

Juin 2015

# NOTRE MILIEU

LA HAUTE-BEAUCE

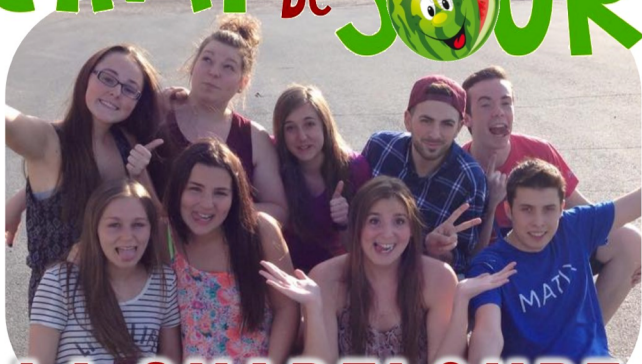


Défi têtes rasées



Détail en page 9

## CAMP de JOUR



## LA GUADELOUPE

Détail en page 15

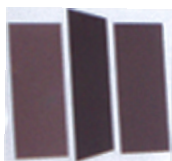


### COLLECTE DE SANG

Une collecte de sang aura lieu le  
**mardi 29 juin 2015**

Au Centre sportif de  
La Guadeloupe de  
13h30 à 20h.

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

7 juin 2015

## fête Familiale St-Évariste

10h : compétition de natation  
tournoi de tennis

13h30 : bain libre

Dîner hot-dog pour tous !

**ACTIVITÉS GRATUITES !**

Inscription avant le 1er juin 2015

- Compétition de natation, inscription : à ton moniteur
- Tournoi de tennis, inscription : 418-459-3342 pst 224

## Quand nos déchets = \$

En effet, la saine gestion de nos matières résiduelles (déchets) a non seulement des répercussions écologiques et environnementales mais aussi des répercussions financières.

Valoriser nos déchets consiste à utiliser au maximum les matériaux et générer le minimum de rebuts.

Les 3 moyens les plus connus de disposer de nos matières résiduelles sont :

- 1 - Le bac à déchets
- 2 - Le recyclage
- 3 - La boîte à compost

1 - Le bac à déchets est la manière la plus facile, la moins écologique et la PLUS DISPENDIEUSE car il en coûte \$85,00 la tonne et plus pour l'enfouissement, plus les frais de transport, lequel transport génère de la pollution.

2 - Le recyclage qui demande un petit effort est un procédé de traitement de certains déchets qui permet de réintroduire dans un cycle de production un produit et lui donner une 2<sup>e</sup> vie, et même plus.

Le recyclage a 2 conséquences écologiques majeures :

- 1) la réduction du volume des déchets et donc de la pollution qu'ils causeraient.
- 2) la préservation des ressources naturelles. Et il ne faut pas oublier l'aide humanitaire que certains matériaux peuvent apporter. Exemple: les vêtements.

- 3) Le compostage, même s'il demande un peu d'effort, est le plus économique et le plus écologique mais aussi des plus valorisants. Le compostage est une opération qui consiste à laisser se dégrader des déchets organiques en présence de l'oxygène de l'air.

Pour les personnes intéressées à en connaître plus sur le compostage, une présentation pourra être faite.

Communiquez avec votre municipalité, laissez vos coordonnées et un suivi vous sera donné.

Ensemble, continuons à travailler en favorisant le respect de la hiérarchie des 3RV-E :

**Réduire, Réemployer, Recycler, Valoriser et Éliminer** afin de réduire la quantité des produits valorisables qui terminent leur vie dans les lieux d'élimination.

Rosaire Coulombe  
Maire suppléant La Guadeloupe

### Dates à retenir

- |                            |                                                                 |
|----------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| Lundi le 8 juin 2015 :     | <b>Session du conseil 20h</b>                                   |
| Mardi le 9 juin 2015 :     | <b>Conseil T.V. 18h</b>                                         |
| Dimanche le 21 juin 2015 : | <b>Fête des pères</b>                                           |
| Mercredi le 24 juin 2015 : | <b>Fête Nationale du Québec<br/>(bureaux municipaux fermés)</b> |





**CFSR**  
Centre de formation  
en sécurité  
routière

Camil Lachance  
Tél. : 418-459-6530

Prochain cours auto  
à la Guadeloupe  
**13 août 20h**  
Au sous-sol de l'église

Informations aux :  
Tél. : 418-228-3005

Sans frais : 1-877-228-3005



# Marché aux Puces La Guadeloupe

**samedi le 13 juin 2015**

**8h à 14h30**

**sur le stationnement de l'église**



*Recherchons des bénévoles*

Table de 8' à 15\$

Table de 6' à 10\$

Espace à 15\$

**Sur place sera vendu**

-Hot-dog à 1,50\$

-Breuvage à 1,50\$

**En cas de pluie remis  
au 20 juin même heure**

**Louez une table !**

**Lise Roy : 418-459-6811**

**Presbytère : 418-459-3585**

## **RAPPEL** AVIS AUX PROPRIÉTAIRES DE FOSSES SEPTIQUES

Pour la Municipalité de La Guadeloupe, les dates retenues sont du **8 au 19 juin 2015**.

Pour prendre rendez-vous, communiquez avec le Centre régional des boues des fosses septiques au numéro **418-226-5300**. Laissez clairement vos coordonnées, ils retourneront votre appel sur semaine dans un délai de 24 heures.

Merci de votre bonne collaboration !

## **ÉCO-CENTRE**

Veillez prendre note que l'Éco-centre, situé dans le parc industriel à La Guadeloupe est ouvert. Les heures d'ouverture sont :

Mardi et Jeudi : 18h00 à 20h00

Vendredi : 13h00 à 18h00

Samedi : 9h00 à 16h00

Merci de votre collaboration !



## **On vous prédit des économies**

Anne Grimard |

Roger Grimard | Justin Tremblay

**418 459-3457**

Denis Tremblay

**418 459-6341**

**PROMUTUEL**

ASSURANCE

PROMUTUELASURANCE.CA |  



## Petit rappel

### Avis aux propriétaires de fosses septique :

La cédule spéciale pour les vidanges de fosses septiques dans la municipalité de Saint-Évariste sera du :

**27 juillet au 7 août 2015**

(Mais vous pouvez les contacter aussi avant et après ces dates).

