

Le Ouest

MARS 2018 - NO 85, la revue des Saint-Rochois (es)

Bureau municipal

806, rang de la Rivière Sud
Saint-Roch-Ouest (Québec) J0K 3H0

Tél : 450-588-6060

Fax : 579-795-0358

Site : www.saint-roch-ouest.ca

Courriel : info@saint-roch-ouest.ca

Horaire : mardi, mercredi & jeudi - 8 h 30 à 16 h 30

Mario Racette, maire

Conseillers :

Siège 1 : Luc Duval

Siège 2 : Charles Smith

Siège 3 : Lucien Chayer

Siège 4 : Pierre Mercier

Siège 5 : Sylvain Lafortune

Siège 6 : Jean Bélanger

Sherron Kollar, directrice générale

Robert Brunet, inspecteur municipal



*Depuis
1921*

**PROCHAINE RENCONTRE
DU CONSEIL MUNICIPAL**
Mardi 3 avril 2018,
à 20 h. au bureau municipal

L'agriculture, c'est dans notre nature



Mot du Maire

Bonjour, chers amis St-Rochois(es),

Déjà rendu au printemps...

Le printemps rime également avec le temps des sucres.

La MRC de Montcalm est riche en délicieux produits d'érable.

C'est donc le temps de visiter nos voisins et de se sucrer le bec. Bonnes dégustations!



★ **Le Défi Santé invite tous les Québécois, seul ou en famille, à mettre leur santé en priorité à l'occasion d'un défi collectif et motivant. Les participants s'engagent à atteindre 3 objectifs du 1^{er} au 30 avril:**



Objectif 5

Manger au moins 5 portions de fruits et légumes par jour



Objectif 30

Bouger au moins 30 minutes par jour. Et pour les jeunes, c'est au moins 60!



Objectif Merci

Être reconnaissant de 3 choses positives chaque jour

«Entraîner» ses habitudes de vie en posant des gestes simples au quotidien, ça fait tellement de bien!

Bon Défi Santé!

Mario Racette,
Maire

TABLE DES MATIÈRES

Mot du Maire.....	2
Table des matières.....	3
Tournoi de ballon-balai familial 2018 – Motion de félicitations	3
Résumé des délibérations du Conseil Municipal	4-5
Avis publics	6
Monnaie contrefaite en circulation – Soyez vigilants	7
Mars, mois de prévention de la fraude	8-9
Le Groupe Entraide et Amitié Saint-Roch.....	10
Soutien au travail autonome	11
Association Carrefour Famille Montcalm - activités	12-13
Message de votre église	14
Les Cœurs Joyeux - Avis de convocation à l'Assemblée générale annuelle.....	15-16
SHÉSOSE	17
Bibliothèque Alice-Parizeau	18
Heure du Conte.....	19
Ateliers La Brigade des P'tits	20
Maison des Jeunes.....	21
Concours Dessin et Slogan pour les élèves de 4e, 5e, et 6e années.....	22
Conjuguons notre bénévolat – Campagne 2018	23
Les 4 Chevaliers vous attendent au terrain de balle.....	24
Embarque Lanaudière – le covoiturage, transport drôlement avantageux.....	25
Calendrier des collectifs.....	25
Défi Santé – Municipalité de Saint-Roch-Ouest – Meilleur taux de participation...	26-27
Défi Santé 2018 – pas besoin d'être athlète pour réussir.....	28

Motion de félicitations aux bénévoles – tournoi de ballon-balai familial 2018

Le conseil municipal félicite tous les bénévoles qui ont collaboré, de près ou de loin, à la réussite du tournoi de ballon-balai familial 2018 de Saint-Esprit et de Saint-Roch-Ouest.

La municipalité adresse des remerciements spéciaux à messieurs Benoît Pelletier et son équipe de bénévoles pour leur dévouement ainsi qu'à Alain Robert et son équipe des *Fermes GL Robert* qui se sont occupés de préparer une montagne de neige sécuritaire pour y construire une glissade.

