

Août 2015

NOTRE MILIEU LA HAUTE - BEAUCÉ

GALA MÉRITAS 2014-2015



Félicitations à **Étienne St-Pierre** de Courcelles. Il s'est mérité la médaille du lieutenant Gouverneur.



Josiane Roy
de La Guadeloupe,
nommée personnalité
secondaire 1 de l'année !



Gabrielle Fortier
de Courcelles,
94% de moyenne générale !

Pusieurs élèves honorés en pages 8 et 9.
Félicitations !

S P E C T A C L E

Gratuit

UN ÉTÉ
MALADE !

19 août

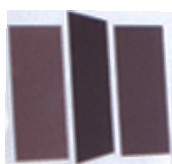
Le spectacle commence
à 18 h

Par les jeunes du



Pub réalisée par
Keven Gilbert et Nathan Jacques

CONCEPTION,
INSTALLATION ET
FABRICATION
D'ARMOIRES SUR
MESURE



ANDRÉ PATRY
PROPRIÉTAIRE

LESARMOIRESDECOURCELLES

CUISINE - SALLE DE BAIN

88 ROUTE PRINCIPALE, COURCELLES (QC) G0M 1C0
T 418.483.5237 F 418.483.3237
LESARMOIRESDECOURCELLES@HOTMAIL.COM

Nouveau site internet de la
municipalité de La Guadeloupe



Détails en page 2

Mot du maire

Avant toute chose, je remercie M^{me} Huguette Plante.

Au cours des deux dernières années, alors que je l'ai remplacée à cause des problèmes de santé qui l'ont tenu éloignée de ses tâches de mairesse, j'ai été en mesure de constater tout le travail qu'elle avait fait pour La Guadeloupe.

Je veux dire "Merci" à ceux et celles qui m'ont appuyé dans ma démarche de mise en candidature au poste de maire et vous, concitoyennes et concitoyens, je vous remercie de croire en moi en me confiant la responsabilité de la mairie de notre municipalité.

Je souhaite la bienvenue à M. Frédérick Poulin et le félicite pour son élection au poste de conseiller au siège no. 5. Je suis très heureux de voir qu'il y a de la relève.

Vous pouvez compter sur mon engagement avec toute mon équipe pour être au service de tous. Nous répondrons au quotidien aux attentes des citoyens et mettrons notre énergie et toute notre détermination pour mener à bien les projets indispensables aux besoins de chacun, suivant notre orientation première et notre unique objectif << l'intérêt général >>, poursuivant ainsi les actions déjà entreprises au cours des dernières années.

Avec l'aide et la collaboration de mes consœurs et confrères du conseil ainsi que des employés municipaux, nous allons continuer à faire de La Guadeloupe une VALEUR SÛRE où il fait bon vivre.

Rosaire Coulombe
Maire.

Dates à retenir

- | | |
|-------------------------|---|
| Lundi le 3 août 2015 : | Retour de vacances
(bureaux ouverts) |
| Lundi le 10 août 2015 : | Session du conseil 20h |
| Mardi le 11 août 2015 : | Conseil T.V. 18h |

une VALEUR SÛRE pour

Savoir | Me divertir | Visiter | M'établir | Prospérer

NOUVEAU SITE INTERNET

Nous vous invitons à visiter notre nouveau site internet:

www.munlaguadeloupe.qc.ca

Il vous est maintenant possible de publier de l'information via notre site:

ENTREPRISES

- ==> Offres d'emplois
- ==> Locaux ou bâtiments à louer
- ==> Terrain à vendre

PARTICULIERS

- ==> Maison à vendre ou à louer
- ==> Appartement à louer
- ==> Terrain à vendre

Faites-nous parvenir un court descriptif de votre offre, avec une photo (si possible) à l'adresse courriel suivante:

info@munlaguadeloupe.qc.ca

Il nous fera plaisir de la publier sur notre site.

Demande de permis

Procédure pour une demande de permis de construction - rénovation - transformation - démolition. La municipalité vous demande votre collaboration pour le traitement de la demande et l'émission du permis. Selon le règlement sur les permis et certificats, à l'article 3.2, la municipalité a un délai de 30 jours de la date où tous les documents exigés ont été présentés pour émettre le permis.

Nous vous demandons de bien vouloir prévoir d'avance, au moins 1 mois avant le début des travaux, pour faire la demande de votre permis afin d'éviter tout désagrément.

Merci de votre collaboration !




Prochain cours auto à La Guadeloupe
13 août 20h

Informations aux:
Tél. : 418-228-3005

Sans Frais : 1-877-228-3005

Message de votre Conseil de Fabrique

Pour faire suite au réaménagement des 10 paroisses qui est prévu pour 2016, le Diocèse de Québec recommande de former une Compagnie de cimetières. La raison est que, pour le conseil de fabrique qui va gérer les 10 paroisses, la charge serait trop lourde de gérer en plus les cimetières.

