

NOV. 2016

NOTRE MILLEU LA HAUTE-BEAUCE

**JOUR DU SOUVENIR
11 NOVEMBRE**



GRANDS PRIX SANTÉ ET SÉCURITÉ DU TRAVAIL

La CNESST récompense deux entreprises de la région Chaudière-Appalaches qui ont à cœur de prévenir les accidents.

La Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail (CNESST) a couronné les lauréats des Grands Prix santé et sécurité du travail dans la région de la Chaudière-Appalaches. Lors de cette remise, Perreault PlastiX inc. s'est distingué par leurs réalisations dans la catégorie Innovation, pour avoir mis en œuvre des projets tangibles ou des démarches proactives visant à prévenir les accidents, voire à sauver des vies!

**Lauréat Petites et moyennes entreprises, Perreault PlastiX inc.
Innovation, Madrier-Sécur.**

Les travailleurs de Perreault PlastiX inc. effectuent divers travaux d'entretien préventif, notamment sur les presses à injection. Ils font également l'installation de nouveaux rayonnages, le changement des ballasts ou des tubes d'éclairage et le nettoyage des conduits de ventilation à l'aide d'échafaudages. Pendant l'exécution de ces travaux, les travailleurs se plaignaient du déplacement des madriers. Ils craignaient qu'un travailleur se blesse grièvement en tombant à cause des mouvements inattendus des madriers. Une équipe s'est donc penchée sur le problème. Elle a en outre réalisé que plusieurs travailleurs de la construction au Québec éprouvent le même problème.

SOIRÉE G-FORCE

**LIEU: ARÉNA DE LA GUADELOUPE
DATE: 12 NOVEMBRE 2016
HEURE: 17H30**

**COÛT:
ADULTE: 25.00\$
ENFANTS: 8.00\$**

SOUPER: COQ AU PORC ET ROAST BEEF

MUSIQUE: LES FRÈRES FRED ET SAM POULIN

**INVITÉ SPÉCIAL: GILLES GAGNÉ
L'EXPÉRIENCE G-FORCE À BONNEVILLE**

VENEZ FÉLICITER PATRICK LESSARD POUR SON RECORD DU MONDE EN VITESSE !



EXPOSITION DE MOTONEIGES 2017

AU BÉNÉFICE DES



AU BÉNÉFICE DU CARHB



**N'oubliez pas le
changement
d'heure dans la
nuit du
5 au 6 nov. à 2h**



RÉCUPÉRATION DES FEUILLES MORTES

La Municipalité demande la collaboration de toute la population de La Guadeloupe pour effectuer la récupération des feuilles. Nous avons aménagé un conteneur au garage municipal (366, 8^{ème} Rue Ouest). À partir du 10 octobre au 14 novembre, toute la population est invitée à venir porter ses sacs de feuilles à l'intérieur de celui-ci.

Notre transporteur d'ordures est avisé de ne ramasser aucun sac de feuilles. En conséquence, nous vous demandons de les apporter au garage municipal à l'endroit indiqué à cet effet. Nous vous demandons de bien vouloir placer les feuilles dans des sacs pas trop gros (genre sac à ordures).

Nous le savons tous l'avenir est à la récupération, alors essayons de bien collaborer et ainsi éviter la hausse du coût des cueillettes de vidanges.

Merci de votre attention et de votre collaboration.



La municipalité tient à aviser la population que toutes les personnes qui seront prises à y déposer des objets, autres que des sacs de feuilles, seront passibles de fortes amendes. La municipalité effectuera une grande surveillance.

Merci de votre collaboration.

RAPPORT DU MAIRE: PAGE SUIVANTE !

Dates à retenir

- Mardi le 1^{er} nov. 2016 : **5^e versement de taxes 2016**
- Vendredi le 11 nov. : **Jour du Souvenir**
- Lundi le 14 nov. 2016 : **Session du conseil 20h**
- Mardi le 15 nov. 2016 : **Conseil T.V. 18h**

TRAVAILLEUR DE RANG

Depuis le début d'octobre, la région de Chaudière-Appalaches dispose du service d'un Travailleur de rang. Le concept de Travailleur de rang est semblable à celui du travailleur de rue. Dans une approche préventive proactive, le Travailleur de rang se promène en milieu rural avec pour cible les agricultrices, les agriculteurs et leur famille, tout en incluant la communauté et le réseau social. Ainsi, il soutient et accompagne ces derniers dans diverses étapes de leur vie, parfois plus difficiles.

Cela peut signifier un suivi psychosocial par téléphone et/ou sous forme de rencontres au local de l'organisme dans la région Chaudière-Appalaches, à la ferme, etc. Les personnes pourront me contacter :

- par téléphone : au 450-768-6995 ou
- par courriel : travailleurderang@hotmail.com ou lise@acfareseaux.qc.ca
- sur Facebook : Nancy Langevin (Travailleur de rang)
- WEB : au www.acfareseaux.qc.ca

L'organisme Au Cœur des Familles agricoles (ACFA) situé à Saint-Hyacinthe est l'investigateur de ce projet-pilote. Sa mission est de créer et d'implanter des conditions de vie appropriées et favorables afin de vivre une meilleure santé globale en milieu rural, plus spécifiquement agricole.

Merci de partager à vos proches et amis.

Au coeur des familles agricoles 2003 (ACFA)



600 rue Benoit,
St-Hyacinthe Qc J2S 1L6
Tél. : 450 768-6995
Courriel : lise@acfareseaux.qc.ca
WEB : www.acfareseaux.qc.ca



Camil Lachance
Tél. : 418-459-6530

Prochain cours auto
à La Guadeloupe

26 novembre, 19:00

Informations aux:

Tél. : 418-228-3005

Sans Frais : 1-877-228-3005

Dîner spaghetti & Salon des Artisans



Dimanche le 13 novembre 2016

Toutes ces activités se déroulent au sous-sol de l'église
Notre-Dame de La Guadeloupe

Dîner spaghetti
11h à 13h

Au profit de la Fabrique
de La Guadeloupe



Prix :

Adultes : 10\$ en pré-vente

12\$ à la porte

Enfants 12 ans et moins : gratuit



Salon des artisans
de 9h à 16h

Entrée libre

Venez encourager
nos artisans



Parrainé par :
Cercle de Fermières
La Guadeloupe



Organisé par le Comité de Bénévoles

Billets en vente :

Claire : 418 459-6345

Daniel : 418 459-3537

Presbytère : 418 459-3485

Club de la Fraternité de La Guadeloupe

vous invite à son dîner de Noël,

dimanche le 11 décembre 2016

Ce dîner aura lieu à la salle de l'Âge d'or.

