Photo prise par Mme Marjolaine Lamontage

Notre Milieu

Mars 2017

La Haute-Beauce

TABLE DES MATIÈRES

Infos municipales…….2-3-4-5-6
Infos mun./activités comm…….7
Infos mun. /chronique……..8
Chroniques……..9-10
Annonces/évènement……..11
Annonces/évènement……12
Commerces /annonces……13
Évènements……..14
Loisirs……15
Masonite……16

CONCEPTION, INSTALLATION ET FABRICATION D'ARMOIRES SUR MESURE

ANDRÉ PATRY
PROPRIÉTAIRE

LES ARMOIRES DE COURCELLES

CUISINE - SALLE DE BAIN

C 418.226.8750
T 418.483.5237 F 418.483.3237
88 ROUTE PRINCIPALE, COURCELLES (QC) G0M 1CO
LESARMOIRESDECOURCELLES@HOTMAIL.COM

Soirée d'information

Plus de 70 gens d'affaires et d'élus ont répondu à mon invitation à la soirée d'information concernant la dévitalisation de nos municipalités.

Lors de cette soirée M. Mathieu Vigneault de Trans Tech nous a parlé de la mobilité des jeunes travailleurs et, de leur préférence à travailler pour des entreprises dynamiques utilisant les nouvelles technologies. Il a aussi parlé de l'importance de la place aux jeunes.

Mme Cassiopée Dubois de La Beauce Embauche a élaboré sur les attraits à faire valoir de vivre en région, et, du rôle et des responsabilités autant des gens d'affaires que des élus de valoriser les avantages de travailler et de demeurer en région.

Alors que M. Alain Ainsley du CEGEP Beauce-Appalaches nous a expliqué le fonctionnement et les avantages du programme Engage un Stagiaire.

Pour ma part j'ai insisté sur l'importance, pour nous tous les élus(es), de travailler ensemble en utilisant la diversité et l'ensemble de nos attraits pour vendre notre région : la Haute Beauce.

Les commentaires positifs que j'entends depuis cette rencontre me confirment la raison d'être de cette soirée et je remercie tous les participants pour leur implication.

Rosaire Coulombe,
Maire de La Guadeloupe

À La Guadeloupe, lundi le 13 mars 2017 aura lieu la session du conseil à 20h et mardi le 14, le conseil T.V. 18h.

N'oubliez pas le premier versement de taxes vendredi le 3 mars 2017!

Et le changement d'heure, dimanche le 12 mars!

Veuillez prendre note de la prochaine séance du conseil municipal de St-Évariste qui se tiendra lundi le 13 mars à 20h.

N'oubliez pas le premier paiement de taxes mercredi le 1er mars 2017!

RÉNOVATION CADASTRALE

Énergie et Ressources naturelles Québec

Consultation des propriétaires de La Guadeloupe et de St-Évariste-de-Forsyth

Date: **14 et 15 mars 2017**

Heure: **14h à 20h**

Lieu: **Centre SporBf Armand Racine**
210, 8e Rue Est, La Guadeloupe (Qc) G0M 1G0

Les propriétaires qui désirent obtenir des renseignements sur la réforme cadastre peuvent joindre le Ministère de l'Énergie et des Ressources naturelles aux numéros de téléphone suivants:

- région de Québec : 418 627-8600 ;
- de partout ailleurs au Québec, sans frais : 1 888 733-3720.

Cette année encore, St-Hilaire-de-Dorset se joint à la Fête des voisins!

La Fête des Voisins
Samedi 10 juin 2017

La municipalité de St-Hilaire-de-Dorset est heureuse d'annoncer qu'elle participe à la prochaine édition de la Fête des voisins, qui aura lieu :

le samedi 10 juin 2017

Elle invite ses citoyens à se joindre à cet événement qui s'étend à toutes les régions du Québec et à une quarantaine de pays à travers le monde. Le principal objectif est de rapprocher les personnes vivant à proximité les uns des autres et de créer une dynamique de convivialité tout simplement parce que c'est agréable et pratique de mieux connaître ses voisins !

Réservez la date du 10 JUIN 2017. Le programme de la journée vous sera transmis par courrier.

HORAIRE DES MESSES

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

Courcelles :	Vendredis :	3, 17 et 31 mars à 18h30
	Dimanches :	12 et 26 mars à 9h
La Guadeloupe :	Jeudis :	2, 9, 16, 23 et 30 mars à 16h
	Dimanches :	5 et 19 mars à 10h30
St-Évariste :	Dimanches :	12 et 26 mars à 10h30
St-Hilaire :	Samedi :	4 mars à 16h30

SPA BEAUCE-ETCHEMIN

Vous avez dû remarquer que, pour certains d'entre vous, la licence de votre animal de compagnie était sur votre compte de taxes.
Il s'agit du paiement pour l'année 2017. Cette nouvelle méthode facilitera le paiement et la gestion des licences. Dans le cas d'une perte de médaille, présentez-vous à nos bureaux et nous la remplacerons moyennant des frais de 5$.

SOYEZ PILE À L'HEURE!

Le changement d'heure avancée (ou heure d'été) se fera dans la nuit du

samedi 12 mars au dimanche 13 mars, à 2h du matin.
Il faudra donc avancer l'heure!

C'est l'occasion idéale pour faire la vérification de vos avertisseurs de fumée et, au besoin, de faire le changement des piles!

Veuillez prendre note que la prochaine réunion du conseil de St-Évariste aura lieu le 13 mars à 20 heures.

Bienvenue à tous!

Saviez-vous que...

Crédit d'impôt Rénovert pour installaBon sepBque

Saviez-vous qu'il est possible d'obtenir un crédit d'impôt pour des travaux ayant une incidence sur le plan environnemental?