Sept conseils de fabrique de l'Unité Beauce-Frontenac ont pris la décision de demander au Diocèse de Québec de former une compagnie de cimetières.

Les sept conseils sont : Saint-Benoit, Saint-Honoré, Saint-Hilaire, La Guadeloupe, Saint-Évariste, Lambton et Saint-Sébastien.

Un comité provisoire a été formé afin de préparer une demande au Diocèse pour créer cette compagnie. Le nom provisoire proposé par le comité pour la corporation de cimetières est: «Les Sommets de la Paix».

Chaque conseil de fabrique a nommé des marguilliers afin de représenter leur paroisse et siéger sur le comité.

Trois réunions ont déjà eu lieu, un président, vice-président et une secrétaire ont été proposés et nommés :

Président provisoire M. Clermont Boulanger, La Guadeloupe
Vice-présidente provisoire madame Lise Roy, La Guadeloupe
Secrétaire provisoire madame Nancy Audet, Lambton.

Pour plus de renseignements vous pouvez toujours vous adresser à votre président de fabrique, il ou elle se fera un plaisir de vous renseigner sur le futur de vos cimetières de paroisses.

Alimentation
MARCHÉ
BONICHOIX

2005 Inc.
Elite

Méchoui

Service de buffets chauds et froids
Produits maison
Débitage de viande pour congélateur

102, Du Moulin Courcelles
Tél. : (418) 483-5243
Claude Roy & Julie Bernard, prop.


Le Poulet Frit
Ouvert 7 jours

UNIGLOBE
Voyages Infinity



Venez vivre l'expérience de voyager autour du monde.

*Jany Demers (23 ans d'expérience)
Conseillère certifiée*

1-877-560-8484 (Can./É.-U.)
Tél. : 418-227-8484
Télec. : 418-227-8488
jdemers@uniglobeinfinity.com



On vous prédit des économies

Anne Grimard |
Roger Grimard | Justin Tremblay
418 459-3457
Denis Tremblay
418 459-6341

PROMUTUEL
ASSURANCE

PROMUTUELASSURANCE.CA |  | 



Veillez prendre note que la réunion du conseil prévue le 10 août sera déplacée exceptionnellement le mercredi 12 août 2015.



Par Estelle Veilleux,
votre entraîneur

Défi du mois

L'eau = essentiel

Dans un climat tempéré, une personne de taille moyenne dépense plus de 2 litres d'eau corporelle par jour. Donc, si le corps n'est pas suffisamment hydraté, ceci entraînera des symptômes à votre corps, exemples :

fatigue,
surplus de poids,
étourdissements, etc.

On recommande de boire quotidiennement 2.5 à 3 litres d'eau par jour.



Trucs

- N'attendez pas d'avoir soif
- Préparez votre bouteille pour la journée
- Buvez à volonté !
- Variez les plaisirs ex. : ajouter du myo ou crystal léger à votre eau ou prendre un thé vert.

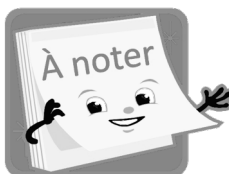
C'est plus facile qu'on pense d'accomplir des gestes santé. Et quand on voit qu'on obtient des résultats qui nous font du bien, ça motive à continuer !

Cours de Yoga

Dès septembre !

Possibilité de 2 groupes
(débutant/relax ou intermédiaire/intense).

Surveillez les informations
dans le prochain journal !



Pendant les vacances estivales, le bureau municipal sera fermé pour la période suivante :

Option #2 : du 23 juillet 2015 au 9 août 2015 inclusivement

Nous vous demandons de téléphoner à nos bureaux ou de consulter notre site web avant de vous déplacer.

Nous vous remercions de votre compréhension et vous souhaitons de bonnes vacances.

Du yoga l'été ?

Les bienfaits du Yoga

Le mot «yoga» signifie joindre, harmoniser, unifier. Bien plus qu'un simple sport, il est en fait une philosophie de vie, incluant des enchaînements de postures, des exercices de respiration, de méditation et de relaxation, dans le but d'atteindre l'harmonie des aspects physique, mental et spirituel de l'être. Le Yoga peut se pratiquer par tous, sans distinction d'âge, de sexe, de religion, de race, ou de condition physique. Il est un moment de retour à soi, de reconnaissance et d'acceptation de l'être tout entier, évoluant avec ses forces et ses limites, exempt de tout jugement, comparaison ou compétition. Il s'agit en fait d'être en pleine conscience face au moment qui se présente à soi.