Son but est de fraterniser à l'occasion des Fêtes qui arrivent à grands pas.

Ce sera un plaisir pour nous de vous accueillir !

La direction

Panier de Noël

2016

La Guadeloupe

St-Évariste

St-Hilaire

Le temps des fêtes arrive à grands pas.

Pour toi qui aurais besoin d'un panier de Noël, les formulaires seront disponibles au CLSC du 1^{er} novembre au 2 décembre.

Retournez le formulaire rempli au CLSC.

Chaque demande aura une réponse le 12 décembre.

Le comité d'aide alimentaire



Le comité de bénévoles remercie
les donneurs de sang du 14
octobre dernier.

Merci



On vous prédit des économies

Anne Grimard |
Roger Grimard | Justin Tremblay

418 459-3457

Denis Tremblay

418 459-6341

PROMUTUEL
ASSURANCE

PROMUTUELLASSURANCE.CA | |



RAPPORT DU MAIRE

Sur la situation financière de la municipalité

Chers concitoyens et concitoyennes,

L'article 955 du code municipal commande au maire de publier un rapport annuel sur la situation financière de notre municipalité. Cette obligation m'est d'autant plus agréable que les résultats démontrent une administration rigoureuse et responsable des deniers publics.

ÉTATS FINANCIERS ET RAPPORT DU VÉRIFICATEUR **POUR L'EXERCICE FINANCIER SE TERMINANT AU 31 DÉCEMBRE 2015**

Le rapport de nos vérificateurs externes, « Raymond, Chabot, Grant, Thornton », mentionne :

"À notre avis, ces états financiers donnent, à tous les égards importants, une image fidèle de la situation financière de la municipalité au 31 décembre 2015, ainsi que des résultats de ses opérations et de l'évolution de sa situation financière pour l'exercice terminé à cette date, selon les principes comptables généralement reconnus en comptabilité municipale au Québec".

EXTRAITS DU RAPPORT FINANCIER AU 2015-12-31

	2014	2015
L'état des résultats présente :		
• des revenus	3 268 807 \$	3 141 350 \$
• des dépenses	- 3 184 759 \$	- 3 411 790 \$
• des affectations	----- \$	214 238 \$
• des virements aux réserves financières	-- ---- \$	----- \$
• un surplus d'opération d'exercice	84 048 \$	56 202 \$

Par ailleurs le bilan démontre :

• un surplus accumulé non affecté	53 480 \$	109 681 \$
• des réserves et surplus affectés	260 016 \$	280 444 \$
• un fond de roulement	132 000 \$	136 000 \$
• des actifs non financiers	21 963 272 \$	22 218 936 \$
• une dette nette à long terme	11 033 992 \$	9 253 040 \$

Taux global de taxation :

• 2008	2.3816 \$
• 2009	2.4214 \$
• 2010	2.4757 \$
• 2011	2.4755 \$
• 2012	2.0719 \$
• 2013	1.9266 \$
• 2014	2.0219 \$
• 2015	2.0411 \$

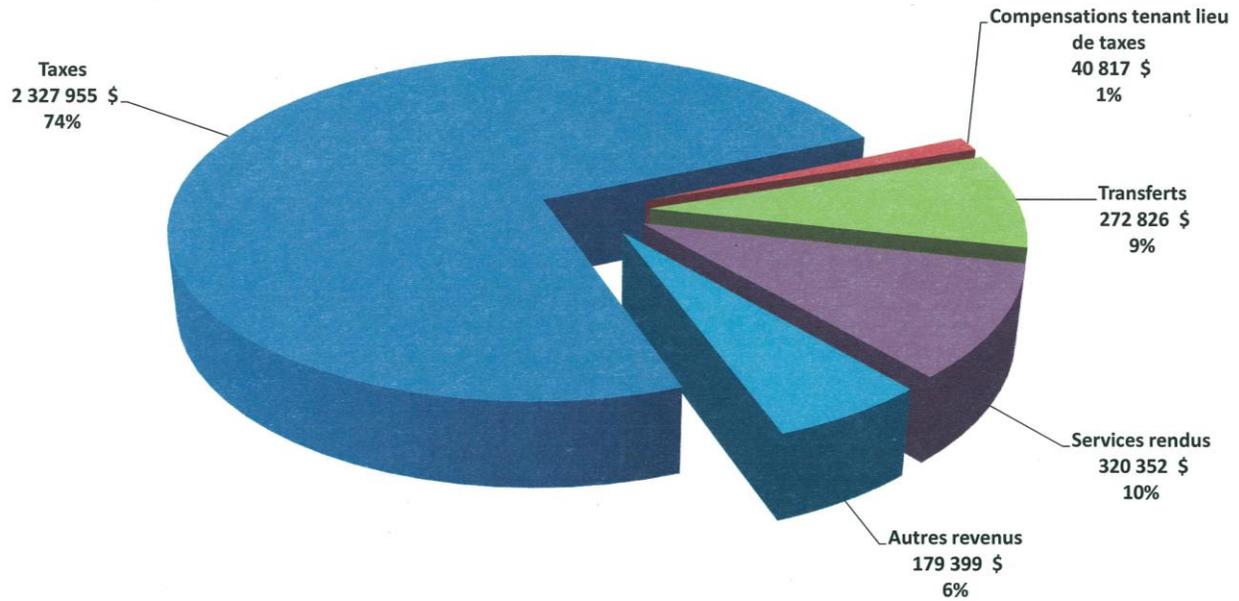
Le taux global de taxation = toutes les taxes + tarifs (ex : ordures) s'ils étaient perçues sur la base d'une seule taxe foncière. Une excellente méthode pour comparer le fardeau fiscal entre municipalités.

