe de sa mère Emma qui est partiellement paralysée. Sa fille Marie-Rosalie s'enfuit à Paris avec Lucien Latourelle malgré son opposition. Madelaine et Clara sont suspectées de meurtre par le chef de la police. Marie-Rosalie découvre le vrai visage de Lucien, avec toutes ses fausses promesses; elle le quitte. Fanette s'occupe du journal l'Époque de Marguerite Grandmont en attendant le retour d'Oscar de convalescence. J'aime beaucoup l'héroïne irlandaise, facile à lire et intéressant.



Le pavillon des combattantes par Emma Donoghue

La guerre 1914-1918 a apporté mort et dévastation, mais aussi la grippe espagnole avec d'autres morts. L'Histoire se répète. À Dublin, Julia Power, jeune infirmière de 30 ans, est cantonnée dans une toute petite pièce; elle doit s'occuper de femmes enceintes, touchées par la grippe et en quarantaine. Avec l'aide de Bridie, bénévole et orpheline, elles donnent des soins à des femmes souvent très pauvres, affaiblies. La tâche est gigantesque, la mort prend souvent le dessus. Elle a la charge du service, avec les rares conseils du Dr. Kathleen Lynn.

Le livre est une fiction portée par des faits historiques. Les institutions irlandaises accueillants des enfants où la négligence, la famine, la maltraitance est une chose bien présente. La Dr. Lynn a vraiment existé, elle fonda un hôpital pour enfants.

L'épidémie de la grippe fit plus de mort que la première guerre. J'ai beaucoup apprécié la lecture de ce livre.

L'inconnu de la Seine par Guillaume Musso

Roxane, capitaine dans la police, est mise sur la touche et mutée au bureau des affaires non conventionnelles pour se faire oublier. Dès son arrivée à son poste, elle découvre une enquête : une jeune femme est repêchée dans la Seine toute nue, vivante, elle est conduite à l'Infirmierie de la préfecture de la Police d'où elle s'enfuit au bout de quelques heures.

L'inconnue est identifiée, il y a un problème, elle serait morte dans un crash d'avion il y a plus d'un an. Comment peut-on être morte et vivante? Roxane va-t-elle éclaircir ce mystère?



Pour nous joindre

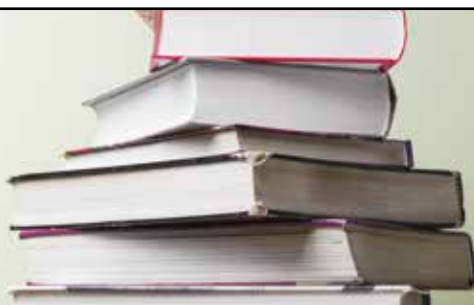
Tél.: 819 396-3754

biblio087@reseaubibliocqlm.qc.ca

Mardi : 14h30 à 16h30 • 19h00 à 20h30

Mercredi : 19h00 à 20h30

Samedi : 10h00 à 11h30



Recette secrète



CRAQUELINS À LA COURGE ET À LA POMME

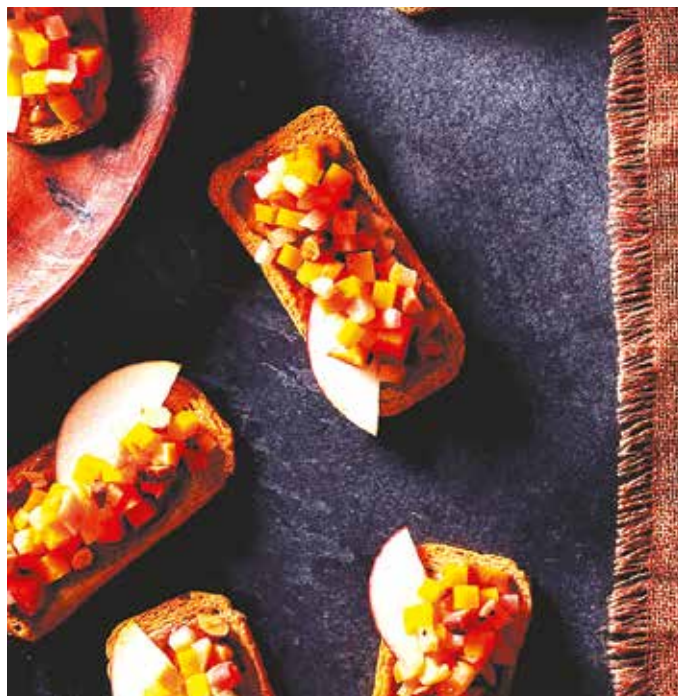


<https://www.ricardocuisine.com/recettes/9197-craquelins-a-la-courge-et-a-la-pomme>