2017 est la dernière année où ce crédit est en vigueur.

Pour connaître les critères d'admissibilité, visitez le site internet de Revenu Québec.

Une **alliance** entre **sécurité** et **vitalité**!

FÉDÉRATION DES Villages-relais DU QUÉBEC

Un Village-relais c'est…

Une municipalité offrant, avec ses commerçants, des services essentiels de qualité aux usagers de la route afin d'assurer la sécurité des voyageurs.
À ce jour, 40 municipalités accréditées sont réparties sur tout le territoire québécois.

Services offerts

Les Villages-relais offrent une gamme de douze services essentiels aux usagers de la route. À cela s'ajoute, pour certains d'entre eux, le WiFi, les bornes de recharge électrique et les stationnements incitatifs.

Objecfs

- Accroître la sécurité des usagers de la route
- Offrir une diversité de services et une qualité d'accueil en partenariat avec les commerçants
- Favoriser le développement et le dynamisme des communautés, des organismes et des commerces locaux
- Encourager la mise en valeur des attraits touristiques
- Valoriser l'amélioration et l'aménagement des espaces publics et des bâtiments

De plus, les Villages-relais proposent aux voyageurs des attraits authentiques et des paysages inspirants pour faire une pause le long de leur trajet sur les routes du Québec.

Ambassadeurs
En tant que citoyen d'un Village-relais, tout comme les commerçants, vous êtes un ambassadeur de l'accueil dans votre communauté!

De plus en plus de voyageurs planifient leur déplacement en consultant notre site.
www.villagesrelais.qc.ca

Festival Beauceron de l'érable

Dimanche le **12 mars 2017 à 9h** une messe au thème de l'érable
aura lieu à l'église de Courcelles
De plus, un brunch à saveur d'érable
sera servi de **8h30 à 13h** à la salle de l'aréna.

Exposition des Fermières de Courcelles à l'entrée de l'aréna ce même jour, de 8h30 à 14h.

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

C'est au profit de la communauté
de Courcelles pour notre église.
Bienvenue à tous et toutes!
Info: **418 483-5706 ou 418-483-5653**

Activités communautaires

BINGO !!!

Vendredi le 31 mars à 19h30

au profit du Cercle de fermières de Courcelles.
Il y aura des prix en argent, plusieurs cadeaux,
des prix de présence, des moitié-moitié
Bonanza
Restaurant sur place avec produits maison
à l'aréna (salle du haut)
138 ave du Domaine à Courcelles

Venez nous encourager !

Cercle de Fermières de Courcelles

Vous devez apporter vos morceaux pour le jugement de l'exposition locale

mardi le 7 mars de 12h30 à 15h

Réunion régulière
mercredi le 8 mars à 19h

Nous allons en apprendre plus sur le chia.

Venez passer un bon moment avec nous !

Exposi on des réalisa ons des fermières de Courcellles

Dimanche le 12 mars
de 8h30 à 14h
à l'aréna de Courcelles

Mini salon d'artisans.

Il reste des tables de disponibles à $10.

Contactez Luce Fleury au 418-483-5835

Cercle de Fermières de St-Évariste

www.cfq.qc.ca

Assemblée régulière
mercredi le 15 mars 2017 à 19h
au local habituel

Concours : swiffer, démonstration : sac à cosmétique.

Cercle de Fermières de La Guadeloupe

Le Cercle de Fermières de La Guadeloupe tient à remercier le gouvernement Fédéral pour la subvention dans le cadre du ''Programme Nouveaux Horizons pour les aînés ''.

Cette subvention nous a permis d'instaurer une petite cuisinette et l'amélioration de notre salle de rencontre. Les travaux se sont terminés en février 2017. Maintenant c'est un endroit où il est agréable de se rencontrer pour partager tous ensembles.

Chronique

Saviez-vous que….

La région cervicale

La région cervicale comprend 7 vertèbres cervicales, les plus mobiles de la colonne vertébrale. Elles permettent de faire des mouvements de flexion, extension, inclinaison et rotation. Cette région, située entre la tête et le thorax, laisse passer des éléments viscéraux du système nerveux, des appareils digestifs et ventilatoires. La région cervicale soutient la tête, lui donne de la mobilité et permet la vascularisation de celle-ci.

En clinique, plusieurs douleurs sont associées à cette région et des répercussions vers la tête, la région dorsale ou thoracique peuvent en découler.

Soyez bien informé et recevez le bon traitement!

Julie Trépanier
Ostéodynamie - Orthothérapie - Massothérapie
Soins des pieds

418-485-6204
www.julieorthokine.com

Bibliothèque municipale La Guadeloupe

Quand le soleil daigne enfin nous montrer le bout de son nez, un regain de bonne humeur et d'énergie nous donne le goût de sortir prendre l'air.

Pourquoi ne pas le faire, confortablement installé à l'abri du vent, avec un bon livre entre les mains?
Venez-nous voir!
Nous trouverons la lecture qui vous convient!!!

Mardi de 14hres à 15h30 et de 18h30 à 20hres
Jeudi de 18h30 à 20hres
Au plaisir de vous voir !
Le comité de bibliothèque
459-3347

Chronique

Le vieillissement chez nos compagnons à poils…

Grâce au progrès de la médecine vétérinaire, à l'évolution des soins médicaux et à une alimentation plus saine, les animaux vivent beaucoup plus longtemps et en meilleure santé qu'auparavant. Mais, comme les humains, ils ressentent les effets du temps. Il se produit, en vieillissant, des changements graduels qui ressemblent énormément à ceux qui surviennent chez l'humain: ils peuvent commencer à grisonner, devenir moins agiles et avoir des réflexes moins aiguisés qu'avant. Leur ouïe, leur vue, leur odorat et même leur concentration peuvent également se détériorer et leur énergie peut diminuer. De fait, la baisse d'activité généralisée est souvent le premier signe du vieillissement.