Le coût est de **187,00\$**

Le numéro pour prendre rendez-vous est le **418 226 5300**. Laissez clairement vos coordonnées. Ils retourneront votre appel en semaine dans un délai de 24 heures

Veuillez prendre note que des coûts additionnels de **50,00\$** sont prévus pour les cas d'urgence: samedi, dimanche, jours fériés et pour les vidanges effectuées avant le 15 mai ou après le 15 octobre (sauf pour les fosses à rétention).

**Échéance du 3<sup>e</sup> versement de taxes le 1<sup>er</sup> juillet 2015**  
**Payable aux institutions financières,**  
**par la poste, par AccèsD et**  
**au guichet du bureau municipal.**

**La réunion du mois de juillet sera le**  
**lundi 6 juillet 2015 à 20h.**  
**Le bureau municipal sera fermé le :**  
**Mercredi 24 juin 2015 (Saint-Jean-Baptiste)**  
**Mercredi 1<sup>er</sup> juillet 2015**  
**(à confirmer) Confédération**

## Petit rappel

Vous devez obtenir un permis, autorisation du service des Incendies La Guadeloupe-Saint-Évariste-Saint-Hilaire, pour faire des feux à ciel ouvert (Excepté dans les cuves et les petits foyers extérieurs).

Personnes à contacter : Martin Létourneau **418 459-3156** ou  
 Bruno Couture **418 459-6409**.

N'oubliez pas que pour tous genres de travaux de rénovation, réparation, construction, installations septiques, puits, etc. Vous devez avoir obtenu au préalable un permis. Vous devez faire votre demande au bureau municipal.

M. Guy Fournier est l'officier responsable de l'émission de ces permis, il est présent tous les mercredis après-midi. Pour le contacter, composez le **418 459-6488**.

## Application "Voilà"

Dernièrement, nous avons adhéré à une application qui permettra aux citoyens de la municipalité de signaler des problèmes non-urgents. Nous voulons préciser que cette application est gratuite.

Fonctionnement pour l'application « Voilà »

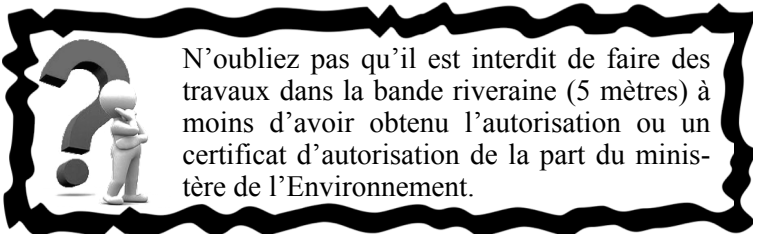
1. Vous devez télécharger l'application sur votre téléphone cellulaire en allant sur « Google Play Store » ou sur « Apple Store »



2. Cliquez sur « Application »
3. Cliquez sur la loupe en haut à droite pour faire une recherche
4. Écrivez « Voila »
5. Cliquez sur la première application. L'application à l'icône suivante :
6. Cliquez sur Installer
7. Cliquez sur « Accepter »
8. Lorsque l'application sera complètement téléchargée, vous retournez à la page d'accueil de votre téléphone
9. Vous pourrez voir l'icône de l'application
10. Pesez sur l'icône.
11. Créez un compte. Vous n'avez qu'à suivre les indications de l'application et votre compte se créera facilement.



Quand se sera fait, cliquez sur « Nouvelle demande » pour signaler un problème non-urgent.



## Marche musclée

**Donné par Sylvie Pruneau de vie active**

**Dates :** Les mardis 16, 23 et 30 juin  
**Endroit :** Départ à la salle blanche  
 (voisin de l'église de St-Évariste)

**Bienvenue à toutes les paroisses!**  
**Plus on est de monde, plus on s'amuse!**

**Information : Micheline Dorval 418-459-6609**

**Bon été à tous !**





# Fermières St-Évariste



Assemblée générale annuelle le  
17 juin 2015, à 19h00, au local habituel.

Pour cette occasion, nous soulignerons le 80<sup>e</sup> anniversaire du cercle avec la dégustation d'un gâteau. La cotisation est toujours renouvelable au coût de 25,00 \$.

Concours : scrapbooking

Apportez votre meilleure recette de BBQ.

Bienvenue à toutes, terminons notre année dans un esprit festif !

**PRENEZ NOTE QUE LA RÉUNION EST UNE SEMAINE PLUS  
TARD QUE LA DATE HABITUELLE !**

## GALERIE D'ART DU PRESBYTÈRE DE LAMBTON

Comme à chaque année, la Galerie d'Art du Presbytère de Lambton sera ouverte du 27 juin au 1<sup>er</sup> septembre 2015.

Nous invitons les artistes et artisans des environs à participer; il nous fera plaisir d'y exposer vos œuvres.

Bienvenue à tous!

Pour informations : France Baillargeon

418-486-2983



## Prise de sang à domicile

Tous les mardis de 6h à 9h  
à la clinique Médicale de St-Honoré de Shenley,  
Johanne Gilbert Roy infirmière,  
est disponible pour faire vos prises de sang



☞ Apportez vos prescriptions médicales ou déposez-les à la pharmacie de St-Honoré

☞ Je me déplace pour les personnes âgées et en perte d'autonomie.

C'est avec plaisir que je vais traiter votre demande et vous rappeler.