Le Yoga apporte des bénéfices à tous les pratiquants, en voici quelques-uns :

- Sculpte et tonifie la silhouette
- Augmente la force physique, la souplesse et la mobilité
- Diminue les douleurs physiques chroniques
- Améliore les fonctions des systèmes circulatoire, hormonal, immunitaire, respiratoire et digestif
- Purifie et nettoie les organes
- Accroît la concentration
- Diminue le stress et l'anxiété
- Diminue les peurs, réduit les symptômes de dépression
- Équilibre et apporte l'harmonie des plans physique, émotionnel et spirituel
- Augment l'énergie, la vitalité
- Améliore l'humeur et l'estime de soi

Toutes les raisons sont donc bonnes pour dérouler votre tapis et profiter d'une séance bienfaisante!



St-Hilaire-de-Dorset

847, Rue Principale
St-Hilaire de Dorset
Tél. : 418-459-6872 Téléc. : 418-459-6882
munsthilaire@telstep.net :

1. Le Conseil municipal vous rappelle que vous êtes toujours invités à assister aux réunions mensuelles à compter de 20h.
Une deuxième période de questions a été ajoutée plus tôt à l'ordre du jour afin de permettre à ceux qui ne peuvent pas rester jusqu'à la fin de pouvoir s'exprimer.

Prochaines dates :

10 août 2015	20h	2 novembre 2015	20h
8 septembre 2015	20h	7 décembre 2015	20h
5 octobre 2015	20h		

2. Le bureau municipal sera fermé la semaine du 3 août. Je prendrai les messages sur la boîte vocale à chaque jour. Laissez-nous un message et nous ferons le nécessaire.

Si votre requête ne peut attendre ou que c'est une urgence, contactez
M^{me} Céline Bilodeau au 418-459-5675 ou
M. Roger Breton au 418-459-6860.

QUELQUES ASTUCES POUR BIEN RECYCLER!

Papier et carton :

- Défaire et aplatir les boîtes de carton
- Mettre le papier déchiqueté dans un sac transparent fermé
- Ne pas récupérer les papiers et les cartons souillés d'huile, de graisse ou de nourriture.

Verre :

- Bien rincer les contenants
- Séparer les bouchons des contenants et les mettre à part dans le bac bleu
- Rapporter vos bouteilles consignées chez les détaillants

Plastique :

- Bien rincer les contenants
- Séparer les bouchons des contenants et les mettre à part dans le bac bleu
- Placer tous les sacs dans un même sac
- Il n'est pas nécessaire d'enlever les étiquettes et les fenêtres des enveloppes
- Retirer les circulaires et les coupons de caisse des sacs en plastique

Métaux :

- Bien rincer les contenants
- Rabattre les couvercles des boîtes de conserve à l'intérieur
- Rapporter vos canettes consignées chez le détaillant

Terrain à vendre à St-Hilaire-de-Dorset

Terrain vacant partiellement boisé, ayant une superficie de 133 pi. de largeur et 142 pi. de profondeur.

Ce terrain est situé en zone blanche à St-Hilaire-de-Dorset à la sortie du village vers Lac-Drolet.

Pour renseignements,
communiquez avec
M^{me} Nicole Paradis
(418) 459-6779

Toute offre doit être faite par écrit
à l'attention de

Nicole Paradis
648 Principale
St-Hilaire-de-Dorset
G0M 1G0



685, route des Îles
à
St-Hilaire de
Dorset

HORAIRE DU RESTAURANT JUSQU'AU 16 AOÛT

Lundi au jeudi	de 8h à 20h
Vendredi	de 8h à 21h
Samedi	de 8h à 21h
Dimanche	de 8h à 20h

HORAIRE DU RESTAURANT À PARTIR DU 17 AOÛT

Lundi au jeudi	de 14h à 20h
Vendredi	de 14h à 21h
Samedi	de 14h à 21h
Dimanche	de 14h à 20h

LOCATION DE BATEAUX KAYAK, CANOTS,
PÉDALOS ET CHALOUPES

TARIFS :

Si vous venez au restaurant :
gratuit

Pour une visite ou une activité :

Adultes :	3 \$
Enfants :	2 \$

Pour plus d'informations, visitez notre site
Internet : www.campingdesiles2008.com

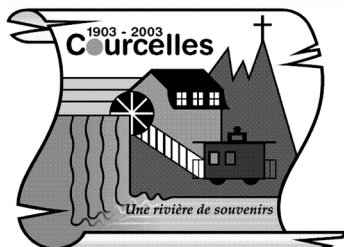
Offre de service en comptabilité

Vous cherchez quelqu'un
pour votre comptabilité???