Votre compagnon sera considéré gériatrique lorsqu'il dépassera l'âge de 7 ans. Les maladies métaboliques deviennent de plus en plus fréquentes dépassé cet âge et il est malheureusement impossible de les détecter seulement avec un examen physique externe. C'est pourquoi nous recommandons, (tout comme votre médecin le fera pour vous une fois la quarantaine dépassée!), de compléter son examen physique annuel d'un bilan sanguin et d'une analyse d'urine. Ces analyses permettent d'évaluer précisément la fonction des reins, du foie, la présence de diabète, d'anémie, etc. Ceci permet donc d'avoir une image réelle et précise de son état de santé et détecter de façon précoce ces maladies gériatriques.

Sachez que même si votre compagnon ne présente aucun symptôme, il peut tout de même dissimuler une maladie. Par exemple, un animal peut perdre jusqu'à 75% de la fonction de ses reins avant que les premiers signes cliniques n'apparaissent! Un diagnostic précoce et des traitements instaurés rapidement permettent donc de maintenir la fonction rénale intacte le plus longtemps possible, car les dommages sont irréversibles.

En étant conscient des changements qui surviennent chez votre compagnon vieillissant, vous lui permettrez de rester en forme et confortable le plus longtemps possible, pour ainsi profiter pleinement de ses dernières années !

Dre Caroline Fortier, mv
Dre Marie-Claude Gagné, mv
Dre Isabelle Longchamps, mv

Clinique vétérinaire
Beauce-Appalaches inc.
410, 144e Rue, Saint-Georges
418 227.3006
www.veterinairebeauce-appalaches.com

Chronique

Dieu si près de nous

Je le suis moi qui te parle. *(Jn 4 , 26)*

Dans l'évangile de St-Jean, Jésus rencontre la samaritaine près du puits et entre en conversation avec elle. La samaritaine connaît son ancien testament et ses ancêtres dans la foi et sait que le Christ doit venir. Elle l'attend. C'est alors que Jésus lui dit : « Je le suis moi qui te parle. »

Nous agissons souvent comme la samaritaine. Nous attendons des signes tangibles et même souvent des signes éclatants pour comprendre la présence de Jésus dans nos vies, alors qu'Il se manifeste à nous dans le vécu de nos journées.

Les personnes qui sont dans nos vies sont les premiers signes de **sa présence** si nous savons les regarder avec les yeux de notre cœur. Les gestes de bonté que l'on reçoit, les conversations qui nous ouvrent des horizons et même dans les évènements difficiles, quand nous demandons son aide, sont des moments où nous pouvons le reconnaître.

Jésus n'a pas voulu s'imposer dans nos vies. Il se laisse trouver dans le plus petit de ce qui nous habite afin de nous amener à devenir plus apte à vivre notre quotidien dans l'amour.

Jésus nous parle à tous les jours dans nos vies. Il nous reste à le reconnaître comme la samaritaine l'a reconnu, lorsqu'il lui a parlé de son vécu à elle. C'est dans notre vécu qu'il se manifeste.

Prière :

Jésus, je te cherche souvent ailleurs que dans ma vie, dans mon quotidien. J'attends des manifestations visibles alors que toi tu es là et souris sûrement de me voir chercher, sans te reconnaître, dans le moment présent.

Michèle Grimard

Remerciements

Nous tenons à remercier tous les gens qui nous ont supportés dans cette grande aventure d'aller à Cuba afin que notre fille reçoive des soins pour stopper sa rétinite pigmentaire.

Nous vous en sommes énormément reconnaissants!
Guylaine, Steve et Juliette

AVIS PUBLIC - Assemblée publique de consultation

À TOUTES LES PERSONNES SUSCEPTIBLES D'ÊTRE INTÉRESSÉES PAR LE PROJET DE RÈGLEMENT NUMÉRO 482-2017 VISANT À MODIFIER LE RÈGLEMENT # 370-2007 (PLAN D'URBANISME) ET LE PLAN D'AFFECTATION DES SOLS QUI LUI EST ANNEXÉ;

AVIS EST, PAR LES PRÉSENTES, DONNÉ PAR LA SOUSSIGNÉE, QUE :

1- Lors d'une séance régulière tenue le 13 février 2017, le conseil de la municipalité de La Guadeloupe a adopté le projet de règlement numéro 482-2017 visant à modifier le règlement # 370-2007 (plan d'urbanisme) et le plan d'affectation des sols qui lui est annexé.

2 - L'objet de ce règlement est :

- de mettre à jour la zone inondable de la Rivière le Bras, dans le secteur de la 26e Avenue;
- de corriger le plan d'affectation des sols afin de le rendre conforme à l'exclusion no 351102 obtenue de la CPTAQ dans le secteur de la 17e rue Est;

3.- Conformément à la loi, une assemblée de consultation se tiendra, le 21 mars 2017 à 18h30, à l'Hôtel de Ville de La Guadeloupe au 763, 14e Avenue, bureau 100, La Guadeloupe (Qc) G0M 1G0. Au cours de cette assemblée publique, tenue par l'intermédiaire du maire ou d'un autre membre du conseil désigné par le maire, la municipalité expliquera le projet de règlement et entendra les personnes et organismes qui désirent s'exprimer.

4.- Le projet de règlement ne contient pas de disposition propre à un règlement susceptible d'approbation référendaire.