Les chouchous de l'automne sont réunis dans une délicieuse bouchée. La pomme et la courge sont cuisinées dans un chutney épicé au cumin et au sirop d'érable qu'on dépose sur un craquelin couvert de beurre d'amandes et de tranches de pomme.

INGRÉDIENTS

- 140 g (1 tasse) de petits dés de courge Butternut
- 130 g (1 tasse) de petits dés de pomme Cortland
- 45 ml (3 c. à soupe) d'eau
- 30 ml (2 c. à soupe) de jus de citron
- 30 ml (2 c. à soupe) de sirop d'érable
- 2,5 ml (1/2 c. à thé) de cumin moulu
- 12 craquelins au romarin et à l'huile d'olive de type Melba Toast de la Boulangerie Grissol
- 30 ml (2 c. à soupe) de beurre d'amandes
- 12 demi-tranches fines de pomme Cortland
- 15 ml (1 c. à soupe) d'amandes grillées concassées



PRÉPARATION

- Dans une petite casserole, porter à ébullition les dés de courge et de pomme, l'eau, le jus de citron, le sirop d'érable et le cumin. Saler et poivrer. Laisser mijoter à feu moyen 8 minutes ou jusqu'à ce que le liquide devienne presque sirupeux.
- Transvider dans un bol. Couvrir et laisser tiédir. Réfrigérer jusqu'à refroidissement complet, soit environ 30 minutes. La préparation de courge se conserve 1 semaine dans un contenant hermétique au réfrigérateur.
- Tartiner les craquelins du beurre d'amandes. Déposer une tranche de pomme sur chacun. Répartir la préparation de courge et les amandes. Servir aussitôt.



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@tallabale.net
9143-9848 Québec Inc.

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 lunchs
• Mariages et événements corporatifs

344, rue Notre-Dame
Saint-Germain (Québec)
J0C 1K0

Tél. : 819 730-0065

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

• 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




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

La Niche d'OR
Salon de toilettage



COUPE - RAFFRAÎCHISSEMENT - COUPE DE GRIFFES

819.396.1086

1077 Principale, St-Bonaventure, Qc J0C 1C0 

Demanche & Fils inc.

Résidentiel et commercial Entrepreneur général et spécialisé

en recouvrement 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 avanguardiste, concept unique RRA 2633-2544-01 



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





Souvenirs actualisés du fameux voyage en Pennsylvanie en 2011 : « non au gaz de schiste »!

C'est avec plaisir et un brin de nostalgie que je vous partage cette publication qui va rappeler à tous les membres du comité quelques souvenirs de notre bataille de l'époque, dont le fameux voyage en Pennsylvanie, avec ses aléas qui nous ont valu une belle frayeur, puisque nous avons été arrêtés et menacés d'emprisonnement...

Bonne lecture de ce texte de M. Montpetit!

Fin de l'exploration des hydrocarbures au Québec : une victoire historique

Après douze longues années de lutte, les écologistes du Québec, dont le RVHQ, veulent célébrer leur victoire sur les conquistadors pétroliers. En effet, le Projet de loi no 21 (2022, chapitre 10, à ne pas confondre avec l'autre projet de loi 21, qui traite de la laïcité de l'État!) va mettre fin aux activités d'exploration et d'exploitation des hydrocarbures sur notre territoire. En septembre 2010, le « train » pétrolier fonçait sur nous à toute vapeur; il fallait avoir la « foi qui transporte les montagnes » pour prétendre l'arrêter!