Je me déplace pour la tenue de livres, fin de mois, rapports gouvernementaux, paie, comptes payables et recevables, états financiers...

Christine Fortier
418-484-3551





Bouge pour la Croix-Rouge



Invitation à tous !

Le comité organisateur, constitué de bénévoles de notre région, est très heureux d'annoncer la tenue d'un deuxième **Bouge pour la Croix-Rouge!**

Quand? Le samedi 29 août 2015 à Marston, à Baie des Sables, vers 8:30 ou avant!

Comment? Il vous suffit de vous inscrire et d'amasser des dons et/ou commandites.

HTTP://EVENEMENTS.CROIXROUGE.CA/BOUGEGRANIT envoyez le lien à vos amis!

Bouge pour la Croix-Rouge est une activité-bénéfice de nature sportive et familiale qui permet d'amasser des dons au profit de la Croix-Rouge de la **MRC du Granit**. Marcheurs, coureurs, canoteur/kayakiste et cyclistes de tous horizons se rassemblent en plein air pour parcourir 5, 10 ou 25 km.

Cette année, nous sommes fiers de compter sur le support de nos co-présidents d'honneur Madame Marielle Fecteau, préfet de la MRC du Granit, Madame Diane Turgeon, maire de Ste-Cécile de Whitton, Monsieur Marc Beaulé, maire de Piopolis et de Monsieur Maurice Bernier, ancien préfet de la MRC du Granit.

Dans les 20 municipalités de la région du Granit, l'action de la Croix-Rouge a été déterminante. Les bénévoles de la Croix-Rouge se rendent sur les lieux de sinistres pour venir en aide aux sinistrés qui ont souvent tout perdu. L'aide d'urgence offerte consiste à combler leurs besoins essentiels durant les 72 heures suivant le sinistre : hébergement, alimentation, habillement et réconfort.

Formez une équipe !

Voulez un truc? Inscrivez-vous maintenant pour éviter l'attente le matin même!

Pour notre activité « Bouge pour la Croix-Rouge » du 29 août, je vous invite à en parler autour de vous, à vous inscrire, à inviter vos amis, etc. Plus on est nombreux, plus on va être fou et plus on va avoir du fun!

Esthelle Larouche présidente (CFS) pour MRC du Granit



Prenez la Route du Classique
du 24 juillet au 2 août 2015

Songe d'été en musique QC
ÉCOLE DE MUSIQUE ET FESTIVAL

midsummermusicquebec.com

Samedi 1^{er} août 20h :

Musique pour violoncelle, guitare et voix. La chorale du festival, Dir. Alexander Dashnaw. Gloria, La Messa di Gloria de Giacomo Puccini et Serenade to Music de Ralph Vaughan Williams.

Dimanche 2 août 16h :

Gala final avec tous les participants.

Billets 20\$

Lambton :

BIT Lambton

P. Marceau : 418-486-2821

Stornoway :

L. Boulanger : 819-652-2400

Stratford :

M. Gauthier : 418-443-1046

St-Sébastien :

L. Blais : 819-652-1078

Courcelles :

E. Francoeur : 418-483-5646

Informations et

Spectacle 30 juillet :

P. Jobin : 418-483-5653

p.jobin@sogetel.net



En association avec
l'Orchestre de la Francophonie
www.yoacanada.org



Une production



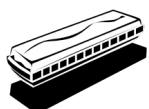
PayPal protège tous vos achats !



Midsummer Music Dream QC
MUSIC SCHOOL AND FESTIVAL
SINCE 2006

MESSE WESTERN ET PIQUE-NIQUE

Dimanche le **16 août 2015 10 h 30** une messe western aura lieu à l'église de Courcelles avec le groupe « **La Belle Gang** » qui est composé de 4 musiciens(nes) qui jouent de divers instruments de musique. Arrivez tôt les chants débiteront à 10 h.



Après la messe, le pique-nique hot-dogs, blé d'Inde et desserts variés seront servis à l'aréna de Courcelles.

- **Adultes prévente 10 \$**
- **À l'entrée 12 \$**
- **De 6 à 12 ans 5 \$**
- **5 ans et moins gratuit**

C'est au profit de la fabrique de Courcelles.

Bienvenue à tous et toutes!