Noter : le taux global de taxation, même s'il demeure élevé, est quand même de beaucoup inférieur que celui des exercices 2008 à 2011

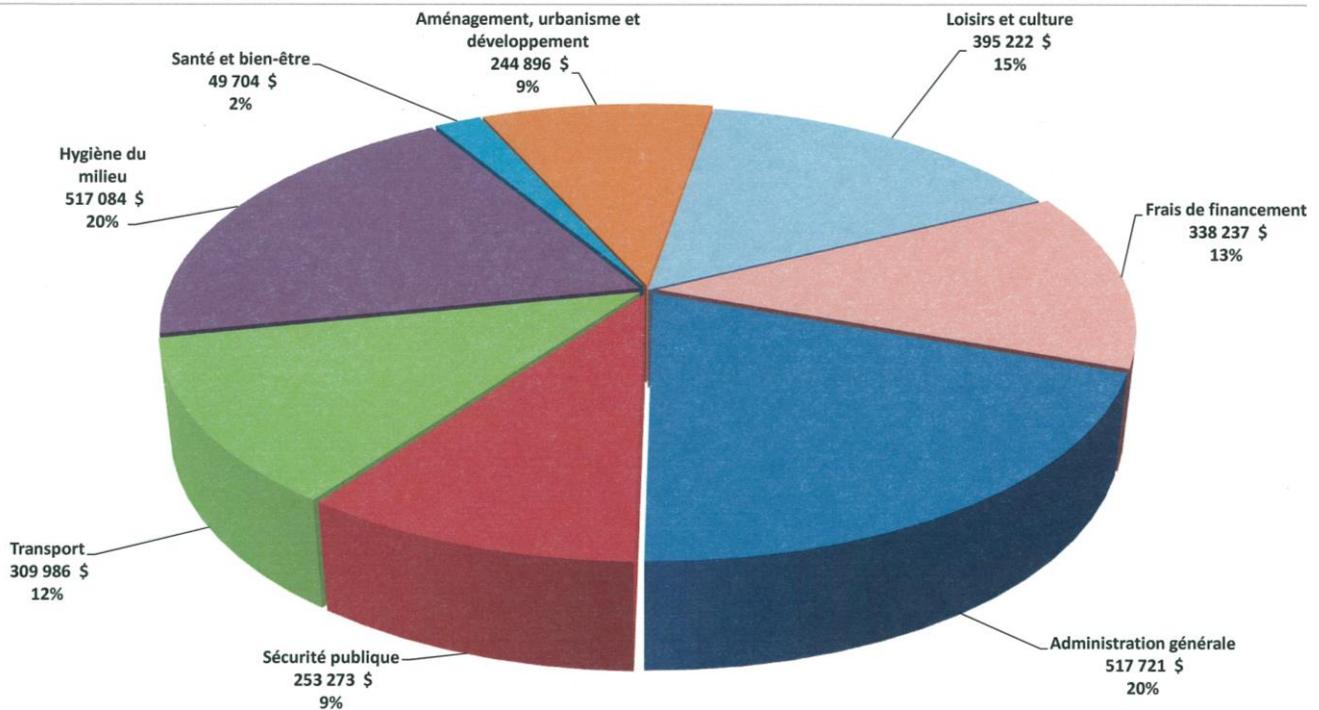
TABLEAUX FINANCIERS AU 2015-12-31

Voici deux(2) tableaux financiers illustrant les revenus et dépenses de la municipalité. Ils expriment plus clairement les données d'opération propres à la municipalité pour l'exercice 2015.

REVENUS DE FONCTIONNEMENT



DÉPENSES DE FONCTIONNEMENT



ESTIMATION DES RÉSULTATS FINANCIERS DE L'EXERCICE 2016

Suite au dépôt du rapport des activités financières, le 30 septembre 2016, nous sommes en mesure de prévoir fermer l'exercice financier en cours en équilibre budgétaire.

En 2016 nous avons canalisé nos énergies vers l'optimisation des services administratifs. Nous sommes en mesure d'offrir un meilleur service aux citoyens tout en contrôlant nos coûts :

- Mise en place de l'archivage numérique des documents
- Paiement numérique des fournisseurs (à venir tôt en 2017)
- Refonte du site WEB et accès public :
 - À la cartographie
 - Aux données du rôle d'évaluation
- Inscription et paiement en ligne pour les activités de loisirs

L'année a également été marquée par les travaux de réfection de la 26^e Avenue. Je félicite les membres du conseil pour leur vision à long terme et leur détermination à livrer ce projet. Je remercie sincèrement les citoyens touchés par ces travaux. Sans leur collaboration il nous aurait été difficile de respecter le budget.

CONTRATS (2016) DE PLUS DE 25 000 \$

Tel que requis aux alinéas 3,4 et 5 de l'article 955 du code municipal, nous publions la liste des contrats comportant une dépense de plus de 25,000 \$ pour l'exercice 2015.

Cette liste fait état des données au 2016-10-24 :

<u>Nom du contractant</u>	<u>Montant de la contrepartie</u>	<u>Objet du contrat</u>
Groupe Ultima	67 696 \$	Assurances
Hydro-Québec	143 127 \$	Énergie
Mi-Consultants	26 295 \$	Archivage numérique
R.B. inspection (1195) Inc.	27 341 \$	Inspection des égouts
Raymond Chabot Grant Thornton	28 951 \$	Travaux vérification + autres mandats
Sel Warwick	25 296 \$	Sel adoucisseur et sel à glace
Services sanitaires Denis Fortier	249 776 \$	Cueillette récupération et déchet
WSP Canada Inc.	112 362 \$	Services d'ingénieur (9 ^e rue Ouest, 26 ^e Avenue, gestion débordements)

TRAITEMENT DES ÉLUS (2016)

	<u>Rémunération</u>	<u>Allocation de dépenses</u>
Maire	11 262 \$	5 631 \$
Conseillers	3 754 \$	1 877 \$

ORIENTATIONS GÉNÉRALES POUR L'ANNÉE 2017

Les orientations :

- Consolider les revenus de location de la municipalité
- Élimination progressive de la subvention à la construction résidentielle
- Passer à la technologie DEL pour l'éclairage de rue (économie de 40% des frais d'énergie)
- Renouveler les compteurs d'eau
- Finaliser la préparation des dossiers de réfection de rues suivants
 - 6^e Rue Est
 - 8^e Rue Est et intersection 4^e Rue Est (Égout pluvial et voirie)
- Discuter des mécanismes de partage de ressources ou de fusion de services avec les municipalités voisines.
- Acquérir l'ancienne emprise du CP

L'année 2017 sera également marquée par le dépôt du projet de réforme cadastrale. Plusieurs activités d'information et de consultation des citoyens seront tenues sur ce dossier important.