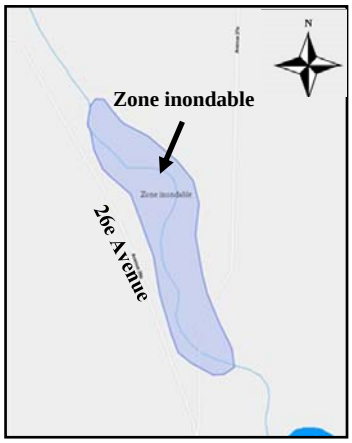
5.- Le projet de règlement peut être consulté au bureau de la secrétaire-trésorière de la municipalité de La Guadeloupe situé au 763, 14e Avenue, bureau 100, La Guadeloupe (Qc) G0M 1G0, aux heures habituelles de bureau.

6.- Les plans des grandes affectations du sol, liés au plan d'urbanisme, secteurs urbain et rural, du règlement # 370-2007 sont modifiés selon les plans présentés en annexe.

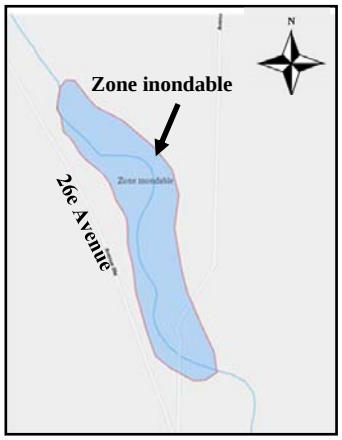
Donné à La Guadeloupe, ce 6e jour de mars 2017.
Christiane Lacroix, directrice générale

Annexes règlement 482-2017
Plan d'urbanisme - Plans d'affectation du sol - Secteur rural et urbain

Zone inondable avant 482-2017

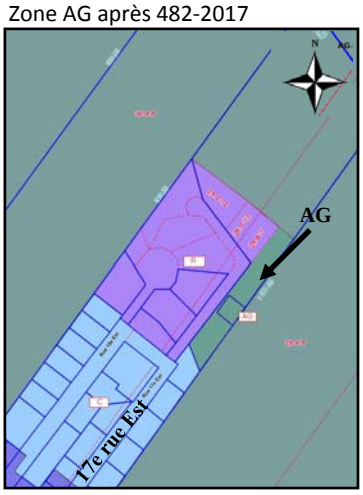


Zone inondable après 482-2017



Zone AG avant 482-2017

Zone AG après 482-2017



AVIS PUBLIC - Assemblée publique de consultation

À TOUTES LES PERSONNES SUSCEPTIBLES D'ÊTRE INTÉRESSÉES PAR LE PROJET DE RÈGLEMENT NUMÉRO 483-2017 VISANT À MODIFIER LE RÈGLEMENT # 373-2007 (RÈGLEMENT DE ZONAGE) ET LES PLANS DE ZONAGE QUI LUI SONT ANNEXÉS;

AVIS EST, PAR LES PRÉSENTES, DONNÉ PAR LE SOUSSIGNÉ, QUE :

1- Lors d'une régulière tenue le 13 février 2017, le conseil de la municipalité de La Guadeloupe a adopté le premier projet de règlement numéro 483-2017 visant à modifier le règlement # 373-2007 (règlement de zonage) et les plans de zonage qui lui sont annexés.

2 - L'objet de ce règlement est de :

- mettre à jour les plans de la zone inondable de la Rivière le Bras, dans le secteur de la 26e Avenue
- corriger le plan de zonage afin de le rendre conforme à l'exclusion no 351102 obtenue de la CPTAQ dans le secteur de la 17e rue Est

3.- Conformément à la loi, une assemblée de consultation se tiendra, le 21 mars 2017 à 18h30, à l'Hôtel de Ville de La Guadeloupe au 763, 14e Avenue, bureau 100, La Guadeloupe (Qc) G0M 1G0. Au cours de cette assemblée publique, tenue par l'intermédiaire du maire ou d'un autre membre du conseil désigné par le maire, la municipalité expliquera le projet de règlement et entendra les personnes et organismes qui désirent s'exprimer.

4.- Le projet de règlement ne contient pas de disposition susceptible d'approbation référendaire.

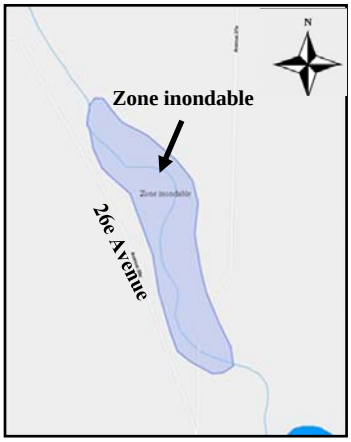
5.- Le projet de règlement peut être consulté au bureau de la secrétaire-trésorière de la municipalité de La Guadeloupe situé au 763, 14e Avenue, bureau 100, La Guadeloupe (Qc) G0M 1G0, aux heures habituelles de bureau.

6.- Les plans de zonage, liés au règlement de zonage, secteurs urbain et rural, du règlement # 373-2007 sont modifiés selon les plans présentés en annexe.