Ces réalisations du RVHQ sont tellement fantastiques qu'elles me rappellent la légende des deux grenouilles tombées dans une chaudière de crème. Les deux grenouilles ont tenté de sortir de leur piège, mais les parois de la chaudière étaient tellement hautes qu'aucun élan de leurs puissantes pattes dans le liquide crémeux ne leur permettait de s'en sortir. La première abandonna la lutte et se noya. La deuxième refusa de se décourager; elle s'acharna envers et contre tous. Après des efforts qui ont semblé durer une éternité, la totalité de ces coups de pattes « inutiles » a eu pour effet de baratter la crème et de la transformer en beurre. À partir de cet îlot de beurre, la grenouille a eu

un appui solide, ce qui lui a permis de prendre son élan pour enfin sortir de la chaudière. Le Projet de loi 21, loi qui met fin à la recherche et à la production d'énergies fossiles, est la motte de beurre qui permettra au Québec de sortir des hydrocarbures.^[1]

Une courte liste de nos activités bénévoles inclut d'innombrables **conférences** et réunions, qui furent les outils nécessaires à la formation d'une centaine de comités chapeautés par le **RIGSVSL** (Regroupement interrégional gaz de schiste vallée du Saint-Laurent) qui deviendra le **RVHQ** (Regroupement Vigilance Hydrocarbures Québec). Ajoutons à cela la campagne « **Vous n'entrerez pas chez nous** » pour bloquer l'accès à notre sous-sol à des sociétés gazières propriétaires de claims acquis à vil prix. Nous avons eu recours au **Collectif scientifique**, à une revue de presse quotidienne, et à trois voyages en Pennsylvanie pour obtenir des informations solides au sujet de la fracturation hydraulique. Nous avons participé aux audiences de nombreux **BAPE** et **Études environnementales stratégiques (ÉES)**. Pour protéger notre eau, nous avons convaincu de nombreux maires d'utiliser le **Règlement dit de Saint-Bonaventure**. Nous nous sommes opposés à l'ex-

ploitation des hydrocarbures sur l'Île d'Anticosti, à l'oléoduc **Énergie Est** et au gazoduc de **GNL Québec**. Comme le nerf de cette guerre d'opinion publique est la communication, nous avons utilisé de nombreux outils dont le **comité Réplique**, des manifestations, des banderoles, des documentaires et un **site informatique**. Notre lutte contre les hydrocarbures fait partie intégrante de la **lutte aux changements climatiques**. Notre phare en ce domaine, ce furent les rapports du **GIEC** et l'**Accord de Paris** (voir la liste de nos actions à la fin de ce texte).

Oui, nous avons raison de célébrer aussi bien en Montérégie qu'à Québec.^[2] Bravo aux milliers de bénévoles qui ont consacré un nombre incalculable d'heures pour mettre sur pied ces outils nécessaires pour tasser le « roi » pétrolier dans le coin et le mettre « échec et mat »!

Gérard Montpetit
le 4 septembre 2022

[1] En termes juridiques, on devrait dire la Loi visant principalement à mettre fin à la recherche et à la production d'hydrocarbures ainsi qu'au financement public de ces activités, LQ 2022, c 10 <https://www.canlii.org/fr/qc/legis/loisa/lq-2022-c-10/derniere/lq-2022-c-10.html>

[2] fêtes à Saint-Dominique le 4 septembre et à Québec le 17 sept.

Annexe

Cette annexe est à l'intention des éditeurs de textes des journaux. C'est une énumération succincte de nos réalisations.

D'innombrables **séances d'information** et assemblées citoyennes dans de nombreuses villes et municipalités partout sur le territoire.

Des centaines de réunions sans oublier les **AGA** (assemblées générales annuelles).

La formation et la fédération de plus d'une centaine de comités citoyens au sein du **Regroupement interrégional gaz de schiste Vallée du Saint-Laurent** (RIGSVSL) qui deviendra, après quelques années, le **Regroupement vigilance hydrocarbures Québec** (RVHQ).

une **collaboration** avec des groupes écologiques comme Greenpeace, Équiterre, la Fondation David Suzuki, l'AQLPA, Nature Québec, des groupes Autochtones, etc.

La campagne « **Vous n'entrerez pas chez nous** » avec le dépôt de formulaires signés par des milliers de propriétaires; cette pétition comptant quelque 65 000 signatures manuscrites a été déposée à l'Assemblée nationale.

Au terme d'une marche de 777 km de Rimouski à Montréal réclamant un moratoire d'une génération, la manifestation historique de 13 000 personnes est arrivée à Montréal le **18 juin 2011** à la veille de laquelle le ministre Arcand avait annoncé la suspension jusqu'à nouvel ordre de toute activité de forage dans la vallée du Saint-Laurent, activités qui n'ont jamais repris depuis.