CONCLUSION

Je veux remercier tous les employés pour leur grande collaboration et leur travail de qualité. Je désire souligner le travail exceptionnel des membres du conseil. Nous partageons une vision commune du développement de notre communauté. Nous avons réussi à implanter des méthodes et procédures de travail incitant les jeunes familles à s'installer chez nous. Nous misons sur ce qui nous rassemble et essayons de dépasser ce qui nous divise. Nous sommes fiers de servir la communauté de La Guadeloupe.

Le maire
Rosaire Coulombe

Donné à La Guadeloupe ce 28^e jour d'octobre 2016.



La réunion du conseil
**aura lieu lundi le
7 nov. à 20 h.**

Au plaisir de vous y voir!

LE CHANGEMENT D'HEURE, IL FAUT LE PRÉVOIR!



**N'oubliez pas le changement d'heure
dans la nuit du 5 au 6 novembre à 2h**

Le service des incendies vous recommande également de vérifier le bon fonctionnement de votre avertisseur de fumée et de remplacer la pile au besoin.

Le service des incendies vous rappelle qu'avoir un avertisseur de fumée en bon état, c'est comme avoir chez soi un pompier qui veille 24 heures sur 24 sur vous et votre famille.

CUEILLETTE DE FEUILLES MORTES

L'automne est maintenant à vos portes et il est temps de faire du ménage sur le terrain!

Il y aura dans le stationnement de l'édifice municipal, situé au 495, rue Principale, un endroit pour récupérer vos feuilles mortes. Vous pouvez les apporter jusqu'au 13 novembre 2016, dans des sacs attachés de grosseur normale.

L'entrepreneur affecté à la collecte des ordures ne ramassera pas vos sacs de feuilles mortes.

Merci de votre collaboration

Notez également que la réunion pour l'adoption du budget 2017 se tiendra le 12 décembre à 20 h.

Assemblée régulière des Fermières



**mercredi le 9 novembre
à 19h au local habituel**

Nous aurons des invités qui viendront nous parler de leur entreprise: Les Pissenlits Verts.

Le sujet portera sur différents produits naturels et biologiques et les super-aliments.

Le concours du mois : poignée avec appliquée.

Démonstration : apportez vos couronnes de Noël pour donner des idées des différents modèles existants dans le but d'en fabriquer une, chacune à sa façon.

À surveiller : cours de savon feutré samedi 12 novembre au local habituel.

Des précisions vous seront apportées lors de l'assemblée.

Bienvenue à toutes !

Dîner de Noël



La FADOQ vous invite à son dîner de Noël

**dimanche le 4 décembre à midi
à la salle blanche**

Par la suite, il y aura un après-midi récréatif.

Nous vous attendons en grand nombre!

Prix : 18\$

Micheline Dorval : 418 459-6609



**GRUPE VIACTIVE
à SAINT-ÉVARISTE**
Nouvelle équipe d'animatrices
Animé par Carmen Bilodeau et
Christine Couture

Activité **GRATUITE**

Quand : tous les **MERCREDI MATIN**
HEURE : 9h30 à 10h30
Endroit : à la salle de l'Âge d'Or

BIENVENUE À TOUS ET À TOUTES!

PROMOTION DE LA SANTÉ

Je participe au maintien d'une vie
saine et active de la personne.



**Association Bénévole
Beauce-Sartigan**
418 228-0007

**PORTEZ DES VÊTEMENTS
CONFORTABLES ET DES
SOULIERS PLATS
AMENEZ-VOUS DE L'EAU**

CONCOURS DE PHOTOS

Le concours de photos organisé dans le cadre des Journées de la culture a connu un vif succès, avec un grand total près de 1400 votes. C'est avec plaisir que nous vous dévoilons les noms des gagnants :

1^{er} prix : Yolanda Fores

Prix de participation

2^e prix : Céline Fortier

Panier de l'érable :

3^e prix : Myriam Busque

Renée Mathieu

Nous tenons à remercier tous nos participants et toutes les personnes qui ont voté pour leur contribution à cette réussite.

1^{er} prix



2^e prix



3^e prix





St-Hilaire-de-Dorset

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

Saviez-vous que :

Les travaux d'asphaltage du Grand Shenley sont terminés pour ce qui est de la partie appartenant à St-Hilaire-de-Dorset.

ATTENTION : Prenez note de la signalisation.

Si vous venez de St-Honoré-de-Shenley ou de St-Hilaire-de-Dorset, il y a **ARRÊT OBLIGATOIRE** à l'intersection.

Vous préparez vos célébrations pour le temps des Fêtes?

Sachez qu'à l'édifice municipal, il y a une salle pouvant loger 125 personnes assises disponible pour la modique somme de 100 \$ la journée.

Une cuisinette est aussi disponible si vous avez un traiteur.

Appelez-nous pour réserver au 418-459-6872.



APPLICATION VOILÀ

L'an dernier la municipalité s'est inscrite à une application qui permet aux citoyens de signaler les problèmes non urgents de la route, par exemple les fossés qui débordent et les trous. Il s'agit de l'application « Voilà ». Cette application est gratuite. Voici comment télécharger l'application.

1. Vous devez télécharger l'application sur votre téléphone cellulaire en allant sur « Google Play Store » ou sur « Apple Store ». (Voir icônes)
2. Cliquez sur la loupe en haut pour faire une recherche.
3. Écrivez « Voilà »
4. L'application a la même icône que l'image en haut de cet article.
5. Cliquez sur « Installer ».
6. Cliquez sur « Accepter »
7. Lorsque l'application sera complètement téléchargée, vous retournez à la page d'accueil de votre téléphone ou dans la liste de toutes les applications.
8. Vous pourrez voir l'icône de l'application. La même que l'image en haut de cet article.
9. Pesez sur l'icône.
10. Créez un compte. Vous n'avez qu'à suivre les indications de l'application et votre compte se créera facilement.
11. Quand ce sera fait, cliquez sur « Nouvelle demande », pour signaler un problème non urgent.