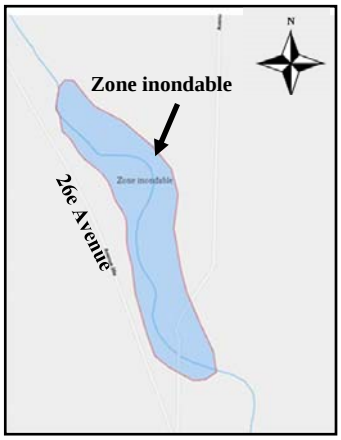
Donné à La Guadeloupe, ce 6e jour mars 2017.
Christiane Lacroix, directrice générale

Annexes règlement 483-2017 - Plans de zonage secteurs rural et urbain

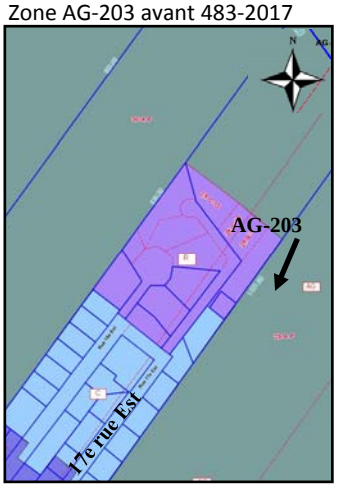
Zone inondable avant 483-2017



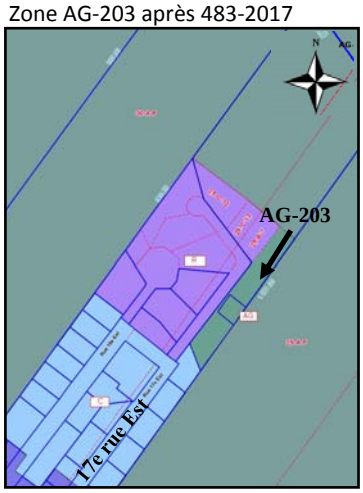
Zone inondable après 483-2017



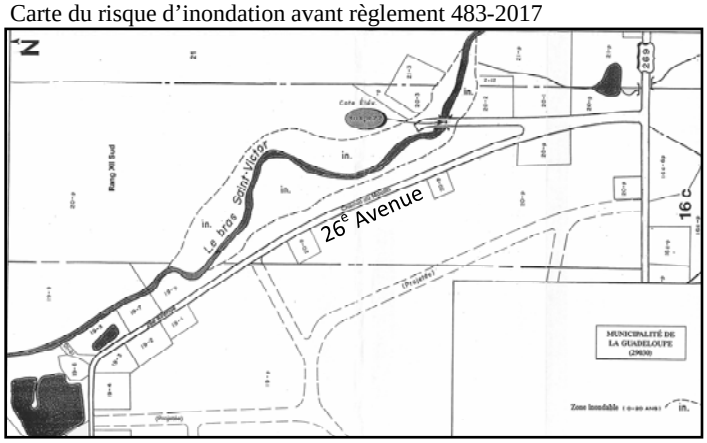
Zone AG-203 avant 483-2017



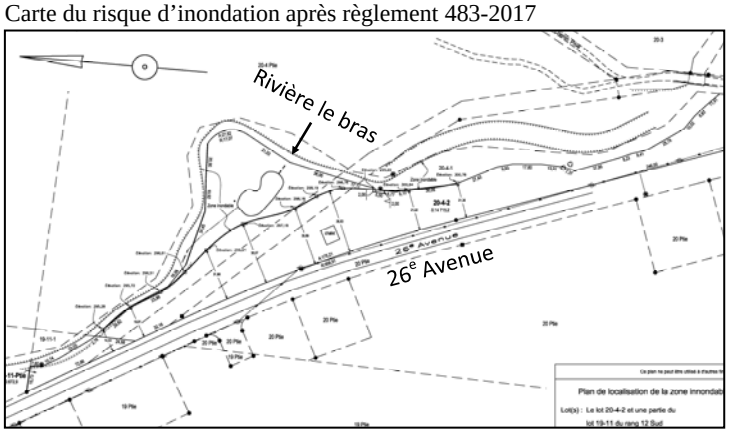
Zone AG-203 après 483-2017



Carte du risque d'inondation avant règlement 483-2017



Carte du risque d'inondation après règlement 483-2017



Chronique

7 aliments pour rester jeune!

Envie de déjouer les signes de vieillissement?
Faites une cure de jouvence en sept aliments!
Le meilleur régime pour demeurer jeune

Produit hydratant, comprimé, nous écumons toutes les tablettes des pharmacies à la recherche de l'ingrédient magique qui nous procurera la jeunesse éternelle. Et pourtant, la solution pour contrer le vieillissement, sous forme de produits naturels, n'est pas plus loin que dans notre réfrigérateur. Tout ce qu'il faut faire est d'ajouter ces produits à notre régime.

Les antioxydants sont l'une des clés qui mène à la fontaine de jouvence; ces éléments se trouvent dans les aliments à base de plante et ils protègent la santé parce qu'ils diminuent la dégradation des cellules corporelles. Mais les bons liquides et les produits laitiers agissent aussi dans ce sens. Alors, quel sont les meilleurs choix? Voici quelques-uns des meilleurs aliments qui vous aideront à demeurer jeune.

1. Les bleuets

Ces petites baies bien juteuses sont l'un des fruits originaires d'Amérique du Nord les plus consommés. Ce fruit bleu sombre aide à prévenir le cancer parce qu'il est bourré d'antioxydants nommés anthocyanes, un type de polyphénol. Une tasse de bleuets contient presque 25% de la quantité recommandée de vitamine C, ainsi que des fibres alimentaires et du manganèse qui joue un rôle crucial pour le métabolisme et la santé des os.

2. Les légumes verts

Pensez épinard, chou frisé et brocoli. Plus la couleur du légume est foncée, meilleur il est pour la santé. Les légumes foncés sont remplis de vitamines, de minéraux et d'antioxydants qui contribuent à construire et réparer nos cellules..
Mais les légumes verts ne conviennent pas au goût de tous et vous devez être créatif. Mélangez-les avec des aliments que vous aimez; incorporez des bouquets de brocoli hachés finement à une salade de pâtes froide, ou ajoutez des épinards cuits et refroidis à votre prochaine recette de hamburger. Mettez à l'essai des légumes verts que vous n'avez jamais consommés pour en découvrir un nouveau que vous aimerez, comme les crucifères.