Également, des remerciements à la Fabrique de Saint-Esprit pour avoir remis toutes les bouteilles et canettes amassées pendant le tournoi à l'école pour qu'ils les échantent à l'épicerie.

Félicitations à l'équipe gagnante du tournoi de l'édition 2018; Saint-Roch-Ouest!

RÉSUMÉ DES DÉLIBÉRATIONS DU CONSEIL MUNICIPAL

SÉANCE ORDINAIRE TENUE LE 6 MARS 2018

CONGRÈS ANNUEL – ADMQ – 13, 14 et 15 JUIN 2018

La directrice générale participera au congrès annuel.

MULTI-SERVICE

CONSIDÉRANT que le Conseil a un projet de construction pour un bureau municipal;

Il est résolu d'autoriser Monsieur Robert Brunet, de Multi-Service, à travailler en collaboration avec la directrice générale sur ce projet.

CABANE À SUCRE, POUR LA GRANDE FAMILLE DE LA MRC DE MONTCALM

Il est résolu de faire l'achat de billets pour le souper à la cabane à sucre pour la grande famille de la MRC de Montcalm.

MTQ

Il est résolu d'autoriser et de mandater la directrice générale à signer le contrat numéro 850934765, afin d'agir pour et au nom de la municipalité de Saint-Roch-Ouest.

QUOTE-PART MRC DE MONTCALM

Il est résolu d'autoriser la directrice générale à procéder au paiement des quotes-parts conformément aux modalités de versent établies par les règlements 471-2017, 472-2017 et 473-2017 adoptés par la MRC de Montcalm.

DEMANDE DE SOUMISSIONS

Il est résolu d'autoriser la directrice générale à demander des soumissions pour une étude géotechnique du sol pour le terrain municipal.

RÉSUMÉ DES DÉLIBÉRATIONS DU CONSEIL MUNICIPAL

SÉANCE ORDINAIRE TENUE LE 6 MARS 2018 (suite)

AVIS DE MOTION – RÈGLEMENT NUMÉRO 124-2018- SUR LES MODALITÉS DE PUBLICATION DES AVIS PUBLICS

Un avis de motion est donné que lors d'une séance du conseil, sera adopté le Règlement numéro 124-2018, sur les modalités de publication des avis publics.

ADOPTION DU PROJET RÈGLEMENT NUMÉRO 124-2018- SUR LES MODALITÉS DE PUBLICATION DES AVIS PUBLICS

Il est proposé par les conseillers de la municipalité de Saint-Roch-Ouest d'adopter le projet de Règlement numéro 124-2018, sur les modalités de publication de ses avis publics, tel que remis aux membres du conseil.

DÉPÔT ET APPROBATION DU RAPPORT FINANCIER 2017

Le rapport financier 2017 rédigé et vérifié, par DCA COMPTABLE AGRÉÉ INC.

BRUNCH BÉNÉFICE

Il est résolu d'autoriser l'achat de deux (2) billets pour le brunch bénéfice, au profit du Centre d'Action Bénévole de Montcalm.

DEMANDE DE SOUTIER FINANCIER

Une demande de soutier financier est demandée par l'Association des Trappeurs professionnels du Québec section Lanaudière :

Il est résolu d'accorder un montant de 100 \$, pour encourager ses membres à continuer la déprédation sur les secteurs publics.

LES VOIX DE L'ACHIGAN – CONCERT 2018

La municipalité accordera un montant de 150 \$, représentant le coût d'une commandite pour une page entière.

AVIS PUBLIC

RÈGLEMENT NUMÉRO 123-2018 CODE D'ÉTHIQUE ET DE DÉONTOLOGIE DES ÉLUS MUNICIPAUX

AVIS PUBLIC est donné par la soussignée, qu'à la séance ordinaire du conseil de la Municipalité de Saint-Roch-Ouest qui a eu lieu le 6 février 2018 à la salle du conseil au 806, rang de la Rivière Sud, Saint-Roch-Ouest, a été adopté le règlement numéro 123-2018 de la municipalité de Saint-Roch-Ouest concernant le code d'éthique et de déontologie des élus municipaux et abrogeant le règlement 119-2016.