MASSOTHÉRAPEUTE



Sylvie Trépanier

Membre
monréseau+

Massages • suédois de détente
• thérapeutique
• femme enceinte

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

Conférence

« Ma job ou Ma vie »



CONFÉRENCE DE FRANÇOIS PARADIS

RESTAURANT BARIL GRILL DE SAINT-GEORGES (salle à l'arrière)

1390, boulevard Dionne
Saint-Georges (Québec)
G5Y 3V6

JEUDI 10 NOVEMBRE
DE 19 h À 20 h 30

Entrée : 20\$
(incluant café et pâtisseries)

Assistez à la conférence de François Paradis. François Paradis est chez-nous, en Beauce, pour livrer une conférence sur son parcours personnel et professionnel. Thèmes : Sa vie, la santé et nos aînés

Confirmez votre présence
auprès de Johanne Maheu
Tél : 418 261-3132



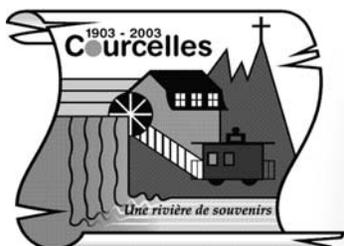
Le participant dont le total des contributions pour l'année civile courante atteint 100 \$ au jour de son inscription ne devra défrayer que ses dépenses personnelles. Une inscription par personne. Inscription obligatoire. Places limitées.

Aiguillage de patins



Il est possible de faire aiguiser ses patins à La Guadeloupe

Info. André Talbot 418-459-6539



RÉUNION DES FERMÈRES

Le conseil régional vous invite à une 1/2 journée de formation
mercredi le 2 novembre
de 8h30 à 12h

au 116 avenue du Domaine à Courcelles : sur place, vente de tissus et de fils à tricoter.



Bienvenue à toutes !

BALISONS NOTRE PROPRIÉTÉ !

Lors de l'opération de déneigement, pour éviter que notre machinerie brise votre pelouse ou autres, il est recommandé d'installer des balises en bordure de votre propriété. Lorsque vous installez des balises pour le déneigement, faites attention de ne pas les placer dans l'emprise du chemin. L'emprise appartient à la Municipalité et rien ne doit y être installé afin de ne pas nuire aux opérations de déneigement. Elles doivent être installées à l'intérieur des limites de votre terrain, plus précisément :

Rue : 0,9 mètres (3 pieds), à partir de la rue jusqu'à votre propriété (ou moins si obstacle).

Trottoir : 0,3 mètres (un pied), à partir du trottoir jusqu'à votre propriété (ou moins si obstacle).

De plus, nous priorisons le soufflage de la neige en rive, car il permet concrètement de :

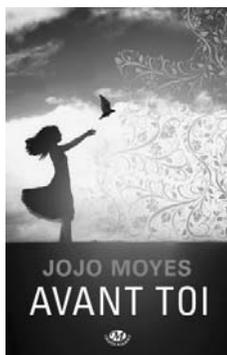
- terminer les opérations de soufflage et sécuriser les rues plus rapidement;
- diminuer les coûts puisqu'il y a moins de transport de neige.

À cette fin, il est recommandé de protéger vos aménagements et vos arbustes à l'aide de cônes, de clôtures à neige ou d'autres équipements disponibles chez votre détaillant.

Bibliothèque Municipale De La Guadeloupe

Pour mettre de la couleur dans vos journées, rendez-vous à votre bibliothèque municipale **le mardi ou le jeudi, de 14h à 15h30 et de 18h30 à 20h**. Faites comme nos centaines d'abonné(e)s et prenez l'habitude de nous visiter pour découvrir notre choix varié de revues, de documentaires, de romans et de livres pour enfants.

Voici quelques-unes de nos nouveautés:



Sans oublier la mise en place du projet "Lire, c'est un cadeau" qui s'adresse aux enfants de 5 ans et moins. Présenté dans un sac, chaque livre est accompagné de suggestions pour que le parent puisse transmettre le plaisir de lire à son enfant.

Le comité de bibliothèque
418 459-3347

LOGEMENTS SOCIAUX

H.L.M. et La Villa du Rêve

Appartements spacieux, subventionnés, abordables et accompagnés d'une ambiance chaleureuse !

Services disponibles pour répondre à vos besoins...

Établissements pour les personnes seules, les retraités, les couples, les gens autonomes et/ou en légère perte d'autonomie.

Également disponible pour un court séjour ou une période de convalescence !

Il faudra faire calculer et analyser le coût de votre location pour connaître l'aide financière admissible !

Un simple appel téléphonique pour plus d'informations...

430, 15^e rue ouest
La Guadeloupe, Qc G0M 1G0
Tél : 418-459-3046

Limitez les risques de contagion

Pour limiter les risques de contagion, lavez-vous les mains souvent dans la journée et évitez d'embrasser vos amis enrhumés : n'oubliez pas que la contagion est maximale deux jours après le début du rhume.

Si vous avez un diffuseur d'huiles essentielles, versez quelques gouttes d'eucalyptus radié ou de niaouli si vous sentez que vous avez déjà le nez bouché.

Prenez de la vitamine C

La vitamine C est une des vitamines essentielles pour lutter contre les infections. Même si vous consommez au moins 5 fruits et légumes par jour, parmi lesquels des oranges, du chou, des kiwis ou des fruits rouges (ce qui vous permet d'atteindre l'apport journalier recommandé de 110 mg), une supplémentation va vous permettre d'optimiser votre résistance aux rhinovirus. L'idéal, selon le nutritionniste Jean-Paul Curtay, est de couper en quatre un comprimé de vitamine C à sucer et d'en consommer un quart toutes les deux heures, pour en faciliter l'absorption.

Lavez-vous le nez

Le lavage des fosses nasales est le premier geste anti-rhume ! Une pulvérisation de solution nasale à base d'eau de mer dans les narines nettoie la muqueuse nasale et permet d'épurer l'air inspiré avant qu'il n'atteigne les poumons. Un véritable geste de prévention en période d'apparition des virus.