Information : ☎ **418-483-5231**

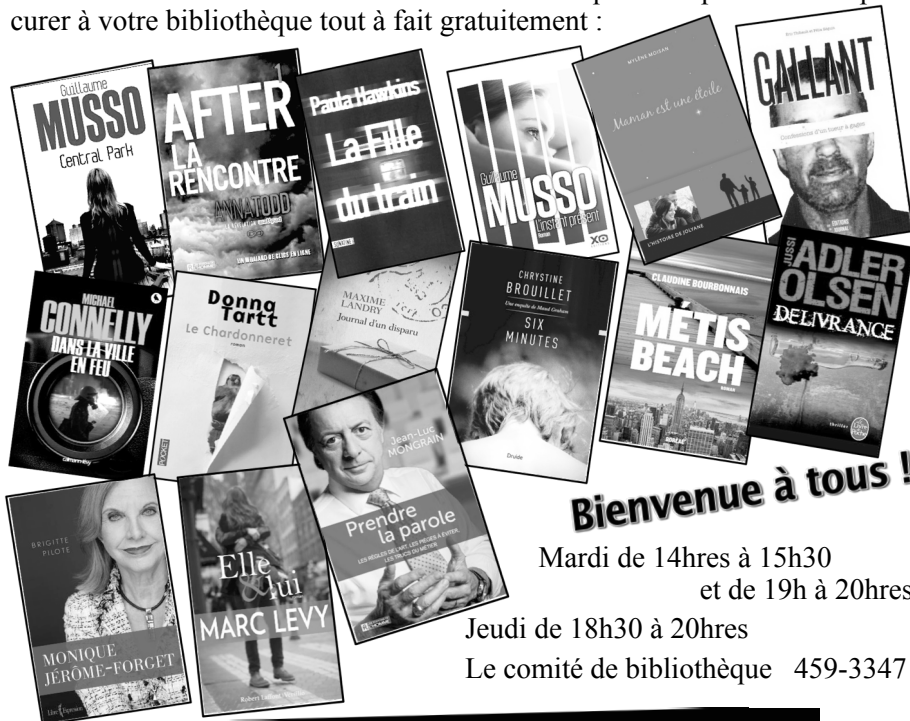


Bibliothèque Municipale



Comme vous le savez déjà, la bibliothèque municipale offre à ses lecteurs des livres et des revues pour tous les goûts. Mais ce que nous savons maintenant, c'est que les romans disponibles sont particulièrement au goût du jour. Et oui, en consultant la liste des meilleurs vendeurs de l'été 2015, nous avons rapidement constaté que la majorité des titres sont déjà sur nos tablettes!!!

Voici donc les meilleurs vendeurs de l'été 2015 que vous pouvez vous procurer à votre bibliothèque tout à fait gratuitement :



Bienvenue à tous !

Mardi de 14hres à 15h30
et de 19h à 20hres

Jeudi de 18h30 à 20hres
Le comité de bibliothèque 459-3347



L'A-DROIT de Chaudière-Appalaches

L'A-DROIT est l'organisme communautaire régional de promotion et de défense des droits en santé mentale. Nous desservons votre municipalité et la région de Chaudière-Appalaches. Si vous vivez avec un problème de santé mentale et avez des difficultés à faire respecter vos droits avec les services en santé mentale, les organismes publics (aide sociale, régie des rentes, DPJ, curatelle/tutelle, etc.) ou toute autre problématique concernant vos droits, L'A-DROIT peut vous aider ! L'A-DROIT distribue également des outils d'information sur les droits et dispense des formations sur les droits aux utilisateurs de services en santé mentale dans la région. Les services offerts sont gratuits et confidentiels et nous accueillons les gens sans jugement.

Notre organisme a récemment mis à jour son site Internet. Celui-ci contient une multitude de liens permettant aux personnes ayant besoin d'informations sur leurs droits d'y retrouver les informations juridiques pertinentes. Nous vous invitons à le consulter à l'adresse suivante : www.ladroit.org

Pour de plus amples informations, appelez sans frais Isabelle ou Renée au **1-866-837-1113 ou au 418-837-1113**

ou par courriel à l'adresse : ladroit@ladroit.org

Au plaisir de discuter avec vous,

François Winter

Directeur général L'A-DROIT de Chaudière-Appalaches



Garage
A.D.G. RICHARD



MISE AU POINT - PNEUS
BALANCEMENT & ALIGNEMENT ÉLECTRONIQUE
INJECTION ÉLECTRONIQUE
AIR CLIMATISÉ - REMORQUAGE



ACDelco

101, Rue Principale
Courcelles, Beauce-Sud
(Québec) G0M 1C0

Tél. (418) 483-5297
Téléc. (418) 483-5295

MASSOTHÉRAPEUTE



Sylvie Trépanier

Membre
monréseau+

Massages • suédois de détente
• thérapeutique
• femme enceinte

Rendez-vous sur appel
418-459-6301
sylvie.trep@hotmail.com

**TIMBER
MART**

Menuiserie
Gérard Faucher inc.