**Tarif : 15 \$**

Johanne Gilbert Roy 418-485-6739  
(laissez votre message sur le répondeur)

## MASSOTHÉRAPEUTE



Sylvie Trépanier

Membre  
**monréseau+**

**Massages**

- suédois de détente
- thérapeutique
- femme enceinte

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

## CÉDRIERE Labrecque

**Vente & installation de haies de cèdre**  
418.230.6687 ben\_labrecque@hotmail.com

Info. : Sylvio Robert 418-459-6648  
418-225-0784

## Colliers et bracelets en pur noisetier



Clément Couture, fabricant  
et réparateur de bijoux

Tél. : 418-459-3144

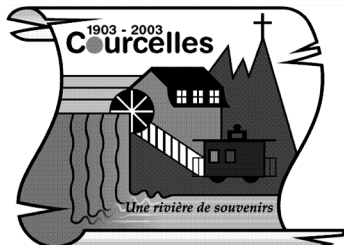
**UNIGLOBE**  
Voyages Infinity



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



# PÊCHE EN VILLE 2015



Détail en page 16



**Harris Becker**  
Directeur artistique

## Songe d'été en musique QC

ÉCOLE DE MUSIQUE ET FESTIVAL

### du 24 juillet au 2 août 2015

**Cours privés et de groupe,  
ateliers, classes de maître**  
Chant – Violon – Violoncelle  
Guitare – Flûte – Piano et +

## CÉLÉBRATION DU 10<sup>E</sup> ANNIVERSAIRE

Gala avec l'orchestre YOA - 30 juillet  
(Placido Domingo Conseiller artistique)  
Série de concerts pendant 10 jours  
Chorale et orgue : Puccini, Ralph Vaughan

Cours de chant et de musique  
Ensemble de musique de chambre  
Ensemble Rock, guitare  
Liu Fang, pipa : 5 premières canadiennes

Apprenez dès maintenant comment participer :

[www.midsummermusiquebec.com](http://www.midsummermusiquebec.com)  
[p.jobin@sogetel.net](mailto:p.jobin@sogetel.net) Tél. : 418-483-5653

## Souper homard



Organisé par le comité de loisirs de Courcelles  
Au coût de 30\$ par convive.

**Samedi le 6 juin 2015**  
**À l'aréna de Courcelles**

**Dès 18h00**

Pour ceux qui n'aiment pas le homard, des billets sont disponibles pour une assiette de suprême de poulet, au coût de 20\$.

Condiments à volonté pour les deux assiettes.  
Billets en prévente seulement, disponibles à l'épicerie de Courcelles et à l'épicerie de Lambton ou en contactant

**Tommy Rusnak : 418-483-5632**  
**Yvon Fortier : 418-483-5830**  
**Diane Rancourt : 418-483-5796**  
**France Lapointe : 418-483-5618**



Au plaisir de vous voir en grand nombre.

*N'oubliez pas vos pinces !!*



Nous sommes heureux de vous annoncer qu'une liste de nouveautés est maintenant disponible sur le site de la municipalité de La Guadeloupe.

Vous y trouverez nos dernières acquisitions pour tous:

| Roman                                    | Documentaire                                                   |
|------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|
| After (1 et 2)<br>Anna Todd              | Le meilleur du Qc<br>Julie Brodeur                             |
| La vie au pas de course<br>Julie Grenier | Gallant (Confessions d'un tueur à gages)<br>Thibault et Séguin |
| Bertrand et Lola<br>Angélique Barbérat   | Prendre la parole<br>Jean-Luc Mongrain                         |
| Les notes de sang<br>Corinne de Vailly   | Monique Jérôme-Forget<br>Brigitte Pilote                       |
| Une deuxième vie<br>Mylène Gilbert-Dumas | Prenez votre santé en main<br>Dr Saldmann                      |

| Jeunesse                                       | Ados                                                         |
|------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| La coupe Stanley<br>Marc Couture               | Esprits de famille<br>Jocelyn Boisvert                       |
| Les fées nous enseignent...<br>Rosa M Curto    | Salut Laurence!<br>Johanne Mercier                           |
| Un zéro pour Charlot<br>J. Lachampelle Pishier | Mon coup de foudre<br>Johanne Mercier                        |
| La Reine et<br>que ça saute<br>Caroline Allard | Le voisin, Rosa,<br>les poissons et moi<br>Martine Latulippe |
| Monsieur Tralalère<br>Nathalie Ferraris        | Salut Daphné!<br>Hélène Vachon                               |

Mai et Juin 2015

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

Jeudi de 18h30 à 20hres

Au plaisir de vous voir !

Le comité de bibliothèque



ENEZ FÊTER  
LA SAINT-JEAN  
AVEC NOUS  
**le 27 juin 2015**  
**BEAU TEMPS**  
**MAUVAIS TEMPS**



Marilyne Couture

Valérie Lessard

Sylvain Gagné

**On fête la St-Jean Baptiste  
au Camping Des Îles 2008**

avec le groupe

**LA RELEVÉ**

Le 27 juin 2015 dès 20h

**Gratuit !**

**Le restaurant sera ouvert toute la soirée**

Pour plus d'informations, visitez notre site

Internet : [www.campingdesiles2008.com](http://www.campingdesiles2008.com)

ou appelez-nous au 418-459-3521

**Daniel Gilbert**  
Tél. : (418) 459-6566  
Tél. : (819) 583-8092  
Téléc. : (418) 459-3500  
Sans frais : 1-866-332-8092  
chaudiereappalaches@pieuvistech.com

**BÂTIR SUR DU SOLIDE**  
DEPUIS 1905  
[www.pieuvistech.com](http://www.pieuvistech.com)

R.B.Q. : 6350-1791-01  
1343, route 108, La Guadeloupe QC G0M 1G0

**POUR VOS PROJETS EXIGEZ LE PLUS SOLIDE  
ET LE PLUS STABLE JAMAIS CONÇU**

- Équipements industriels
- Protections pour réservoirs
- Fondations de bâtiments
- Agrandissements de maison
- Galeries • Patios • Solariums
- Chalets • Maisons mobiles
- Abris d'autos • Passerelles
- Clôtures • Silos • Gazebo

Reconnu par le CCMC (#13102-R)





## ST-HILAIRE DE DORSET PARTICIPE AU TRICOT GRAFFITI

Dans le cadre du 100<sup>e</sup> anniversaire des Cercles de Fermières du Québec, le cercle de St-Hilaire de Dorset a réalisé une pièce « tapis sur canevas » représentant un coucher de soleil au Camping des Îles.

Chaque membre du Cercle de St-Hilaire a mis la main à la pâte pour un total de 70 heures.

Cette pièce sera exposée tout l'été dans le présentoir en face de l'édifice municipal (face à la route du 9<sup>e</sup> rang) et fera partie du circuit Tricot graffiti auquel participeront tous les Cercles.

Tout l'été, dans près de 650 municipalités, arbres, lampadaires et autres structures seront transformés pour le plaisir des passants.