Faites du sport

Une étude américaine a montré que des séances de sport régulières de 20 minutes permettent de stimuler les défenses de notre organisme et ont l'effet surprenant de renforcer notre sentiment d'être en bonne santé ! Du coup, on est malade deux fois moins souvent que les personnes qui ne font pas de sport et quand on attrape un petit virus qui passe, la durée et la sévérité des symptômes sont réduites de 30 à 40%.

Viruses de la grippe

cherche personne sympa pour passer l'hiver



Prise de sang



Vous avez une prescription médicale ?

Johanne Gilbert-Roy, infirmière, est disponible pour faire votre prise de sang.

**À la clinique médicale de St-Honoré
les mardis de 6h à 9h
disponible le vendredi au besoin**

- Apportez votre prescription
- Déposez-la à la pharmacie de St-Honoré

À domicile, je me déplace

- Pour les personnes âgées ou en perte d'autonomie
- Pour les travailleurs à l'extérieur ex : camionneur, construction...

Johanne Gilbert-Roy

418-485-6739

Tarif : 15\$

C'est avec plaisir que je vais traiter votre demande et vous rappeler. Laissez votre message sur le répondeur.

P.S. : je suis aussi disponible pour des soins divers ainsi que pour donner des bains.

isolationca@hotmail.com

ISOLATION
CHAUDIÈRE
APPALACHES

Yves Faucher
propriétaire

383, 1^{re} Avenue
La Guadeloupe (Qc)
G0M 1G0

BEAUCE 418 957-3643
LAC-MÉGANTIC 819 582-7721
RÉSIDENTE 418 459-3957

Alimentation 2005 Inc.
MARCHE BONICHOIX *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.



Ouvert 7 jours

**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

PÈLERINAGE - CINÉMA

On entend souvent parler de personnes qui ont choisi de vivre le Pèlerinage de Compostelle. J'avoue que c'est une expérience de foi qui m'interpelle. Si c'est bon pour les autres, ça devrait être bon pour moi !



Mais avant de vivre une telle expérience spirituelle j'ai choisi de vivre des pèlerinages beaucoup plus courts et beaucoup plus proches de mon milieu de vie de foi.

En mai dernier, j'en ai organisé un vraiment proche de chez moi. Nous sommes partis cinq pèlerins de l'église de La Guadeloupe pour se rendre à l'église de Saint-Hilaire. Quelle journée extraordinaire pour des personnes qui aiment marcher, prier et échanger.

L'abbé Michel est venu nous rejoindre et nous avons fait un bout de chemin ensemble. Une visite de l'église et une messe ont conclu l'activité !



Par la suite, j'ai décidé d'en organiser un deuxième ! Pourquoi pas !

Dimanche le 11 octobre dernier, sept pèlerins se mettaient en marche après l'eucharistie, de l'église de Sainte-Martine de Courcelles pour se rendre encore une fois à l'église de Saint-Hilaire. Une autre journée exceptionnelle ! Vraiment tout était de notre côté : température fraîche, route peu fréquentée, paysages tout en couleurs et des marcheurs de bonne humeur !

Notre vicaire, l'abbé Yves, nous a confié une intention spéciale : prier pour les prêtres. Ça valait la peine de nous mettre en marche ! Cela nous faisait plaisir de le faire. Quelle motivation pour se rendre jusqu'au bout !

Après le pèlerinage, Marc nous a accueilli dans sa grange à St-Hilaire. Il avait choisi de nous présenter un film dont le titre est Cristeros. Le cinéma de la foi convenait à tous les marcheurs !



Ça reposait les pieds un peu fatigués !...

Personne n'est resté indifférent à ce film. Une autre façon de se nourrir spirituellement.

Nous avons soupé ensemble et la soirée s'est terminée par un échange : ce film m'amène à prendre conscience de jusqu'où va notre foi ?



Toutes les personnes ont très bien participé ! Bravo ! Ce n'est qu'un début !...



Merci à Marc et aux pèlerins ! Une journée bien remplie ! Une expérience de foi à revivre ! J'ai hâte à l'an prochain ! Peut-être serez vous des nôtres !

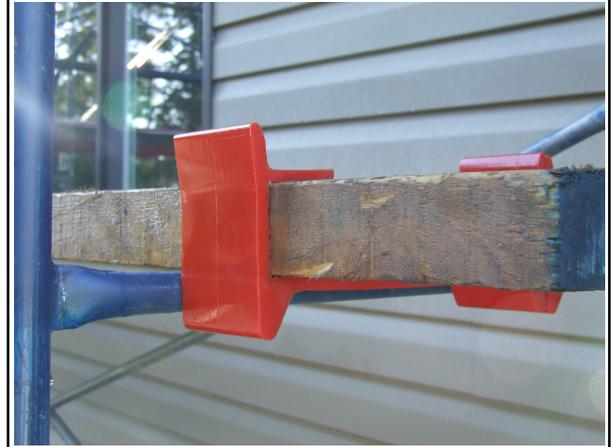


Martine Jacques

Suite...

Grands Prix santé et sécurité du travail

Madrier-Sécur est un dispositif de retenue pour les madriers. La conception de cette innovation assure une adhérence maximale, car le dispositif s'installe et se fixe sans nécessiter l'utilisation de clou ni de vis. Celui-ci augmente la stabilité des madriers et les empêche de basculer et de se déplacer. Il est léger et ergonomique, ce qui permet de stabiliser un second madrier pour les échafaudages multiples.



Le Napoléon



Immeuble à vocation locative,
2 ½ et 3 ½

Pour personnes autonomes ou en légère perte d'autonomie. Avec salles de lavage, salle à dîner et salon communs. Service des dîners et des soupers, inclus dans l'offre de service de base requis, offrant une tranquillité d'esprit et une plus grande liberté.

Inf. : 418-483-5918 ou 418-486-7718



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
Télééc. (418) 483-5295



Lise Paré

Trucs et astuces

Comment économiser des centaines de dollars par mois

Épargnez sur l'assurance habitation

La plupart des polices d'assurance habitation offrent une franchise de base (le montant que vous aurez à déboursier si vous faites une réclamation) de 500\$. Mais si vous haussez cette dernière à 1 000\$, vous pouvez économiser 200\$ ou plus par année sur la prime à payer. En plus, votre taux est moins susceptible d'augmenter, puisque avec une franchise plus élevée, votre assureur suppose que vous serez moins enclin à faire des réclamations futiles.