679, 4^e Rue Est, La Guadeloupe
(Québec) G0M 1G0

T. 418-459-3319 • F : 418-459-6422
mengfaucher@lino.com

Menuiserie générale • Quincaillerie
Détaillant de bois et matériaux de construction
Peinture Benjamin Moore, Sico
Fabrication de palettes et de boîtes en bois

Éric Gosselin Cell. : 418-222-3760
Carl Faucher Cell. : 418-222-3770
Sylvain Faucher Cell. : 418-222-3710

Galas Méritas 2014 - 2015

Le 2 juin dernier, a eu lieu à la Polyvalente Bélanger de St-Martin, le Gala Méritas Académique.

Ce Gala a honoré et récompensé l'effort des élèves méritants.

Plusieurs de ces élèves qui ont été commémorés pour leur côté académique ou sportif, proviennent de nos municipalités :

La Guadeloupe, St-Évariste, St-Hilaire et Courcelles sont fiers de la réussite de leurs élèves.

Félicitations pour votre succès !

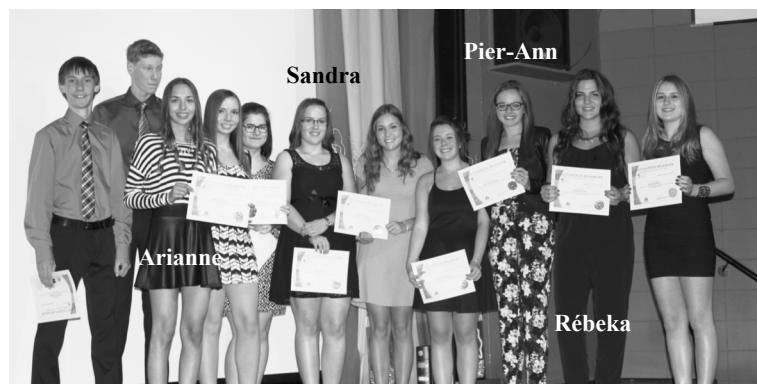


Josiane Roy (La Guadeloupe) 88% moyenne générale

Guenièvre Boily-Breton (St-Évariste) 86% moyenne générale



Sarah-Maude Lévesque (Courcelles) 86% moyenne générale
Gabrielle Fortier (Courcelles) 94% moyenne générale



Rébeka Boutin (La Guadeloupe) 91% moyenne générale
Pier-Ann Jacques (La Guadeloupe) 87% moyenne générale
Sandra Goulet (Courcelles) 90% moyenne générale
Arianne Arguin (Courcelles) 93% moyenne générale



Aryane Jacques-Brindle (La Guadeloupe) 87% moyenne générale
Samuel Létourneau (La Guadeloupe) 89% moyenne générale
Vanessa Hamel-Vigneault (La Guadeloupe) 86% moyenne générale
Kessie Breton (St-Hilaire-de-Dorset) 89% moyenne générale



Jennyson Tremblay (St-Évariste) 88% moyenne générale
Rébeka Lapierre (Courcelles) 91% moyenne générale



Personnalité Bélanger Secondaire 1 a été remis à Josiane Roy de La Guadeloupe.



Aryane Jacques-Brindle (La Guadeloupe) Alysson Bilodeau (Courcelles)
Sarah-Kim Tardif (La Guadeloupe) Alysson Poulin (La Guadeloupe)
Marie-Frédéric Richard (Courcelles)



William Dostie (au centre) de La Guadeloupe s'est mérité la bourse d'Acrylic Le-Bo.



Xavier Goulet-Sylvain (Courcelles)



Ariane Lessard de St-Évariste India Jacques de La Guadeloupe
Marika Labonté de St-Évariste Maude Nolet de La Guadeloupe



Félicitations à Étienne St-Pierre de Courcelles.
Il s'est mérité la médaille du lieutenant Gouverneur.

Pour le Mérite sportif l'équipe de Cheerleading



De Courcelles: Rébeka Lapierre et Karelle Labrecque.
De St-Évariste: Clara Fortin et Guenièvre Boily-Breton.

Merci

Au nom de la polyvalente Bélanger, nous tenons à vous remercier pour votre engagement dans la communauté lors de l'événement qui s'est tenu à Saint-Martin, le 2 juin dernier. Sans vous, la Polyvalente Bélanger n'aurait pas pu optimiser la qualité de ce gala Méritas.

Grâce à votre participation, vous avez permis à des élèves méritants de notre école de se voir récompensés devant leurs pairs et leurs parents.

Véronique Destrijker, responsable du gala
Daniel Bolduc, directeur intérimaire.

Camp de jour 2014 !