Le règlement 123-2018 entre en vigueur conformément à la loi.

Toute personne intéressée peut prendre connaissance du règlement durant les heures régulières de bureau.

DONNÉ À Saint-Roch-Ouest, ce 13e jour du mois de février 2018.

Sherron Kollar,
Directrice générale

AVIS PUBLIC

RÈGLEMENT NUMÉRO 124-2018 CONCERNANT LES MODALITÉS DE PUBLICATION DES AVIS PUBLICS

AVIS PUBLIC est donné par la soussignée, que le conseil municipal de la municipalité de Saint-Roch-Ouest a présenté et adopté un projet de règlement numéro 124-2018, sur les modalités de publication de ses avis publics, lors de la séance ordinaire tenue le 6 mars 2018, en même temps qu'a été donné l'avis de motion requis par la loi.

L'adoption du règlement est prévue à la séance ordinaire du conseil municipal qui aura lieu le 3 avril 2018 à 20 h, au bureau municipal, 806, rang de la Rivière Sud, Saint-Roch-Ouest.

Ce projet de règlement est déposé au bureau de la soussignée, où toute personne intéressée peut en prendre connaissance pendant les heures régulières de bureau.

DONNÉ À Saint-Roch-Ouest, ce 13e jour du mois de mars 2018.

Sherron Kollar,
Directrice générale



Monnaie contrefaite en circulation, soyez vigilants !

La Sûreté du Québec désire aviser la population et les commerçants de demeurer vigilants quant à la mise en circulation de monnaie contrefaite en Mauricie et dans Lanaudière. Récemment, des hommes ont utilisés des billets de 100 \$ canadiens pour se procurer des biens. Les billets ont été présentés dans des dépanneurs, institutions financières et à des livreurs de restaurants de Joliette, Saint-Gabriel-de-Brandon et Louiseville, notamment. Les billets étaient contrefaits et l'enquête se poursuit dans ces dossiers. Soyez vigilants, vérifiez toutes les caractéristiques de sécurité des billets et ouvrez l'œil à tout indice d'un billet contrefait comme l'absence de numéro de série ou la présence de signes chinois sur les billets.

Référez-vous à la Banque du Canada en cas de doute :

<http://www.banqueducanada.ca/billets/prevention-de-la-contrefacon/>.



Prévention de la contrefaçon - Banque du Canada

www.banqueducanada.ca

Les billets de banque canadiens sont dotés de nombreux éléments de sécurité faciles à utiliser, mais difficiles à contrefaire ou à reproduire.

Sabrina Marion
Coordonnatrice locale en police communautaire
MRC Montcalm
Région Mauricie-Lanaudière
District Ouest
Sûreté du Québec
Bureau 450-439-1911 #261



MARS, MOIS DE PRÉVENTION DE LA FRAUDE

Tout au long du mois de mars, à l'occasion du *Mois de la prévention de la fraude*, la SQ, la Banque du Canada et plusieurs partenaires des forces policières, mènent une campagne auprès des citoyens afin de les sensibiliser aux différents types de fraudes les plus courantes.

Indépendamment de l'âge, du niveau d'éducation ou du lieu de résidence d'une personne, nul n'est à l'abri d'être un jour victime d'escroquerie.

La plupart des fraudes peuvent être évitées. C'est pourquoi il est important d'être vigilant afin de les identifier et se protéger efficacement.

FRAUDE PAR CARTES DE PAIEMENT (CRÉDIT OU DÉBIT)

La fraude par carte de paiement englobe les fraudes commises en utilisant des cartes de crédit et débit, ou les informations de celles-ci, afin d'obtenir des fonds ou se procurer des biens.