Nos participations à plusieurs audiences du **Bureau d'audiences publiques sur l'environnement** (BAPE), à la réalisation de plusieurs **Études environnementales stratégiques** (ÉES) et de consultations de l'**Agence canadienne de l'Énergie**, avec rédaction et dépôt de nombreux mémoires au fil des ans sur différents projets d'énergie sale, dont les Bape # 273 et # 307 portant sur les gaz de schiste, la centrale thermique de Bécancour, les oléoducs et gazoducs, le projet GNL Québec...

L'organisation de trois voyages en **Pennsylvanie** pour connaître ce que vivent les résidents là où les gazières sont implantées, avec un quatrième voyage au Vermont sur les moyens de faire autrement.

La formation d'un **collectif scientifique** venu appuyer l'intelligence citoyenne en matière d'hydrocarbures.

L'élargissement de notre mission à tous les **hydrocarbures**, ainsi qu'à leur transport ferroviaire, par oléoduc, par gazoduc.

Notre participation à des **documentaires** sur les multiples impacts des puits, la production de nombreux **outils de sensibilisation** et de mobilisation, avec la rédaction et la publication de **journaux** passés de main à main et d'un **Guide pratique sur les changements climatiques**.

La formation du **comité réplique** chargé de rédiger et de diffuser des textes répondant à la désinformation des pétrolières et des gazières relayée par les médias.

Pour avoir une multitude de sources d'information à notre disposition, la mise sur pied d'une **revue de presse** quotidienne par des volontaires.

La prestation de conseils juridiques par des experts en droit pour éviter les poursuites-bâillons.

L'organisation et la participation à de nombreuses **manifestations** locales, régionales, nationales, dont un crescendo de grandes mobilisations autour du Jour de la Terre.

La production de pancartes, de **banderoles** et d'affiches artistiques originales portant une signature unique propre au RVHQ.

Notre appui indéfectible à la population de **Lac-Mégantic** après la tragédie de 2013.

notre opposition à un deuxième terminus pétrolier d'Énergie Est sur les rives du Saint-Laurent dans la **pouponnière de bélugas**.

La participation de près de 500 personnes aux formations à la **résistance citoyenne**, avec signature d'un engagement à l'action non

violente en cas de reprise des forages.

La création du **Front commun pour la transition énergétique**, dont le RVHQ est initiateur.

La campagne de mobilisation contre les projets d'**oléoducs et de gazoducs**, avec la formation de nouveaux comités le long des tracés envisagés.

La campagne pour la protection de l'eau avec le projet de **règlement dit de Saint-Bonaventure**, la formation du comité de pilotage des maires avec des liens jusqu'en Gaspésie, Anticosti et la Basse-Côte-Nord, sans oublier notre victoire juridique contre Gastem aux côtés de la municipalité de Ristigouche-Partie-Sud-Est.

La vaste campagne « **Vous ne passerez pas** » contre le transit des hydrocarbures (par train, oléoduc, gazoduc)

Notre opposition à l'exploitation des hydrocarbures sur **l'Île d'Anticosti**, joyau du Saint-Laurent.

La campagne contre **GNL Québec** aux côtés de la Coalition Fjord travaillant à contre-courant des élus municipaux de Saguenay; avec quelque 3000 mémoires déposés, le BAPE a conclu à l'impact négatif du projet.

La campagne pour la récupération et le recyclage des **gaz réfrigérants**.

Sans oublier notre actuelle campagne « **Pas de méthane dans ma cabane** », visant à sevrer le Québec du gaz de schiste provenant d'ailleurs.

La formation d'un **site internet** « www.RVHQ.ca ».

Encourager de nombreuses municipalités à adopter une **déclaration d'urgence climatique**.

Pour couronner le tout, notre lutte contre les hydrocarbures fait partie intégrante de la **lutte aux changements climatiques**. Nos phares en ce domaine furent les rapports du GIEC et l'**Accord de Paris**.

Les professionnels

Martin Simard
CONSTRUCTION inc.

RBQ 5765 6811 01

APCHA
 ASSOCIATION PROFESSIONNELLE
 DES CONSTRUCTEURS D'HABITATIONS
 DU QUÉBEC INC.