Par Jessica Grégoire et Kadouria Aini-Veilleux

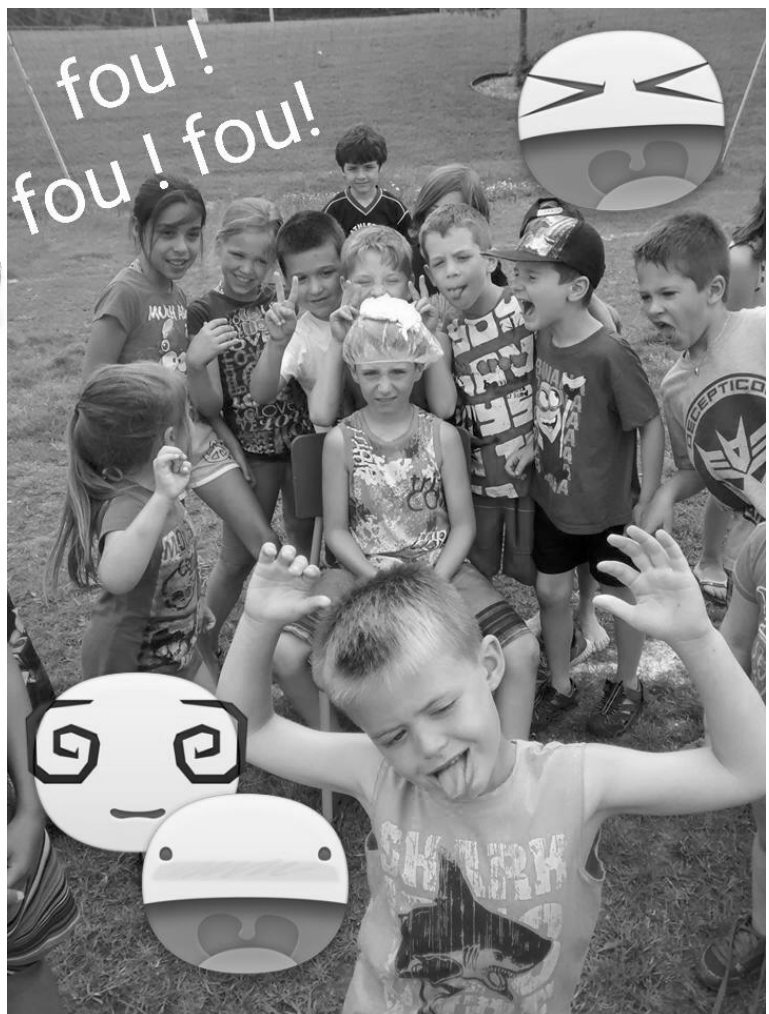
C'est incroyable comme les journées d'été passent rapidement au Camp de jour La Guadeloupe. Jusqu'à présent, la météo a été plutôt clémente avec nous. En cas de pluie, si nous sommes à l'aréna nous pouvons faire nos activités à l'intérieur. Si nous sommes en sortie, c'est un peu plus complexe. Par exemple, le 21 juillet, puisque la météo était incertaine, nous sommes allés au cinéma. Maintenant, nous croisons nos doigts pour notre sortie à Valcartier.

Par les années passées, nous avons eu de belles journées, mais un peu froides. Nous espérons que les autres journées soient plus ensoleillées et chaudes.

Une nouveauté cette année est la relaxation après l'heure du dîner pour ne pas oublier de se détendre. Avec l'OTJ, on a fait différentes sorties comme : la piscine (3x), le Zoo, Défi Laser, les fraises, l'AstroLab, la Vallée Beauceronne, la Zec Jaro, le Mcdo, le Domaine La Guadeloupe, le Village Vacances Valcartier, l'Exposition Agricole de Beauce inc, Zone Toxic, la plage Mégantic, la sortie du projet 11-14.

Cette année, nous préparons un grand spectacle avec tous les jeunes de l'OTJ. Ils pourront créer un numéro avec quelques personnes. Ensuite ils le présenteront devant tous les jeunes de l'OTJ et leurs parents.

Nous espérons revoir tous vos enfants l'an prochain!



HORAIRE DES MESSES

Courcelles, La Guadeloupe, St-Évariste et St-Hilaire

Courcelles: Dimanches : 2, 16 et 30 août à 9h

La Guadeloupe : Dimanches : 9 et 23 août à 10h30

Mercredis : 12 et 26 août à 19h

Jeudis : 6 et 20 août à 9h

St-Évariste: Dimanches : 2, 16 et 30 août à 10h30

Saint-Hilaire : Samedi : 1^{er} août à 16h30



Camps d'hockey 2015 - 2016

Consultez l'horaire sur www.ahmhaute-beauce.com



Début le 29 août

Le Club de natation

Le Club a débuté en 2011. D'année en année, le Club grandit. Cette année cinq nageurs se sont classés au niveau provincial. Ceux-ci s'entraînent 2 à 3 fois par semaine sous les directives et encouragements de Vanessa Roy et Samantha Roy... Une année remarquable !