Comment font les fraudeurs ?

- En obtenant votre numéro de carte de crédit, sa date d'expiration et le numéro de vérification (code CVV) et en se servant de cette information pour faire des achats par téléphone ou en ligne.
- En obtenant le numéro d'identification personnel (NIP) de votre carte de débit pour effectuer des retraits et dérober votre épargne.
- En obtenant l'information de la bande magnétique se trouvant au verso d'une carte de paiement pour ainsi cloner celle-ci.

Comment se protéger ?

- Gardez sur vous uniquement les cartes dont vous avez vraiment besoin et assurez-vous que les autres sont en sécurité.
- Signalez la perte ou le vol d'une carte dès que vous vous en rendez compte.
- Effectuez vos transactions au guichet à l'endroit et au moment où vous vous sentez le plus en sécurité. Si quelque chose semble inhabituel, signalez la situation à la police, au marchand ou à votre institution financière.
- Ne prêtez jamais votre carte de paiement ni ne divulguez le NIP.
- Protégez votre NIP, c'est votre signature électronique.
 - Mémorisez-le et assurez-vous qu'il ne figure sur aucun document.
 - Choisissez un NIP qui ne peut être facilement deviné. N'utilisez pas votre date de naissance, votre numéro de téléphone ou votre adresse.
 - Changez-le régulièrement.
 - Prenez soin de le cacher des regards des autres lors de transactions.



MARS, MOIS DE PRÉVENTION DE LA FRAUDE (suite)

- Vérifiez vos relevés de compte bancaire et de carte de crédit régulièrement. Contestez immédiatement tout achat qui vous est inconnu.
- Méfiez-vous des courriels ou textos qui prétendent provenir de votre institution financière ou d'une agence gouvernementale. Ces institutions ne transmettent jamais de courriels ou textos à leurs clients afin d'obtenir des renseignements bancaires ou personnels.

POUR OBTENIR DE L'AIDE OU SIGNALER UNE FRAUDE

Si vous soupçonnez ou savez avoir été victime d'une fraude par carte de paiement, signaler l'incident auprès du service de police qui dessert votre municipalité (Sûreté du Québec ou service de police local) et communiquez rapidement avec votre institution financière et avec la compagnie émettrice de votre carte de paiement.

Assurez-vous également de communiquer avec les deux agences nationales d'évaluation du crédit et demander qu'un avis de fraude soit inscrit à votre dossier de crédit.

- Équifax Canada : 1 800 465-7166
- TransUnion Canada : 1 877 713-3393

Communiquez avec le Centre antifraude du Canada pour signaler la fraude : 1 888 495-8501 ou au www.antifraudcentre-centreantifraude.ca.

Si vous désirez signaler une fraude ou toute autre activité criminelle de manière anonyme et confidentielle:

- Pour la région de Montréal, communiquez avec Info-Crime, au 514 393-1133, ou visitez www.infocrimemontreal.ca.
- À l'extérieur de Montréal, communiquez avec Échec au crime, au 1 800 711-1800, ou visitez www.echecaucrime.com.

Mars, Mois de prévention de la fraude.

Un mois de prévention, douze mois de vigilance!



Le Groupe Entraide et Amitié

Saint-Roch

Vendredi 6 avril 2018 : Cabane à sucre

Dès 11h30, dîner à la cabane à sucre Au Sentier de l'érable (440, rang Montcalm, Sainte-Julienne). 17\$ par personne. Inscription avant le mercredi 28 mars. Places limitées!

Mardi 15 mai 2018 : Bingo Fêtes des mères et des pères

Venez célébrer la Fête des mères et la Fête des pères le mardi 15 mai prochain avec le Groupe Entraide et Amitié lors d'un bingo festif. Rendez-vous à 13h30, à la salle des comités. Coût : contribution volontaire à l'entrée et 1\$ par carte de bingo.