Lorraine Charest  
Présidente du Cercle des fermières de St-Hilaire de Dorset

**Bravo à toutes !**

### FEUX DE FORÊT, SOYONS VIGILANTS...

Saviez-vous qu'au printemps, la forêt est vulnérable jusqu'à ce que la nouvelle végétation soit abondante?



Avec l'arrivée de l'été, nombreux seront les Québécois à vouloir profiter du beau temps au chalet, à la pêche ou en nature. Certains voudront allumer un feu. Pour ce faire, il est recommandé d'attendre en soirée, lorsque c'est plus humide et moins venteux. La Société de protection des forêts contre le feu (SOPFEU) demande à la population d'être vigilante lors des sorties en nature.

Avant de quitter les lieux, il est important de s'assurer que tout est éteint. Il suffit de bien arroser les cendres afin d'éviter de déclencher un incendie.

Depuis le début de la saison 2015, on dénombre déjà en moyenne 143 feux et 322 hectares touchés à ce moment de l'année.



### OUVERTURE SAISON 2015

685 route des Îles à St-Hilaire de Dorset

#### HORAIRE DU 15 MAI AU 19 JUIN

|                |              |
|----------------|--------------|
| Lundi au jeudi | de 14h à 20h |
| Vendredi       | de 14h à 21h |
| Samedi         | de 8h à 21h  |
| Dimanche       | de 8h à 20h  |

#### ENEZ DÉJEUNER AVEC NOUS!

(Location de bateaux kayak, canots, pédalos et chaloupes)

Pour plus d'informations, visitez notre site Internet :

**www.campingdesiles2008.com**  
ou appelez-nous au **418-459-3521**

## RAPPELS



1) N'oubliez pas, le 2<sup>e</sup> versement pour les taxes municipales arrive à échéance le 30 juin 2015.

2) La vidange des fosses septiques doit être faite tous les 2 ans.

En 2015, les dates de vidange pour St-Hilaire de Dorset sont dû le

**27 juillet au 7 août.**

Le prix pour 2015 est de 197,11\$ taxes incluses.  
Composez le numéro 418-226-5300 pour faire une demande.

3) La collecte spéciale pour résidus domestiques dangereux de la Régie intermunicipale a lieu le 31 mai de 9h à 12h au Garage municipal de St-Martin et de 14h à 17h à l'Aréna de St-Honoré de Shenley.

4) Veuillez noter que le mercredi 24 juin, le bureau municipal sera fermé conformément à la Loi sur la Fête nationale.

Le mercredi 1<sup>er</sup> juillet, le bureau sera ouvert.



### Réservation

**418-227-2626**



- ✓ Déplacement ponctuel pour des soins de santé
- ✓ Déplacement pour des services sociaux
- ✓ Déplacement pour des services d'éducation ou de formation postsecondaires
- ✓ Déplacement pour des démarches d'insertion à l'emploi
- ✓ Autres besoins selon les places disponibles

Les demandes doivent être placées minimalement 24 heures à l'avance et avant 12h00 (midi) la journée ouvrable précédant le déplacement.

- ✓ L'horaire du centre d'appel est du lundi au vendredi de 8 h à 16 h
- ✓ L'horaire du taxi collectif est du lundi au vendredi du 7 h à 18 h

Le taxi collectif dessert les 16 municipalités de la MRC Beauce-Sartigan.

## Quelques astuces pour bien recycler !

### PAPIER ET CARTON :

- Défaire et aplatir les boîtes de cartons.
- 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 plastiques.

### MÉTAUX :

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

Pour avoir davantage de renseignements,  
communiquez avec nous **418 685-2230**,  
visitez notre site Internet : [www.poucebleu.com](http://www.poucebleu.com)  
ou suivez-nous sur Facebook !



Julie Trépanier

Saviez-vous que...

### Les pathologies des ongles d'orteils...

Les ongles d'orteils peuvent présenter différentes pathologies. Il est important de ne pas négliger vos pieds car, mal soignées, ces pathologies peuvent en engendrer d'autres...

- Un ongle incarné est provoqué par un fragment d'ongle qui pénètre dans la chair et provoque une inflammation.
- La mycose des ongles est une infection provoquée par des champignons qui parasitent l'ongle.
- L'ongle noir est essentiellement un ongle meurtri ou contusionné. Dues à la douleur ou pour une question d'esthétique, les pathologies des ongles peuvent être bien dérangeantes!!!

Soyez bien informé et recevez le bon traitement!

Julie Trépanier : Orthothérapie -Ostéodynamie -Massothérapie  
418-485-6204

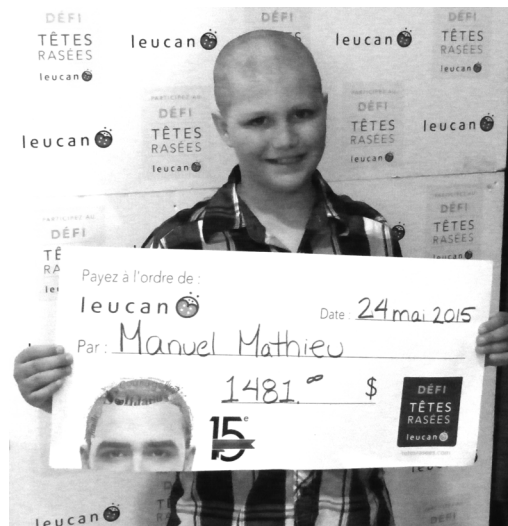
-Soins des pieds  
(Caroline Lapointe, technicienne en soins des pieds)



## Défi têtes rasées

Manuel Mathieu a ramassé la jolie somme  
de **1481\$** pour le défi têtes rasées

Bravo pour ton geste !



### À PARTIR DU 1<sup>er</sup> JUIN 2015, CASSE-CROÛTE CHEZ NANCY DEVIENT... RESTO DALI

(448, Rue Principale St-Honoré-de-Shenley)

### Nouvelle propriétaire :

**Lise Dumas de St-Hilaire-de-Dorset**

Nouveau menu / Service de traiteur  
Permis d'alcool (en attente d'approbation)

**Venez nous voir ou  
appelez-nous au même numéro :  
418-485-6237**

Au plaisir de vous servir!