▲ *agrandissement*
 ▲ *réno/neuve*
 ▲ *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 tuyauterie
 du Québec

Claude Dupuis
 propriétaire

Tél: **819 396.2085**
 Fax: **819 396.3553**

J.H. Dupuis & Fils
 ENT.

• plomberie • chauffage à air chaud • chauffage à eau chaude radiante • système électrique et à l'huile • quincaillerie peinture • quincaillerie peinture • plomberie • chauffage à air chaud • chauffage à eau ch

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 Adultes et enfants

Café Favori

Nicole Lafrance,
 propriétaire

125, rue Principale
 Saint-Guillaume J0C 1L0

819.396.3396

Tes-scier
réno-construction

• RÉSIDENTIEL • COMMERCIAL • INDUSTRIEL •

9136-2608 Québec inc.

APCHA
 ASSOCIATION PROFESSIONNELLE
 DES CONSTRUCTEURS D'HABITATIONS
 DU QUÉBEC INC.

Pierre Tessier
 Entrepreneur général

Tél.: 819.474.4650
 Cell.: 819.471.7122
 Téléc.: 819.474.6938
 Courriel: pierre@tes-scier.ca

540, rue Lecavalier
 St-Majorique, Qc
 J2B 8A8

RBQ: 8301-3607-32

www.tes-scier.ca

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



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



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

HORAIRE D'ÉTÉ EN VIGUEUR À L'ÉCOCENTRE (DU 1ER AVRIL AU 30 NOVEMBRE)

Dimanche : fermé
Lundi : fermé
Mardi au samedi : 8 h à 17 h

Renseignements importants (COVID-19)

- Seules les personnes qui ne présentent aucun symptôme de la COVID-19 ont accès au site;
- Autant que possible, les visiteurs doivent y aller seuls ou, s'ils ont besoin d'aide pour manipuler des objets, être accompagnés d'une autre personne qui demeure sous le même toit;
- Les gens qui souhaitent nettoyer leur véhicule ou remorque sur place après l'avoir vidé sont priés d'apporter leur propre balai, pelle ou râteau.

La direction de l'Écocentre de la MRC de Drummond remercie les citoyens de leur collaboration.

Questions? 819 477-1312
ou info@recuperaction.ca




Louise Boyer
Coordonatrice

819 758-3673 Bureau
ass.loc@cdcdf.qc.ca

59 rue Monfette, local 231
Victoriaville G6P 1J8
Canada

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



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
Télé.: 450-783-6308

www.petrole.qc.ca

Pour vos assurances, PENSEZ LOCAL!



Henault
a s s u r a n c e

Cabinet en assurances de dommages
et services financiers



HÉNAULT ASSURANCE, C'EST...

- 1 Une **approche humaine** priorisant les relations authentiques et engagées avec les clients
- 2 Une équipe stable et expérimentée possédant une **expertise unique**
- 3 Tous les produits d'assurance **sous un même toit**
- 4 **40 employés**, dont 10 au bureau-chef de St-Guillaume

Personnelle

Nous combions 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! Henault Assurance dispose d'une expertise unique du Québec pour l'assurance agricole.

Osez comparer!

Appelez dès maintenant!

1 800 567-0906

henaultassurance.com

Saint-Guillaume
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



Les journées de la culture

L'Atelier d'art Cyrenne, vous invite!

L'artiste guillamienne d'adoption, **Linda Cyrenne**, ouvre les portes de son atelier, dans le cadre des **Journées de la culture**, les 30 septembre, 1^{er} et 2 octobre, de 13 h à 16 h. Son espace de création est situé au 348, Petit rang des Sorel, à St-Guillaume. Elle y fera des visites guidées et présentations de sa technique mixte sur soie. D'autres artistes y seront pour l'occasion.

Au programme :

Vendredi : visite de l'atelier; démonstration en peinture sur soie par Linda Cyrenne et animation avec Eneida Hernandez : initiation à l'estampe par la création de monotype avec le public.

Samedi : visite de l'atelier; démonstration de mosaïque par Linda Cyrenne et création par Eneida Hernandez et Nathalie Hébert.

Dimanche : visite de l'atelier; Linda Cyrenne reçoit Nathalie Dupont, Francine Laplante et Nathalie Hébert. Toutes trois créeront sur place.