Dimanche 10 juin 2018 : La Tournée du bonheur

Dû à l'énorme succès qu'a connu ce groupe lors du spectacle de l'an passé, nous avons décidé de renouveler l'expérience! Venez écouter leurs musiques qui vous feront voyager dans vos plus beaux souvenirs! Le spectacle aura lieu à la Salle l'Opale à Saint-Lin-Laurentides. Plus de détails à venir.

Inscription aux activités à Gisèle Jeannotte 450-588-4659 ou Pauline Rivest 450-588-3999

Le Centre d'Action Bénévole de Montcalm

Les Clés sur les aspects légaux – volet mandat de protection

Vous voyez à l'organisation de vie d'une personne en perte d'autonomie? Vous êtes responsable d'un proche qui vit en hébergement? Vous partagez le quotidien d'une personne âgée ou d'une personne handicapée? Voici un atelier d'information sur les aspects légaux – volet mandat de protection pour vous accompagner dans votre rôle d'aidant. C'est gratuit! L'atelier sera animé par Marie-Josée Manègre, notaire, et portera sur le mandat de protection, la procuration, l'homologation, la séparation et les tutelles. Le mercredi 25 avril, de 19h00 à 20h30, au CAB Montcalm (25, rue St-Louis, St-Esprit). Transport disponible (6\$) et service de surveillance gratuit pour la personne aidée. Inscription obligatoire : 450-839-3118 ou 1-888-839-3440 poste 232

Vous souhaitez démarrer une entreprise ou devenir travailleur autonome ?

Vous pourriez être admissible au Soutien au travail autonome (STA). Une **aide financière** pour élaborer votre projet d'affaires et créer votre propre emploi est possible.

Vous devez d'abord rencontrer un(e) agent(e) du centre local d'emploi pour une évaluation de vos besoins.

Votre conseiller de la MRC de Montcalm pourrait vous accompagner individuellement sur plusieurs volets :

- création d'entreprise
- plan d'affaires
- marketing / ventes
- ressources humaines
- sources de financement
- prévisions financières

Qui est admissible?

- Les participantes et les participants à l'assurance-emploi.
- Les prestataires d'une aide financière de dernier recours.
- Les personnes sans soutien public du revenu.
- Les travailleurs et travailleuses à statut précaire.

Soyez prêt à vous lancer en affaires!

Séances d'information

Assistez à l'une de nos séances d'information en **démarrage d'entreprise**. Vous y obtiendrez des explications sur la rédaction du plan d'affaires, les sources de financement et les conditions d'admissibilité de la mesure STA.

Pour connaître les dates de nos prochaines séances, rendez-vous sur mrcmontcalm.com sous l'onglet *Services / Développement régional Montcalm*.



Contactez le responsable de la mesure STA pour plus de détails.

T 450 831-2182, poste 7082
1 888 242-2412

F 450 831-2647

1540, rue Albert
Sainte-Julienne (Québec) J0K 2T0

mrcmontcalm.com



Avec la participation financière de:



Transporteurs bénévoles recherchés à l'ACFM



L'ACFM est recrute actuellement de nouveaux accompagnateurs bénévoles provenant de toutes les municipalités de Montcalm. Vous souhaitez offrir vos services à la population, adultes et enfants, pour les conduire à une destination précise, tels que des ateliers, transports médicaux ou légaux?

Ce service est évidemment effectué bénévolement par le transporteur en échange d'une compensation de 0,45 \$/km pour couvrir les frais d'essence et d'entretien du véhicule. Pour être transporteur bénévole vous devez avoir du temps libre, avoir l'envie de rendre service, ne pas avoir d'antécédents judiciaires, être discret et courtois et posséder un véhicule (voiture ou camionnette) en bon état et surtout sécuritaire afin d'assurer le bien-être des gens que vous accompagnerez. Si cela vous intéresse, communiquez avec Lyne à l'ACFM au 450-439-2669.