Bravo à tous nos nageurs pour votre belle saison!

Le 7 août prochain se tiendra la grande traversée du Lac-Mégantic, 2 de nos nageurs seront présents à cette compétition d'une renommée internationale. Marylène et Mathieu Bouchard-Racine de Lambton vivront l'expérience de cette compétition de 1 km en eau libre.

Bonne chance à chacun de vous et soyez nombreux à aller les encourager !

**La session d'automne de natation débutera le
19 septembre
Inscription à partir du 1^{er} septembre**

Surveillez



pour l'horaire !

Téléphone: 418-459-3342
Christiane poste: 225
Isabelle poste: 224



On bouge pendant les vacances



Chronique Santé

Julie Trépanier

Saviez-vous que...



La corne aux pieds

La corne est un épaississement de la peau que l'on remarque surtout au niveau du talon et sous les orteils. Si elle n'est pas traitée, la corne peut devenir très dure, fendillée et parfois même prendre une couleur jaunâtre.

La corne aux pieds n'est pas douloureuse mais fort désagréable et peu esthétique! Cette peau dure et sèche s'épaissit au fil du temps surtout chez les personnes qui marchent beaucoup, qui portent de mauvaises chaussures et qui n'hydratent pas leurs pieds.

Un soin des pieds est alors conseillé et est efficace pour remédier à ce problème.

N'oubliez pas que vos pieds supportent le poids de votre corps une bonne partie de la journée!

Au plaisir de vous renseigner et à la prochaine chronique!

Julie Trépanier : Orthothérapie -Ostéodynamie
-Massothérapie -Soins des pieds

418-485-6204 www.julieorthokine.com

A poster for a soccer tournament. The background shows a large stadium at night with lights. In the foreground, there is a large soccer ball and a silhouette of a player kicking a ball. The text is in various colors and fonts.

Tournoi soccer fin de saison

Ligues locale et régionale

**les 14,15 et 16 août
à St-Martin**

Surveillez les horaires sur :
www.munlaguadeloupe.qc.ca

Soccer
La Guadeloupe

Pub réalisée par
Rémy Jacques

A poster for a softball tournament. The background is a collage of softballs and a softball glove. In the center, there is a logo with a silhouette of a player swinging a bat. The text is in various colors and fonts.

Tournoi de balle donnée

LIGUE BALLE 108

Fin de saison

**14, 15 et 16 août, à Lambton. Surveillez
l'horaire sur : www.munlaguadeloupe.qc.ca**

Pub réalisée par
Shannon Longchamp, Karelye Bégin, Marc Turcotte et Jérémie Turgeon

A logo for 'Camp-jour La Guadeloupe' with the text 'PROJET 11/14' and 'Implique-toi dans ta communauté !'. Above the logo is a photo of two young girls sitting at a computer.

Camp-jour
La Guadeloupe
PROJET 11/14
Implique-toi dans ta communauté !

Projet 11-14

Naomie Ouellet, Jessica Grégoire

Cette année au camp de jour nous avons un nouveau projet : «**Le projet 11-14**» c'est un moyen pour que les jeunes offrent leur aide, soit à la communauté et même aux moniteurs durant les journées du camp de jour soit du lundi au vendredi, partout dans le village de La Guadeloupe.

Nous, puisque nous sommes âgés entre 11 et 14 ans, nous utilisons nos talents en faisant de la mise en page (informatique) pour différentes publications, nous faisons aussi des travaux publics ; nous rendons service aux personnes âgées et peignons les clôtures de la piste cyclable, nous aidons les moniteurs durant les activités et les sorties, nous nous rendons utiles en devenant responsables des micro-ondes et du matériel à l'aréna et nous pouvons donner nos idées pour des nouvelles activités.

Ce projet nous permet de venir en aide aux moniteurs et notre communauté. De plus, ce projet est utile pour réduire le vandalisme car si nous avons travaillé sur quelque chose dans notre communauté, nous ne voudrions pas le briser pour défaire le travail fait. Aussi, nous faisons des tâches nous permettant d'être plus près du marché du travail puisque cette étape arrive très prochainement pour nous.

À la fin de ce projet, le 17 août, tous les participants auront une récompense bien méritée qui pour l'instant est encore secrète. Il s'agit d'une surprise !

Voici les travaux que nous avons déjà effectués :

Peinture; environ 15 jeunes de 11-14 ans ont participé

Publicité pour le groupe Facebook; environ 6 à 7 jeunes de 11-14 ans ont participé

Activités à l'aréna; environ 20 jeunes de 11-14 ans ont participé