# Défi sportif

C'est vendredi le 1<sup>er</sup> mai qu'a eu lieu le lancement du « Défi sportif ». Les élèves de l'école ont eu la chance d'assister à la conférence de M. David Bureau-Lapointe, un jeune athlète inspirant de la région qui a su transmettre un message fort intéressant.

Lors de cette rencontre, David a abordé divers sujets. Tout d'abord, il nous a montré une vidéo et des photos de ses triathlons. Par la suite, il nous a parlé de son entraînement, de son équipement pour bien performer, de l'importance d'une bonne alimentation et il nous a expliqué quelques exercices d'échauffement que les élèves pourront faire avant de courir. Monsieur Bureau-Lapointe a également mis l'emphasis sur l'importance de mener à terme ce que nous



entreprenons. À ses yeux, sa médaille pour avoir terminé une course malgré les difficultés rencontrées a beaucoup plus de valeur que celle où il a bien performé et a remporté la compétition.

**Le 18 juin prochain**, tous les élèves de l'école devront se surpasser lors d'une course de quelques kilomètres. Ces derniers ont reçu un dépliant qui leur permet de noter leur entraînement. Nous invitons les

parents à encourager leur(s) enfant(s) au niveau de leur préparation physique et à remplir ce petit carnet. Nous ferons quelques tirages parmi les dépliantes reçus le 12 juin.

Les familles sont invitées à venir participer à la course, à l'arena de La Guadeloupe!



Nous vous remercions de votre précieuse collaboration,

La direction et le personnel de l'école



## On agit pour un monde meilleur

Il y a de ça déjà 16 ans que l'école Sainte-Martine de Courcelles est impliquée avec les Établissements verts Brundland (EVB) pour un environnement écologique, pacifique et solidaire. Le réseau des établissements verts Brundland est né d'un rêve collectif de centaines de personnes qui croient en la génération actuelle et aux générations futures, tout en partageant l'espoir d'un monde meilleur pour toutes et tous, ici et ailleurs sur la planète. <sup>1</sup>

L'école a choisi cette année de s'impliquer en donnant la possibilité à des objets recyclés à prendre une toute autre forme. Certains élèves de l'école se sont impliqués en réalisant des instruments de musique. Plus tard, la cour de l'école sera nettoyée de fond en large avec la participation de tous les enfants et enseignants. De plus, chaque jour les enfants sont sensibilisés sur l'importance de la réduction des déchets. Des activités et des capsules sur la consommation d'énergie, l'utilisation de l'eau, etc. ont été vues durant l'année.

Finalement, un arbre sera remis à tous afin de faire comprendre les bienfaits de celui-ci.

Cynthia Champagne

<sup>1</sup> <http://www.evb.lacsq.org/qui-sommes-nous/>





Lise Paré

## Trucs et astuces

# Mites de vêtements



Un insecte insignifiant aux larves redoutables

Les mites de vêtements sont tout à fait inoffensives pour l'être humain. Par contre, leurs larves s'attaquent avec voracité à toutes les fibres textiles dans lesquelles elles laissent de beaux trous : vêtements, rideaux, étoffes, canapés en tissu, tapis et même fourrure. Tout leur est bon !

### Quelques moyens préventifs

Les mites aiment les endroits obscurs et calmes, l'odeur de la sueur et l'odeur du tissu. Pour lutter préventivement contre les mites, il faut donc avant toute chose :

- Ne ranger que des vêtements propres.
- Ouvrir et aérer régulièrement les placards à vêtements, bousculer les cintres, faire un peu de remue-ménage.
- Enfermer les vêtements que vous ne porterez plus pendant toute une saison dans des housses hermétiques avec de la lavande, du bois de cèdre ou un autre répulsif antimites. Il existe aussi dans le commerce des housses antimites imprégnées d'un concentré de parfum naturel répulsif pour les mites.
- Passer régulièrement l'aspirateur dans les fonds de placard et sous les meubles.

### Pièges à mites

Il existe des pièges à mites utilisant des phéromones (hormones sexuelles) qui attirent les mâles sur une surface couverte de glu et empêchent ainsi la reproduction.

Ces pièges ont l'avantage d'être non toxiques et de ne viser que les mites. Certains de ces pièges sont munis d'un crochet qui permet de les suspendre sur les tringles à vêtements.

### Répulsifs antimites

Les boules de naphthaline ou de paradichlorobenzène ont fait leur temps. Elles sont suspectées d'être cancérogènes. Elles seront avantageusement remplacées par de nombreux répulsifs naturels, efficaces à condition de les renouveler régulièrement.

Citons :

les plaquettes en bois de cèdre,  
 les sachets de lavande,  
 les bouquets de menthe,  
 ou encore des boules de coton imbibées de quelques gouttes d'huile essentielle de cèdre, de lavande, de citron, d'eucalyptus, de thym, de menthe ou de camphre.

Mais si cela ne suffisait pas, les spécialistes recommandent de combattre les mites à l'aide du camphre chinois.

### Il existe également dans le commerce :

Un diffuseur de parfum répulsif spécial mite et 100% naturel, à base d'huile de neem (arbre tropical). On le pose sur les étagères ou on l'accroche aux cintres. En plus de l'action répulsive, ce diffuseur freine les capacités de reproduction des mites.

Un spray répulsif, également à base d'huile de neem.

Du papier accordéon antimites et larves : on intercale les feuilles de papier entre les vêtements ou on les suspend dans l'armoire.

Insecticide antimites

Les insecticides sont destinés à tuer les mites, et non seulement à les piéger ou à les repousser :

Laque insecticide spéciale mite.

Aérosol spécial mites et larves.

Spray insecticide contre les fourmis et les insectes rampants, efficace également sur les mites, leurs œufs et leurs larves.