Les invitées : **Nathalie Dupont** peint à l'acrylique des fragments d'images, des parcelles du monde que l'on connaît et des fragments de la mémoire.

Nathalie Hébert peint à l'acrylique aux pinceaux et spatules. Aimante de la nature et tout ce que donne en spectacle la planète terre; la beauté botanique dans des couleurs vibrantes.



Eneida Hernandez, artiste Dominicaine explore différents médiums : dessins, collagraphie, peinture sur bois, estampes et gravures.

Francine Laplante s'inspire de la nature, dans un style naïf, inspirant et coloré.

Pour information :

linda_cyrenne@hotmail.com

Bienvenue à tous!



5620, rue Saint-Roch sud,
Drummondville

Une initiative de :
MRC
de Drummond

En partenariat avec :
RÉCUPÉRATION
CENTRE DU QUÉBEC



Horaire d'été (jusqu'à la fin du mois de novembre)

Mardi au samedi, de 8 h à 17 h 30

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.



**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

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

Imprimeur de votre
Info Saint-Guillaume



Alimentation

Par : Marie Cépéau



Le guide alimentaire nous réitère à chaque mise à jour l'importance de consommer beaucoup de légumes pour maintenir et

améliorer notre santé. Loin de moi l'intention de marteler la volonté des tous petits; certains trucs prouvés aident à améliorer les comportements alimentaires de tous ceux qui s'entêtent à éviter les légumes.

- Impliquer son enfant dans la préparation et même la culture de légumes serait un atout très favorable.

- Suggérer que cet aliment est pour les grands. Accepter que pour un certain temps, celui-ci fasse partie des aliments refusés, mais continuer de l'offrir dans nos menus.

- Éviter de trop cuire le légume. Souvent, l'enfant préfère le légume cru. Offrir des trempettes santé pour « pimper » la saveur.

- Proposer des assiettes colorées; un mélange de orange, vert et rouge sera plus attrayant qu'une couleur neutre ou uniforme.

- Au moment de présenter un nouveau légume, s'assurer qu'un autre déjà connu fait partie du menu. Certains enfants jouissent de grande curiosité, d'autres, moins.

- Éviter le grignotage entre les repas, ainsi l'appétit sera au rendez-vous pour explorer les légumes aussi.

- Proposer des légumes en entrée : grignoter des concombres, carottes, morceaux de navets etc. sera déjà une partie de la portion de légumes.

- Encourager la consommation de légumes en donnant le bon exemple, et donc en manger soi-même. Grillés, marinés, sautés, faites des belles découvertes.

Voici une recette Coup de pouce vraiment délicieuse. Remplacer la courgette par toute autre courge, bonne idée d'automne!



GALETTES DE MAÏS ET DE COURGETTES

- 4 œufs
- 1/4 tasse d'huile d'olive
- 2 c. à table de basilic frais haché(ou votre herbe préférée)
- 3 tasses de courgettes râpées et égouttées
- 1 tasse de maïs en grains cuit
- 1 tasse de cheddar râpé
- 1 1/2 tasse de farine (de votre choix)

Dans un bol, fouetter les œufs et ajouter l'huile et le basilic. Ajouter les courgettes, le maïs et le cheddar. Mélanger. Dans un grand poêlon, chauffer de l'huile végétale à feu moyen. Une fois chaude, verser 4 généreuses cuillères de ce mélange assez distancées. Cuire jusqu'à ce que dorées 3 à 4 minutes de chaque côté. Aplatir à la spatule au besoin. Ajouter de l'huile si nécessaire pour la deuxième poêlée. Servir nature ou avec un mélange de crème sûre et jus de citron. Testé et approuvé!

Bon automne en couleurs.



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

Services
maintenant offerts

24^h/24

Aide, écoute
et renseignements

1 888 505-1010
gaiecoute.org



Pour les personnes
concernées par la
diversité sexuelle
et de genre

Entreprises **JFL**



Déneigement

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

Jean-François Léonard
819.388.6738



TRANSPORT D'EAU
Service rapide et courtis

1-800-463-0346

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



ASSEMBLÉE NATIONALE
DU QUÉBEC



DONALD MARTEL
Député de Nicolet-Béancour

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@LNICO@assnat.qc.ca

TRANSPORT S.
Girard inc.