3. L'eau

Vous cherchez la fontaine de jouvence? Regardez sous votre robinet. Le corps est constitué de 70% d'eau et boire nous garde frais et hydraté. La peau déshydratée a une apparence fatiguée et rugueuse. Si vous cherchez une solution non calorique pour étancher la soif, prenez un bon verre d'eau au lieu d'un café ou d'un soda hypocalorique et vous paraîtrez plus jeune. Une peau hydratée a une apparence pure, fraîche et plus jeune.»

4. Les prunes

Les pruneaux sont reconnus pour leurs propriétés laxatives et ils ont acquis la réputation auprès des personnes âgées de faciliter la digestion. Mais ils sont également un super aliment anti-vieillissement. Leur peau ratatinée n'est sans doute pas aussi attirante que celle des abricots ou des raisins secs, mais ils sont remplis de potassium, de fibres, d'antioxydants phytochimiques, sans compter le fer et la vitamine A. Si la seule évocation des pruneaux vous fait sentir vieux, considérez-les comme des prunes séchées, la nouvelle appellation qui leur confère une apparence de jeunesse.

5. Le yogourt

Certaines cultures européennes considèrent que le yogourt contribue à augmenter l'espérance de vie, une croyance corroborée par certaines recherches sur les apports des produits à base de lait fermenté à la longévité. Le yogourt est riche en protéines et en calcium, excellent pour les os, deux éléments que les femmes en particulier n'intègrent pas suffisamment à leur régime. Pauvre en glucides, il contient de la lactase, une enzyme pouvant aider ceux qui ont une intolérance au lactose. Consommez du yogourt nature et non sucré, et ajoutez des fruits congelés et des noix non salées, couronnez le tout avec un soupçon de sirop d'érable ou de miel. Vous obtiendrez une excellente collation énergétique.

6. Les fruits et légumes congelés durant l'hiver

Lorsque la saison froide s'installe, vous pouvez compter sur les fruits et légumes congelés ou en conserve pour obtenir votre dose d'antioxydants. Si vous croyez que les produits congelés sont moins sains que les frais, sachez que les fruits et légumes congelés ou en conserve sont empaquetés avec plus d'éléments nutritifs que les produits frais qui ont voyagé de longues distances. Là aussi, choisissez des produits à couleur foncée comme les bleuets, les épinards et même les carottes congelées. Les tomates en conserve sans sel ajouté, de même que les asperges sont un excellent choix au cours de la saison hivernale.

7. Les céréales entières

Certaines saveurs nouvelles gagnent en popularité comme le jus de lyciet ou de grenade mais certains groupes alimentaires antivieillissement demeurent des incontournables et c'est le cas des céréales entières. Elles contiennent une tonne d'éléments antivieillissement comme
les fibres, les protéines et le fer. Et de plus, elles sont l'altern a-
tive idéale aux glucides raffinés. Tenez-vous loin des aliments de couleur blanche à base de glucides simples comme les pâtes, le riz et le pain. Ces glucides simples ne sont que des sucres et trop de sucre provoque les troubles cardiaques, l'obésité et un mauvais état de santé général, ce qui contribue à vous faire vieillir.

www.selection.readersdigest.ca

Annonces

Jean-Marc Carrier

AIGUISAGE DE COUTEAU
Maison 418-459-3624
Cell : 418-957-8046

À LOUER

Logement 4 1/2
à La Guadeloupe (près de la SAQ)
Libre immédiatement
418 459-3148 ou 514 947-3804

Les Palettes Beauceronnes

OFFRE D'EMPLOI

Nous sommes à la recherche d'une personne à temps plein de jour.

Tâches :

Couper le bois de différentes longueurs
Assemblage des palettes
Bonne capacité physique
Salaire à discuter

Situé à Courcelles dans le parc industriel

Contactez: Stéphane McCutcheon
Tél : 418-483-5901
e-mail :
palettesbeauceronnes@telcourcelles.net

Évènement

ENCORE UN TRÈS BEAU SUCCÈS !

CHASSOMANIAK

Le 17 février dernier, plus de 300 amateurs(es) ont assisté à la soirée de films CHASSOMANIAK qui avait lieu à l'aréna de La Guadeloupe. Cette soirée a été organisée par les Chevaliers de Colomb.

Merci à tous!

Trouve ton équipe de rêve!

Foire de l'Emploi BEAUCE-ETCHEMINS

La Chambre de commerce de Saint-Georges annonce la tenue de la 11e édition de la Foire de l'emploi Beauce-Etchemins, le

vendredi 24 mars prochain, de 9h30 à 20h au Carrefour Saint-Georges.

Le président des Industries P.F., monsieur Guy Roy, assure la présidence d'honneur de l'événement.

Y participer vous permettra de rencontrer directement les employeurs et d'obtenir un premier contact avec eux.

Pour plus de renseignements, contactez

Geneviève Talbot, coordonnatrice de l'événement, au 418 228-7879 ou par courriel à l'adresse : talbot.genevieve@ccstgeorges.com.

Trouve ton Equipe de rêve !