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

**Alimentation**  
**MARCHE**  
**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

Garage  
**A.D.G. RICHARD**

GARAGE RECOMMANDÉ  
CAA

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

CAA  
AFFILIÉ

ACDelco

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

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

**TIMBER**  
**MART**

Menuiserie  
**Gérard Faucher inc.**

679, 4<sup>e</sup> Rue Est, La Guadeloupe  
(Québec) G0M 1G0  
T. 418-459-3319 • F : 418-459-6422  
[mengfaucher@lino.com](mailto: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  
Carl Faucher  
Sylvain Faucher

Cell. : 418-222-3760  
Cell. : 418-222-3770  
Cell. : 418-222-3710





Michèle Grimard

## Capsule de foi

### La route de la vie

*Je suis le Chemin, la Vérité, la Vie. Nul ne va au Père que par moi. (Jn 14, 6)*

**Je suis le Chemin.** Un chemin c'est ce qui nous mène du point A au point B.

À l'origine nous sommes voulus de Dieu et nous retournerons à lui un jour. Comme humain nous avons envie de dire : « le plus tard possible... » Comme la route que nous prenons pour un voyage, la route de notre vie est souvent à découvrir. Les imprévus, les détours, tout peut changer notre plan de départ. En reconnaissant Jésus comme guide de notre vie, notre route rencontrera des obstacles, mais nous aurons l'assurance de ne pas être seul et d'être sur la route qui est la meilleure pour nous.

**Je suis la Vérité.** Comme nous nous sentons bien auprès d'une personne qui est la même dans ses agir et dans ses dires. Nous disons d'elle qu'elle est vraie. Dans notre jargon, nous pourrions dire que nous la trouvons vraie, lorsque : « les bottines suivent les babines... » Jésus est venu nous dire l'amour de son Père et il l'a vécu même au détriment de sa vie. Il ne pouvait mentir à son amour pour nous. Il venait nous dire comment s'aimer.

**Je suis la Vie.** Par sa mort et résurrection, Jésus est venu remplir notre vie de sa présence. Quelque soit le moment à vivre, qu'il soit heureux ou difficile, Jésus par son Esprit-Saint vient rendre ces moments où nous vivons, en moments qui nous invitent à grandir, à découvrir une nouvelle force qui nous mène plus loin.

Un texte de la lettre de St-Paul au Corinthiens résume bien l'accueil de la présence de Jésus dans nos vies : à tout moment, nous subissons l'épreuve, mais nous ne sommes pas écrasés; nous sommes désorientés, mais non pas désemparés; nous sommes pourchassés, mais non pas abandonnés, terrassés, mais non pas anéantis.

#### Prière :

Seigneur, comme la vie semble facile avec toi, mais ce n'est pas si évident de la vivre comme tu me l'enseignes. Je bifurque souvent sur la route. Je fais mon possible pour être vrai mais il m'arrive que le paraître passe avant l'être. J'oublie que tu es ressuscité et que tu ne demandes qu'à m'accompagner. Ouvre ma vie à ton amour.

#### HORAIRE DES MESSES

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

**Courcelles:** Dimanches : 7, 21 juin à 9h

**La Guadeloupe :** Dimanches : 14 et 28 juin à 10h30  
Mercredis : 3, 17 et 24 juin à 19h  
Jeudis : 11 juin à 9h

**St-Évariste:** Dimanches : 7 et 21 juin à 10h30

**Saint-Hilaire :** Samedi : 6 juin à 16h30



## Le contre-la-montre Courreur des Bois de Granby !

David Bureau Lapointe a remporté la 1<sup>re</sup> place à la course à vélo de 19.6 Km dans la catégorie vélos hors-normes/triathlon de Granby.

Super belle expérience !

Félicitations David pour cette victoire et bonne saison !



## Laurie Bolduc

médaillée d'argent 50m papillon !

Lors de la compétition de natation régionale développement, tenue le 9 mai 2015, à Thetford Mines,

**Laurie Bolduc** (catégorie : 11-12 ans)

a nagé un temps de 0:55.08 au 50 m papillon pour ainsi se mériter la 2<sup>e</sup> position !

**Myriam Parent** (catégorie 10 ans) a nagé un temps de 2:09.28 au 100 m Quatre nages et un temps de 0:53.81 au 50 m dos. Dans les deux courses, elle s'est méritée la 3<sup>e</sup> position !



## Félicitations !!!

## Compétition de gymnastique

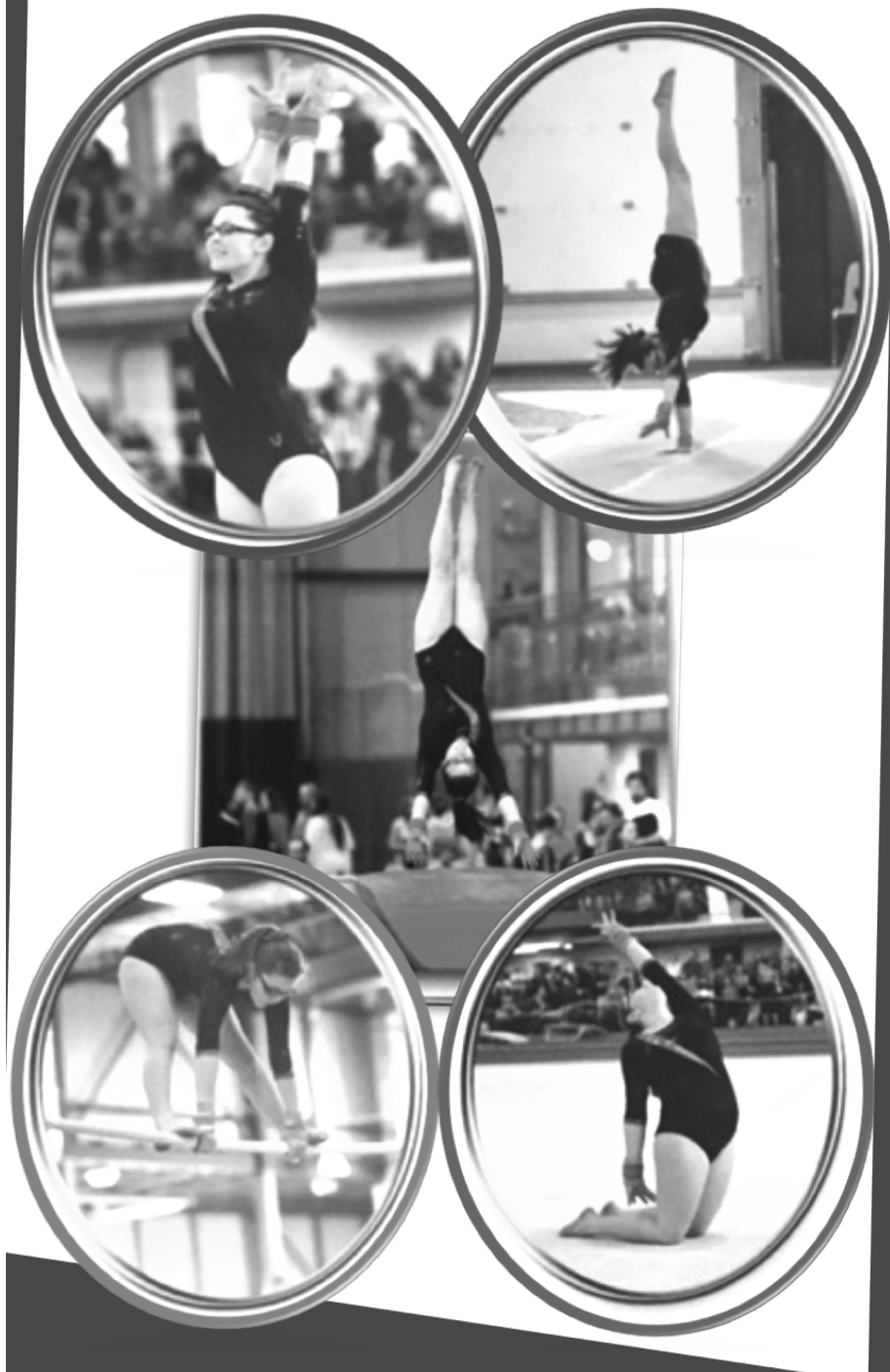
Une compétition de gymnastique s'est tenue à Terrebonne, les 15, 16 et 17 mai derniers.