Activités printemps 2018

Ateliers-Jeux (3-4 ans)

Par le jeu, cet atelier sensibilise le parent à l'égard des compétences parentales stimulant l'éveil à la lecture et à l'écriture des enfants.

Début : 20 mars 2018 de 9 h à 11 h

Coût : gratuit

Possibilité de transport et de halte-garderie – info Marie-Ève 450-439-2669

Atelier au-delà de la discipline (6-12 ans)

Là où l'on traite des préoccupations des parents d'aujourd'hui, ces derniers peuvent discuter, peuvent être guidés afin de créer une vie familiale harmonieuse en lien avec leurs propres valeurs. Il est possible de s'approprier des techniques efficaces afin d'améliorer les communications avec les enfants de 6 à 12 ans.

Durée : 8 semaines

Début : 6 avril 2018

Coût : gratuit

Possibilité de transport et de halte-garderie – info : Anne 450-439-2669

Bébé s'éveille (7-12 mois)

Stimulation langagière et cognitive, motricité globale et fine, la marche, les 5 sens + l'exploration tactile, le massage de bébé, petits pieds en pâte de sel, période d'échanges et d'informations variées (angoisse de séparation, sommeil, alimentation, etc.)

Début : 23 avril au 4 juin 2018 de 9 h à 11 h

Durée : 6 semaines

Coût : gratuit

Possibilité de transport et de halte-garderie - info : Anne 450-439-2669

Atelier Moi à mon meilleur (anciennement ami-amitié)

Moi à mon meilleur a pour objectif principal d'offrir aux parents les outils pour apprendre à se créer un réseau de soutien.

Durée : 6 semaines

Début : 25 avril 2018

Coût : gratuit

Possibilité de transport et de halte-garderie – info : Anne 450-439-2669

Événements à ne pas manquer!

Souper spaghetti et karaoké souper bénéfice

Endroit : à l'Association Handami au 460, rue du Parc à Saint-Lin-Laurentides

Date : 6 avril 2018 à 18 h

Info : 450-439-2669

Un bon spaghetti pour une bonne cause!

Le Marché des Familles

21 avril 2018 de 10 h à 14 h à l'hôtel de ville de Saint-Lin-Laurentides

Tous les détails sur notre site internet à www.acfmqc.org

Gala d'humour

avec Philippe Laprise,

Étienne Dano, Stéphane Bélanger et

à l'animation Pascal Babin. au profit de **Sac de réussite scolaire Montcalm**

et présenté par Groupe Jetté Assurances inc. et RSA Assurance

3 mai 2018 à 20 h

Endroit : Salle Julie-Pothier du Collège Esther-Blondin, 101, rue Sainte-Anne à Saint-Jacques

Procurez-vous votre billet au coût de 35 \$ taxes et frais en sus

En vente par billetterie le.point.de.vente.com

En 2017, c'est 195 enfants qui ont reçu de l'aide grâce à vous!

Fête familiale

26 mai 2018 Détails à venir

10^e Tournoi de Golf de l'ACFM

Jeudi le 31 mai 2018

Info 450-439-2669

Tous les détails sur notre site internet à www.acfmqc.org

Il y aura **un tirage de 2 000 \$ en crédit voyage ou en argent**, gracieuseté des Caisses Desjardins de la MRC Montcalm, lors de notre tournoi de golf annuel au Club de golf de Saint-Liguori.

Procurez-vous votre billet au coût de 10 \$ / quantité limitée de 800 billets.

Info : 450-439-2669 ou 1-877-439-2669

Merci de nous encourager!

Demeurez à l'affût... des nouveautés sont toujours à venir !