Deux voitures, vraiment ?

Si vous visez de grosses économies mensuelles, songez à remplacer votre deuxième véhicule par du covoiturage.

Même médicament, moins cher

Les produits de marque maison des pharmacies sont souvent identiques à l'original, mais coûtent beaucoup moins cher.

Est-ce payant d'être membre ?

Plusieurs consommateurs avertis sont de grands adeptes de Costco, et il faut le reconnaître, les frais d'adhésion de base sont rentabilisés rapidement. Surtout si vous achetez des articles chers comme une télévision ou des électroménagers. Mais attention de vous mettre à acheter des choses dont vous n'avez pas besoin.

L'endroit où vous habitez influence votre façon de dépenser

Nous créons nos habitudes de consommation à partir de celles des amis, de la famille et des voisins qui composent notre milieu social. Donc, si vous vivez dans un secteur où tout le monde conduit une voiture de luxe, vous serez plus enclin à en vouloir une vous aussi. Si vous ne prenez pas garde, votre désir d'atteindre cette norme de consommation pourrait avoir des conséquences néfastes sur votre compte de banque. C'est un pensez-y bien lorsque vous choisissez un quartier où habiter. Si tout le monde autour de vous a un revenu disponible plus élevé que le vôtre, il vous sera difficile de suivre. Mais si vous êtes un acheteur compulsif, vous pourriez devoir recourir à des solutions plus radicales, comme déménager.

Plus près du boulot

Si vous aimez la vie urbaine, vous pouvez envisager de déménager plus près du travail et de prendre les transports en commun pour éviter les longs déplacements.

Les légumes bio ne sont pas tous égaux

Vous ne devez acheter bio que les produits qui contiennent normalement le plus de contaminants. Ça vaut la peine de payer plus cher pour les variétés biologiques de céleris,

pêches, fraises, pommes et bleuets. Mais vous pouvez vous passer du bio qui coûte en général 25 % plus cher pour le maïs, les avocats ou les mangues, qui ont une pelure qui bloque les produits chimiques.

Choisissez votre supermarché

Votre famille pourrait épargner des centaines de dollars par mois en passant d'une épicerie fine à un détaillant à escompte comme Super C ou Maxi.

Gardez l'œil ouvert !

Lorsque vous allez au supermarché, vérifiez la lecture des codes à barres à la caisse. Si un prix erroné s'affiche, vous pouvez souvent obtenir l'article gratuitement.

Évitez de visiter toutes les allées

Les consommateurs dilapident près du double de leur budget discrétionnaire lorsqu'ils parcourent toutes les allées du supermarché plutôt que de se rendre seulement dans celles des articles dont ils ont besoin. Alors demandez-vous si vous devez vraiment passer dans la section des biscuits plutôt que d'y pousser votre panier sans réfléchir. Vous mangerez plus sainement aussi.

Une facture moins épicée

Vous économiserez beaucoup en achetant des épices de la marque maison des magasins ou chez un commerçant les offrant en vrac.

L'illusion, format géant

La plupart des consommateurs s'imaginent qu'ils vont économiser en optant pour de grands formats de boîtes de céréales, de jus, de papier essuie-tout ou autre. Mais si vous y regardez de plus près, vous constaterez que les détaillants essaient parfois de vous en faire acheter plus pour le même prix unitaire. Si vous voyez quelque chose qui semble en solde, regardez bien le prix à l'unité, il arrive plus souvent qu'on ne le pense qu'un article de la vie courante, comme le dentifrice, coûte moins cher par millilitre dans un petit tube que dans un gros.

Mignons, mais attention !

Méfiez-vous des collations de format pour enfants et des autres adorables produits qui leur sont destinés. Ils sont alléchants, mais habituellement, le manufacturier ne fait que mettre des aliments d'adultes dans de jolis petits emballages et gonfle les prix. Au lieu d'acheter un paquet de petits morceaux de fromage et de craquelins, achetez des craquelins et tranchez le fromage vous-même. Voilà ! Vous avez une collation instantanée.

Épargnez sur l'assurance auto

Payez-vous trop pour votre assurance auto ? Si vous avez une voiture vieillissante, par exemple, il pourrait être avantageux de laisser tomber la couverture pour les dommages à votre véhicule lors d'un accident où vous êtes responsable. Il pourrait également être intéressant d'augmenter votre franchise pour réduire le montant de la prime à payer.



Michèle Grimard

Chronique de Foi

*Si l'espérance t'a fait marcher plus loin
que la peur tu pourras tenir jusqu'au
soleil de Dieu (parole tirée d'un chant)*

Le mois de novembre est un mois qui nous amène à réfléchir sur le sens de la mort.

La foi qui nous habite, donne à notre existence l'espérance d'une vie transformée après notre mort.

Durant notre vie terrestre, nous avons toujours des étapes à traverser pour avoir le sentiment du devoir accompli. Il faut se préparer pour l'hiver, pour la réussite d'une fête, pour tel ou tel projet à venir. Finalement, nous nous préparons pour bien des événements. En y pensant bien, nous sommes toujours en préparation de quelque chose afin d'arriver à une réussite. C'est aussi vrai pour réussir le passage de notre mort à la vie éternelle. Tous ces gestes de bonté, d'accueil, d'amour nous demandent souvent de l'oubli de soi. Pensons-nous que tous ces efforts tombent dans le néant à notre mort?...

Tout ce que nous accomplissons de bon n'est pas vain. Nous avons un avenir certain dans l'éternité.

Pour celui qui croit à l'éternité, l'espérance devient une invitation à se dépasser afin de rendre la vie plus belle, d'apprendre à grandir de ses erreurs et traverser les moments difficiles.

Cet avenir sur notre mort et l'après vie a été bien décrit dans une prière de P. Monier que je cite : « O mort, tu es devant moi comme l'arrivée au sommet. Tu es au bout de mon voyage l'entrée dans la maison. Tu es l'au-revoir d'un côté et le bonjour de là-bas.

Prière : Seigneur, il m'arrive de douter de l'éternité; pourtant tout me dit que la vie ne se termine pas avec la mort. Tu ne m'as pas créé seulement pour un bout de vie où tout ce que j'ai vécu, toutes les personnes qui sont entrées dans ma vie deviendraient néant. Merci de me redire que je serai attendu après ma mort. En attendant merci pour la vie. Comme je ne saisis pas toujours la beauté de l'au-delà eh ! bien je ne suis pas trop pressée de rentrer à la maison...