LA CORPORATION DE CIMETIÈRES LES SOMMETS DE LA PAIX

Fondée en 2015 et ayant son siège social au presbytère de Lambton, la corporation s'occupe du bon fonctionnement des dix cimetières de la Paroisse Notre-Dame-des-Amériques, notamment les cimetières de : St-Benoît, St-Éphrem, St-Évariste, La Guadeloupe, St-Hilaire, St-Honoré, Ste-Martine, St-Samuel St-Sébastien et St-Vital et est à la recherche de :

Un ou une secrétaire comptable.
Poste permanent de 20 heures / semaine

Sous l'autorité du conseil d'administration, la personne aura entre autres les responsabilités suivantes :

Principales tâches et responsabilités

- Assurer le cycle comptable complet (paie, tenue de livres, entrée des données, écritures de journal, comptes à payer et à recevoir, émission de chèques, etc.)
- Voir au respect et à l'application des lois, des politiques et des règlements en vigueur des cimetières;
- Collaborer avec le conseil d'administration : gestion documentaire des dossiers du CA, préparation des réunions avec la présidence et participation aux réunions mensuelles et annuelles du CA
- Exécuter toutes autres tâches reliées à l'emploi

Les personnes intéressées à poser leur candidature sont invitées à faire parvenir, par la poste ou par courriel **avant 15 mars 2017,** leur curriculum vitae accompagné d'une lettre de motivation à l'adresse suivante :

Fabrique Notre-Dame-des Amériques
À l'attention de Nancy Audet
527, 13e avenue, La Guadeloupe (Qc) G0M 1G0

Courriel : comptabilitenda@tlb.sympatico.ca
Tél. : 418 459-3485

Nous vous remercions de votre intérêt pour ce poste. Toutefois, seules les personnes dont la candidature aura été retenue seront contactées.

HOCKEY

La formation beauceronne Atome A, s'est envolée vers la victoire, n'accordant aucun but en quatre parties.

Quand à Atome B, les Lynx ont été tout aussi coriaces terminant la compétition avec un différentiel de buts de plus de 19.

Atome B, finaliste à Windsor

Bantam B, finaliste à Windsor

Atome A, champion à Farnham

isolationca@hotmail.com

isolation
CHAUDIÈRE
APPALACHES

Yves Faucher
propriétaire

383, 19e Avenue
La Guadeloupe (Qc)
G0M 1G0
RBQ 5713-4975-01

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

MASSOTHÉRAPEUTE

Sylvie Trépanier

Membre monréseau

Massages • suédois de détente
• thérapeutique
• femme enceinte

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

Esso

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

STRUCTURES ROYAL INC

-Poutrelles de plancher
-Fermes de toit
-Murs préfabriqués

prix d'excellence cecobois 2017

Structures Royal tient à féliciter son équipe pour la réalisation de ce projet ! Merci à nos clients!

Le Centre d'expertise sur la construction commerciale en bois reconnait le mérite de l'équipe de
Structures ROYAL
pour sa contribution à la réalisation du :
Centre de services le Bonnalis - Parc national du Mont-Orford
Lauréat dans la catégorie :
Bâtiment institutionnel de moins de 1 000 m²
Gérald Beaulieu
Directeur cecobois

cecobois
Centre d'expertise sur la construction commerciale en bois
www.cecobois.com

Alimentation Élite 2005 Inc.
MARCHÉ BONICHOIX

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

Le Poulet Prit

102, Du Moulin Courcelles
Tél. : (418) 483-5243
Claude Roy & Julie Bernard, prop.
Ouvert 7 jours

PRISE DE SANG

Johanne Gilbert-Roy, infirmière
418 485-6739

Prise de sang à la clinique médicale de St-Honoré

Les mardis de 6h à 9h
disponible le vendredi
au besoin

Ou

À domicile
Pour les personnes âgées ou
en perte d'autonomie
Pour les travailleurs à l'extérieur
ex : camionneur, construction…

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

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.

TIMBER MART

Menuiserie
Gérard Faucher inc.

679, 4e 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

Édition 2017 du tournoi 6 packs : une réussite sur toute la ligne!

Le 18 février dernier avait lieu le populaire tournoi en formule « 6 packs » au centre sportif Armand-Racine. À la tête de l'organisation pour une deuxième année consécutive, le duo père-fille se réjouit de bonheur en voyant le montant qu'ils ont réussi à amasser. En effet, c'est plus de 3500$ qui seront remis au relais pour la vie lors du rassemblement à Saint-Georges le 3 juin prochain.

Les organisateurs ne s'attendaient pas à bonifier leur montant de l'année passée de près de 1000$. C'est un énorme succès pour eux! L'argent provient de l'inscription des équipes, du cachet que les arbitres ont remis à la cause et des dons amassés sur place.

Rappelons que la femme de Claude, Rachel, est une survivante du cancer et que sa fille et elle participent au relais pour la vie depuis maintenant 4 ans!

Cette année encore, le président du comité organisateur de l'évènement du 3 juin à Saint-Georges, M. André Longchamps était présent afin de remercier les participants. M. Longchamps a toujours eu un intérêt pour le hockey et c'est très agréable de voir que son combat contre le cancer est maintenant chose du passé. Son frère faisait notamment partie d'une des équipes présentes.

Un merci tout spécial aux joueurs des équipes, aux arbitres qui ont remis leur cachet; Éric Brindle, Pierre Dostie, Hugo Jacques, Guillaume Tardif, Philippe Rouleau et Marc-Antoine Dion ainsi qu'aux nombreux donateurs.

À l'année prochaine!

==========

Hockey plaisir

Félicitations à l'équipe de hockey plaisir de la Haute-Beauce pour leur belle participation au tournoi qui a eu lieu le 27 janvier à La Guadeloupe. Ils ont su se démarquer par leur sens de l'effort et leur beau travail d'équipe.

Lyne Lapierre (entraîneuse), Mathias Faucher, Justyn Rodrigue, Miguel Audet, Émile Lessard, Rachel D. Bélanger (entraîneuse).

William Grégoire, Bastien Perreault, Xavier Doyon, Guillaume Tardif, William Poulin.

Océane Bolduc, Nellie Bolduc-Bernier, Mickaël Roy, Jason Guilbault, Matthew Turcotte.

À l'école!