ÉPANDAGE DE CHAUX
Calciqne | Magnésienne | Dolomitique

1-800-463-0346

www.transportsylvaingirard.com

valor

LE PREMIER FOYER
À GAZ RADIANT

www.valorfireplaces.com

Pair

Un service d'appels automatisés
RASSURANT
et gratuit!

Des centaines de vies ont été sauvées grâce **AU PROGRAMME PAIR!**

Offert par la **MRC de Drummond** Pour vous inscrire **819 477-2230** poste 0
www.mrcdrummond.qc.ca/programme-pair

LE TABAC TUE 1 FUMEUR SUR 2

Ça tombe toujours sur quelqu'un qu'on aime

quebecsanstabac.ca
1 866 JARRETE (527-7383)

En partenariat avec :

Québec

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

info@saintguillaume.ca

Intéressé à partager vos connaissances, vos idées, vos folies..?! Vous aimeriez collaborer dans votre journal municipale?

Info
Saint-Guillaume

6 idées pour écouler vos surplus de bonbons d'Halloween

Vos enfants ont amassé une monstrueuse quantité de friandises à l'Halloween? Voici six idées pour venir à bout de cette montagne de sucreries!

- 1. Dans une pinata :** que ce soit pour l'anniversaire de votre enfant ou pour celui de l'un de ses amis, voilà une excellente façon de redistribuer les bonbons!
- 2. Sur des desserts :** bonbons durs, confiseries et chocolats grossièrement hachés peuvent facilement devenir de délicieuses décorations pour des biscuits ou des petits gâteaux recouverts de glaçage.
- 3. Dans des recettes :** de nombreuses recettes peuvent accueillir les barres chocolatées en morceaux ou émiettées. Pensez à un bol de yogourt ou de crème glacée saupoudré de copeaux de chocolat ou encore à un gâteau surprise avec un centre rempli de sucreries!
- 4. Sous forme de don :** renseignez-vous sur ce que les organismes communautaires de votre région acceptent ou non comme bonbons et faites plaisir à d'autres familles en redistribuant vos surplus!
- 5. En fondue au caramel :** vous avez beaucoup de petits caramels mous? Faites-en une fondue décadente dans laquelle vous et vos enfants pourrez déguster de délicieux fruits!
- 6. Comme infusion sucrée :** utilisez les suçons pour sucrer votre thé ou encore vos cocktails. Vous pouvez aussi en faire fondre quelques-uns dans de l'eau chaude pour en faire une savoureuse base pour une limonade.

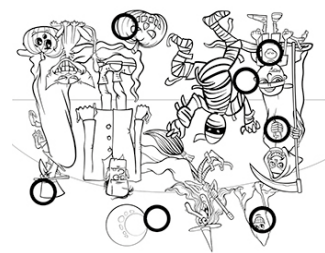
Pensez à impliquer vos enfants dans le processus; ils auront sûrement de bonnes idées!



MONSTRES EN FOLIE



Observe attentivement ces images effroyables, et trouve les 7 différences.



Nuit d'épouvante!

PRÉPAREZ-VOUS À AVOIR LA CHAIR DE POULE...



« Et si j'offrais
autre chose
que des friandises? »

Cette année, vous aimeriez offrir autre chose que les habituels bonbons, chocolats et mini sacs de croustilles pour l'Halloween? Que ce soit pour la distribution auprès des enfants costumés du quartier ou pour gâter vos propres petits monstres, une foule de possibilités s'offrent à vous!