HORAIRE DES MESSES

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



Courcelles :	Dimanches :	6 et 20 nov. à 9h
La Guadeloupe :	Dimanches :	13 et 27 nov. à 10h30
	Jeudis :	3, 10, 17 et 24 nov. à 16h
St-Évariste :	Dimanches :	6 et 20 nov. à 10h30
St-Hilaire :	Samedi :	5 nov. à 16h30



Chronique Santé

Julie Trépanier

Saviez-vous que...

La mycose du pied (pied d'athlète)

Inflammation de la peau localisée surtout entre les orteils, le pied d'athlète est provoqué par un champignon très contagieux, le dermatophyte. Il se manifeste sous forme de fissures, peau blanche, vésicules. Ce champignon provoque des démangeaisons et peut également se propager aux autres orteils ou sous les ongles.

Les endroits chauds et humides comme les vestiaires, les saunas, les piscines, les douches collectives sont des endroits propices pour attraper cette affection. Les personnes les plus à risque sont les sportifs, les diabétiques, les personnes ayant des problèmes circulatoires ou ceux qui prennent de la cortisone.

Si elle n'est pas soignée, une mycose du pied peut infecter tous les orteils, atteindre le dessus et le dessous du pied et se propager également au niveau des ongles. Il est donc conseillé de consulter avant que la propagation ne soit trop importante!

Soyez bien informé et recevez le bon traitement!
Orthothérapie - Ostéodynamie - Massothérapie
418-485-6204 www.julieorthokine.com
Soins des pieds
(Caroline Lapointe; technicienne en hygiène des pieds)



GROUPE UNISSON

Le CEPS Beauce-Etchemins offre un service de soutien et d'accompagnement individuel ou de groupe pour les jeunes vivant un deuil (6 ans à 17 ans). Notre objectif est d'outiller les jeunes afin qu'ils puissent traverser leur deuil le plus sereinement possible.

**Nous démarrons un groupe en début novembre
pour les jeunes entre 6-11 ans.**

Pour toutes informations ou pour vous inscrire,
contactez-nous au : **418-228-3106**

Festival du Livre
SCHOLASTIC

Bienvenue au
FESTIVAL DU LIVRE
Des livres pour tous les petits monstres!

Jeudi le **24 novembre**
De 15h à 20h

Samedi **26 novembre**
De 8h à 12h

Livres pour tous!
Les parents comme les enfants!



Les P'tits Griffons
CPE Calou
418 459-3131

424, 15^e Rue Ouest
à La Guadeloupe

Prix de présence et de participation

IDÉE DE CADEAUX DE NOËL!



CRE
CENTRE DE RECHERCHE D'EMPLOI
BEAUCE-ETCHEMINS INC.

UN ACTEUR MAJEUR
pour votre retour en emploi



- ✓ CV et lettre de présentation
- ✓ Transfert de compétences
- ✓ Préparation à l'entrevue
- ✓ Internet et recherche d'emploi

 www.crebe.qc.ca | info@crebe.qc.ca

SAINT-GEORGES
11400, 1^{er} Avenue, local 110
Saint-Georges (Québec) G5Y 5S4
418 227-5445

SAINTE-MARIE
1035, boul. Vachon Nord, local 500
Sainte-Marie (Québec) G6E 1M4
418 386-4445

En partenariat avec :


« Le Centre de recherche d'emploi Beauce-Etchemins est un organisme à but non lucratif ayant comme mandat d'aider les personnes de la région à intégrer le marché du travail.

Toute personne en recherche d'emploi, et ce, sans discrimination concernant son âge, sa profession et sa scolarité peut bénéficier de notre expertise en recherche d'emploi.

BADMINTON

DU 28 SEPT. AU 1^{ER} MARS



Les mercredis de : 19h à 21h

Au Centre sportif La Guadeloupe

Info : 418-459-3342 pst 224

Centre de photocopie
couleur laser

D.M.



Danie Mathieu, propriétaire
418.459.6098

commandez en ligne au
www.photocopiedm.com

Pour mieux vous servir,
le Centre de Photocopie D.M.
déménage dans ses nouveaux
locaux à la fin d'octobre.

DÉMÉNAGE ET AGRANDIT!

NOUVEAU!

Copie et impression de plan
en noir et en couleur

Apportez votre plan papier ou sur clé USB
ou

envoyez-le nous en pdf par courriel
à info@photocopiedm.com

649, 14^e avenue, La Guadeloupe G0M 1G0
dans l'édifice du Dollarama



CONCOURS

GARAGE
ANDRÉ PLANTE
& fils

CONCOURS

Il nous fera plaisir de faire tirer un **iPad Mini** parmi tous ceux et celles qui auront acheté 4 pneus d'hiver neufs!!!

**Le tirage aura lieu
vendredi le 23 décembre 2016**

Bonne chance !!!



122, Route St-Hilaire Saint-Évariste
418-459-6454

L'achat doit être fait entre le 15 septembre 2016 et le 23 décembre 2016.

Première partie locale

de votre équipe locale sénior dans la LLH



VS



C'est un rendez-vous:

Vend. 2 décembre

20:00

Centre sportif Armard-Racine

Activités à venir

- ◆ power skating
- ◆ cours d'ordinateur
- ◆ cours Ipad
- ◆ cours tablette
- ◆ cours de patin
- ◆ cours d'anglais
- ◆ cours cheerleading
- ◆ cardio raquettes

Informations à venir, suivez-nous:



Loisirs Culture Haute-Beauce

L'Auberge d'Andromède



Certificat cadeau

Forfaits

Massothérapie - Équitation
Ferroir - Raquette

Courcelles (Canton de l'Est)
Tél.: 418 483.5442

www.aubergeandromede.com
andromedetour@sympatico.ca

Jean-Pierre Roy

Distributeur de nourriture
pour chiens et chats

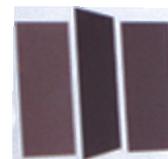
Livraison à domicile

Tél: 418.483.5706

j-pierre2011@hotmail.com

140, avenue de la Plaine, Courcelles (Québec), G0M 1C0

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