Pour cette compétition, les 3 meilleures gymnastes de la région pour chacun des appareils se qualifiaient pour le Challenge des régions.

Pénélope Turgeon s'est qualifiée pour 4 des 6 appareils, ce qui lui permet de représenter la région Chaudière-Appalaches aux barres, en tumbling, au sol et au saut.

Elle se mesurait donc aux meilleures de la province dans sa catégorie. Elle a terminée en 6<sup>e</sup> place au sol et en 1<sup>ère</sup> position au saut.

Félicitations et continue de travailler fort, c'est génial!



## LES PATRIOTES

Félicitations à l'équipe de Ruby Bélanger. Leur saison se déroule très bien avec 8 victoires et une fiche parfaite.

Bonne fin de saison et bonne chance pour la finale du 7 juin à Québec.



# CARDIO



# POUSSETTE

**Inscription session été dès maintenant**

----

**40\$ / 1 x sem.  
60\$ / 2 x sem.**

**Une ou deux fois semaine,**

- lundi 13h à 14h**  
du 1er juin au 20 juillet 2015 (8 cours)
- mercredi 13h à 14h**  
du 26 mai au 15 juillet 2015 (8 cours)

Départ Centre sportif La Guadeloupe  
\* En cas de pluie, le cours sera à l'intérieur

**418-459-3342 pst 224**

## ROLLER HOCKEY

sur le terrain de skate parc au Centre sportif La Guadeloupe



**Horaire :** lundi de 17h30 à 20h (10 ans et -)  
Mardi de 18h à 21h (Mathieu Turcotte - adulte)  
Mercredi de 18h à 20h30 (11 - 15 ans)

\* Réservez votre place horaire au : 418-459-3342 pst 224

Gratuit pour tous !



**L'été devrait être rempli de souvenirs**

**La noyade d'un enfant ne devrait pas être l'un d'eux**



**Apprendre à nager vous servira toute votre vie.**

**Cours privés disponibles en semaine de jour / de soir dès le 2 juin 2015**

Inscrivez-vous auprès de votre piscine : 418-459-3342 pst 224

**CARH-B**  
439 Principale  
St-Evariste (Qc)

## ATELIER

### Manger sainement à faible coût



L'alimentation occupe une place importante dans un budget familial et le coût du panier d'épicerie ne cesse d'augmenter...

- Présentation de trucs pour alléger votre facture d'épicerie;
- Apprendre à être plus critique à l'épicerie pour faire de meilleurs choix;
- Découvrir de belles alternatives pour bien se nourrir, connaître de nouveaux aliments et recettes!

**QUAND :** mardi, le 9 juin 2015

de 13h à 15h

**OÙ :** au Centre sportif La Guadeloupe

**Inscription gratuite :** 418-459-3342 pst 224  
[loisirs@munlaguadeloupe.qc.ca](mailto:loisirs@munlaguadeloupe.qc.ca)

*Bienvenue à tous !*

partenaires :



Moisson Beauce



CRE  
Le Centre de Recherche en Éducation  
à la Guadeloupe

Emploi et Solidarité sociale  
Québec

## LIGUE de BALLE DONNÉE - 2015

**Nouvelle catégorie !**  
**17 - 21 ans**



### Catégories mixtes

Nés : 1 oct. 1993 au 30 sept. 1997  
2 filles minimum

**Saison :** 10 parties (1er juin au 12 août, congé 16 au 31 juillet)  
1 tournoi fin de saison (14 au 16 août)

**Autres catégories :** 4 - 6 ans (1 oct. 2007 au 30 sept. 2010) - 6 parties  
7 - 9 ans (1 oct. 2004 au 30 sept. 2007) - 8 parties  
10 - 12 ans (1 oct. 2001 au 30 sept. 2004) - 8 parties  
13 - 16 ans (1 oct. 1997 au 30 sept. 2001) - 10 parties

### Bains libres

CORRIDOR

|                 |             |       |
|-----------------|-------------|-------|
| <b>Lundi</b>    | 7h - 9h30   | 2     |
| <b>Mardi</b>    | 18h - 21h30 | 2     |
| <b>Mercredi</b> | 12 à 13h30  | 2     |
| <b>Vendredi</b> | 19h30 - 22h | aucun |
| <b>Samedi</b>   | 18h - 21h   | 1     |
| <b>Dimanche</b> | 13h30 - 16h | aucun |

**Location (40\$/h) 418-459-3342 ext 25**  
[www.st-evariste.qc.ca](http://www.st-evariste.qc.ca)

CARIBÉ de St-Evariste - GYM



Pour un maximum de résultats !