PETITES SURPRISES À DISTRIBUER

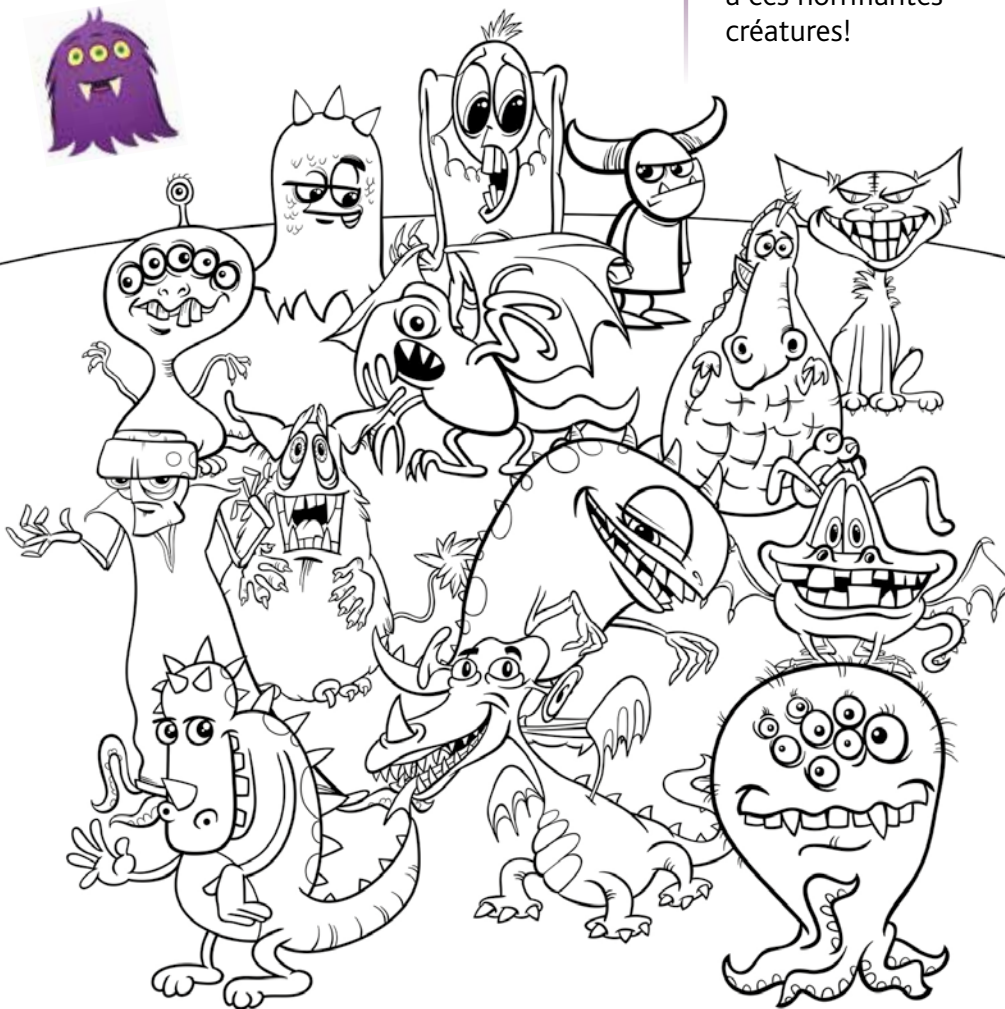
Pour faire plaisir aux vampires, aux sorcières et aux superhéros du quartier, misez sur des petits objets amusants, pratiques ou à la mode. Essayez également de sélectionner des cadeaux qui seront susceptibles de plaire à un maximum d'enfants et tirez profit des gros formats contenant plusieurs objets faciles à offrir. Voici quelques idées qui donneront assurément le sourire :

- Des autocollants;
- Des balles rebondissantes ou lumineuses;
- Des bijoux (bagues, bracelets, etc.);
- Des colliers ou des bâtons lumineux;
- Des crayons thématiques ou rigolos;
- Des gommes à effacer de formes variées;
- Des étampes;
- Des petits pots de pâte à modeler;
- Des signets;
- Des tatouages temporaires.

Rendez-vous dans les différents commerces de votre région pour faire le plein de petits cadeaux d'Halloween et pour découvrir de nouvelles activités, terrifiantes ou non, à effectuer en famille!

MONSTRES À LA MODE

Prends tes crayons de couleur, et donne fière allure à ces horribantes créatures!





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

www.claudejoyal.ca

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	662, route 219 Napierville J0J 1L0 450-245-3565	3375, rue King Lyster G0S 1V0 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

LOCATION ÉQUIPEMENTS RAYDAN

RENOBOX PIERREVILLE



**Location
Équipements
RAYDAN**

- Location
- Vente
- Service
- Conteneur
- Entrepôt mobile

**VOS PROJETS.
NOS OUTILS!**



450 568-0505
info@equipementsraydan.com

**SERVICE D'URGENCE
24 HEURES**

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