Saint-Valentin

Lors de la journée de la St-Valentin, les élèves de l'école étaient invités à s'habiller en rose, rouge ou blanc. Le parlement scolaire a eu la bonne idée de se promener de classe en classe habillé en petits cœurs sur 2 pattes afin de distribuer des messages d'amour ! De plus, les élèves ont été accueillis par une belle chanson d'amour choisie par leur enseignante et avec un beau câlin. Quelle belle façon de débuter une journée !

Persévérance scolaire

Du 13 au 17 février a eu lieu la semaine de la persévérance scolaire. À chaque jour, dans chacune des classes, un élève a été nommé comme étant l'élève persévérant du jour. Je tiens à féliciter les quatre élèves méritants de ma classe :

Caleb Labonté, Jordan Veilleux, Donaven Huard et Leeah Roy.

Gym du Centre Aquatique et récréatif de la Haute-Beauce de Saint-Évariste-de-Forsyth

Si votre santé vous tient à cœur, venez découvrir notre gym! Que ce soit pour un entraînement à long terme ou une séance à l'occasion, notre personnel qualifié saura vous guider à votre rythme. Une vaste gamme de suppléments alimentaires est également disponible sur place.

Joignez-vous à la clientèle grandissante de ce service, qui fait la fierté de la municipalité de Saint-Évariste-de-Forsyth!

Forfaits Gym CARHB

Type de forfait	Client	Prix taxes incl.
Séance	Régulier	7,00$
	Étudiant	5,00$
Carte 10 séances	Régulier	60,00$
	Étudiant	40,00$
1 mois	Régulier	50,00$
	Étudiant	32,00$
3 mois	Régulier	120,00$
	Étudiant	80,00$
6 mois	Régulier	210,00$
	Étudiant	150,00$
1 an	Régulier	340,00$
	Étudiant	275,00$

Horaire de mars 2017

Centre aquatique et récréatif de la Haute-Beauce

dim.	lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.
13:30-16:00 Parc aquatique		18:00 21:30 Bain régulier	1 7:00-9:30 Couloirs	2 13:30-16:00 Parc aquatique	3 19:30-22:00 Bain régulier	4 18:00-21:00 Bain régulier
5 13:30-16:00 Parc aquatique	6	+ 7 11:30-13:00 ★ 18:00-21:30	8 7:00-9:30 Couloirs	★ 9 13:30-16:00 Parc aquatique	10 19:30-22:00 ★ Bain régulier	11 18:00-21:00 Bain régulier
★ ★12 13:30-16:00 Parc aquatique	13	+ 14 11:30-13:00 18:00-21:30	15 7:00-9:30 Couloirs	16	17 19:30-22:00 Bain régulier	18 18:00-21:00 Bain régulier
19 13:30-16:00 Parc aquatique	20	+ 21 11:30-13:00 18:00-21:30	22 7:00-9:30 Couloirs	23	24 19:30-22:00 Bain régulier	25 18:00-21:00 Bain régulier
26 13:30-16:00 Parc aquatique	27	+ 28 11:30-13:00 18:00-21:30	29 7:00-9:30 Couloirs	30	31 19:30-22:00 Bain régulier	1 18:00-21:00 Bain régulier
2 13:30-16:00 Parc aquatique	3	+ 4 11:30-13:00 18:00-21:30	5	6	7	8

★ Cours de premier soins, salle blanche, 9:00 à 17:30

★ Cours de gardiens avertis, salle blanche, 8:00 à 16:30

★ Renouvellement de moniteur en sécurité aquatique, CARHB

★ Début du cours de sauveteur, CARHB

Tarifs:

Bain régulier et couloir

Résident	Non-résident
Carte 26.00$	Carte 32.00$
Adulte: 4.00$	Adulte: 5.00$
5-16 ans: 2.75$	5-16 ans: 3.75$

4 ans et - : gratuit

Parc aquatique

Résident	Non-résident
Tous: 5$	Tous: 7$

4 ans et - : gratuit

Réservation privé

Régulier: 40$ / h

Parc aquatique: 120$ / 1,5h

Information ou réservation:
Anick Champagne
418-459-3342 p. 224
techloisirs@munlaguadeloupe.qc.ca

MASONITE® ARCHITECTURAL

Le 23 janvier dernier, c'est avec beaucoup d'enthousiasme que nous avons convié nos employés pour le dévoilement de notre toute nouvelle identification et image de l'entreprise.

Suite à l'acquisition de Portes Baillargeon en 2012 ainsi que plusieurs autres entreprises, il devenait nécessaire de regrouper ces entreprises sous un seul et même nom: Masonite Architectural.

Masonite Architectural St-Éphrem c'est 115 fiers employés qui fabriquent plus de 100,000 portes architecturales par année. Grâce à des investissement de plus de 1M$ au cours des 3 dernières années et l'utilisation de nouvelles technologies, nous sommes un leader dans notre domaine au Canada. La proximité de la petite entreprise mais le pouvoir de la grande!

Nous offrons:
- Des salaires très compétitifs;
- Un programme d'assurance avec plan dentaire et une contribution majoritaire de l'employeur;
- Un régime de retraite avec contribution de l'employeur;
- Un environnement orienté vers la sécurité et d'excellentes conditions de travail;
- Une équipe et une direction pour qui l'implication de chaque membre est critique au succès;
- Des nouvelles technologies (ipad) pour la communication à tous les jours!

Voici nos postes actuellement disponibles :
- Opérateur CNC (quart de soir)
- Opérateur plaqueuse de chant (quart de soir)
- Opérateurs composantes/assemblage (quart de jour)

Passez nous voir !

430, route 108 Ouest, Saint-Éphrem 418-484-5666 emplois@baildoor.com

Le mois prochain, nous vous parlerons de nos produits et dans quelles bâtisses et projets se retrouvent nos belles réalisations.