### Heures d'ouverture

|                 |             |             |
|-----------------|-------------|-------------|
| <b>Lundi</b>    | 7h30 - 13h  | 16h30 - 21h |
| <b>Mardi</b>    | 11h30 - 21h |             |
| <b>Mercredi</b> | 7h30 - 13h  | 16h30 - 21h |
| <b>Judi</b>     | 11h30 - 21h |             |
| <b>Vendredi</b> | 8h - 16h    |             |
| <b>Samedi</b>   | 9h - 13h    |             |
| <b>Dimanche</b> | 18h - 21h   |             |

Veuillez prendre note que la piscine et le gym seront fermés le 24 juin

# Tout est possible !

Malgré tout, tout est possible...

Le 25 avril 2015, à Beauceville, avait lieu la coupe Prestige 2015.

Joanie Poulin a remporté le 1<sup>er</sup> prix dans sa catégorie « Femme maillot de grande taille ».

Bravo Joanie pour cette réussite!

Le 3 octobre, elle se présentera à IDFA à Montréal (International, Drug, Free, Athletics).

Pour cette compétition, les critères sont :

1. Prestance sur podium. Exécution des mouvements (transitions). Assurance sur podium. Qualité peau, maquillage.
2. Symétrie et proportion. Équilibre musculaire dans son ensemble. Proportion égale.
3. Développement musculaire. Tonus musculaire ferme. Pourcentage de gras raisonnable qui démontre bien le relief musculaire.

L'entraînement nécessaire pour participer à cette compétition est de 4 à 5 jours par semaine, de 1h à 1h30 la fois, avec un entraîneur privé. Cette discipline exige aussi une alimentation particulière pour les 3 mois précédents la compétition; Diète réduite en glucides et gras.

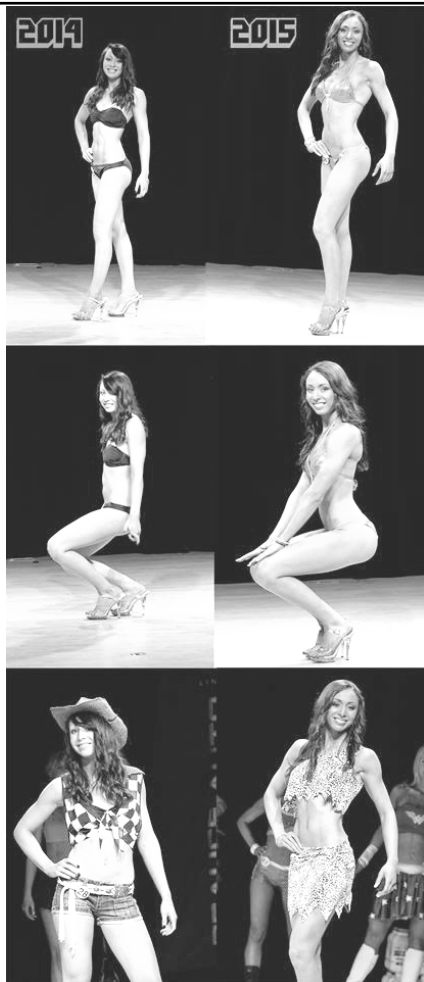
Malgré sa condition...

En 2008 Joanie a dû porter un corset au secondaire ce qui la rendait différente de tous les ados en plus d'avoir une respiration plus difficile dû à l'écrasement du poumon gauche. En 2009 elle a dû subir une opération pour une scoliose avec une flexibilité réduite à 60%. Les médecins lui exigeaient de faire des exercices spécifiques à sa condition et de restreindre ses activités. Joanie a su trouver une motivation et un sport pour rester active malgré ses contraintes et par sa détermination elle a su impressionner son entourage.

Joanie s'est adaptée à sa condition, avec un peu d'imagination, des techniques particulières et un entraîneur privé. Joanie a réussi à faire son chemin malgré tout.

Joanie tu as relevé le défi, félicitations pour ta première position et nous te souhaitons un podium à Montréal pour cette automne.

Vous pouvez rencontrer Joanie à tous les samedis matin au gym. Elle pourrait vous aider à relever votre défi.



CARH-B de St-Evariste - GYM



Pour un maximum de résultats !

## Forfait entreprise

Le Gym de St-Evariste vous présente sa promotion « forfait entreprise » disponible pour votre équipe. Une équipe en forme apporte un meilleur rendement à votre entreprise! Le « forfait entreprise » permet un meilleur tarif pour vos employés.

### L'Équipe du Gym vous offre :

- Programmes personnalisés
- Vente de produits
- Programme et suivi alimentaire pour la perte de poids et une meilleure alimentation
- Prise de pinces (calcul du taux de gras)
- Stéphanie Turcotte, orthothérapeute et étudiante en ostéopathie disponible :
- Traitement
- Entraînement spécialisé avec blessure



Pour Info :

Gym 459-3585 ou 459-3342 poste 224

## CAMP De JOUR

Bienvenue aux 4 à 14 ans, pour un été amusant !  
Horaire : du 25 juin au 20 août 2015

Tarif familial Incluant activités et sorties:

120\$ / 1<sup>er</sup> enfant

45\$ / 2<sup>e</sup> enfant

20\$ / 3<sup>e</sup> enfant et +

Programmation disponible dès le 5 juin, sur :



Loisirs-Culture Haute-Beauce

[www.munlaguadeloupe.qc.ca](http://www.munlaguadeloupe.qc.ca)

- les moniteurs seront aux écoles Roy et St-Louis dans la semaine du 8 juin et remettront la programmation aux aînés de famille.

Inscription dès le 8 juin :

- Formulaire en ligne (détails sur programmation)
- Au bureau des loisirs (763, 14<sup>e</sup> Avenue)



**Juin 2015**

# **Pêche en ville 2015**

**Les 5, 6 et 7 juin 2015**

**Pêche en herbe le 5 juin de 9h à 15 h**

**21 ans déjà!**

**Barrage du Moulin Bernier  
de Courcelles.**



**Course de voiliers miniatures  
le dimanche à 16 heures.**

**Nombreux prix de présence et ++++  
Chapiteau / Resto / Bar / Musique**

**Billet de participation valide pour 2 jours.  
Prévente: 8\$ Sur place 10\$ 11 ans et moins. Gratuit**

**Venez taquiner la truite en famille !**



**Information:  
418 483.5646  
418 483.5390**