Association Carrefour Famille Montcalm

20, chemin Payette

Saint-Lin-Laurentides (Québec) J5M 0L4

Tél. 450-439-2669 / Fax : 450-439-8763

Courriel : lyne.plamondon@acfm-qc.org

Site Internet : www.acfmqc.org

MESSAGE DE VOTRE ÉGLISE

Dimanche des Rameaux : le 25 mars

C'est donc le dimanche 25 mars prochain que nous célébrerons le dimanche des Rameaux qui inaugure la semaine sainte et notre montée vers Pâques. Des rameaux travaillés par des bénévoles seront vendus à votre arrivée à l'église. Ne manquez cet événement qui marque un temps fort pour notre foi et en constitue la base pour alimenter notre vie spirituelle.

Horaire des célébrations de la semaine Sainte.

Jeudi Saint : 29 mars 2018 (Saint-Esprit)

Célébration de la Cène du Seigneur : 19 h 30

Vendredi Saint : 30 mars 2018 (Sainte-Julienne)

Célébration de la Passion du Christ : 15 h

Samedi Saint : 31 mars 2018 (Sainte-Julienne)

Veillée Pascale : 21 h

Dimanche de Pâques : 1^{er} avril 2018

Célébration de la Pâques 9 h

Petit buffet après la célébration

Joyeuses Pâques!

Notre fête des bénévoles au service de notre église : 15 avril prochain

Notre fête des bénévoles se tiendra le 15 avril prochain. Après une célébration d'action de grâce et de prières pour toutes les personnes dévouées au service de notre communauté, un buffet sera servi au sous-sol de l'église. Ce geste vise à exprimer notre appréciation et nos remerciements pour tous les services rendus par nos bénévoles soit pour gérer l'église ou encore pour assurer la vitalité de nos célébrations liturgiques. Réservez donc cette date pour vous permettre d'être présent.

Tirage diocèse/paroisse : il reste encore des billets

Nous vous faisons part de notre tirage annuel, diocèse/paroisse. Le coût des billets est toujours de 100 \$. Étant donné le coût élevé du billet, vous pouvez vous regrouper. Nous avons 15 billets à vendre. Si nous les vendons tous, 35 \$ par billet retourneront à la fabrique. Sinon, nous toucherons seulement 30 \$. Le tirage aura lieu le 16 mai 2018. Si vous participez, vous courrez la chance de gagner plusieurs prix. Si le premier prix est gagné à Saint-Esprit, un montant de 1 800 \$ sera remis à la fabrique.

Pensée du mois

« Heureuse est la personne qui sait quoi se rappeler du passé, quoi apprécier du présent et quoi planifier pour l'avenir »

Arnold H. Glasgow

Un merci spécial aux personnes présentes lors de notre souper de la Saint-Valentin, du 13 février dernier à la Boustifaille et, à vous tous qui avez répondu présente et présent lors de notre dîner de cabane à sucre, à la Cabane Chez Oswald le 13 mars dernier.

Toujours un plaisir ces rencontres.

ACTIVITÉS au sous-sol de l'église

Mardi : Jeux de cartes ET JEUX DE SOCIÉTÉ

NOUVEAU - Vous aimez les jeux de société, alors on vous attend les mardis à 13 h.

C'est débuté depuis le 9 janvier, beaucoup de plaisir. De nouveaux visages s'ajoutent, il ne manque que vous. Info auprès de Francine Vendette.

Vous pouvez nous suivre sur Facebook : FADOQ-Les Cœurs Joyeux Saint-Esprit

1^{er} mai 17 h 30 : Souper de fermeture pour l'été avec un buffet froid. 10 \$/pers.
Vous devez réserver auprès de Robert avant le mardi 24 avril 2018.

1^{er} mai 19 h : Assemblée générale annuelle (avis de convocation ci-dessous)

AVIS DE CONVOCATION



Club FADOQ Saint-Esprit
Lanaudière

Par la présente, les membres du club FADOQ Les Cœurs Joyeux de Saint-Esprit, sont convoqués à l'assemblée générale annuelle des membres,

Mardi le 1^{er} mai 2018 à 19 h

au local du Club situé au 88, rue Saint-Isidore, au sous-sol de l'église de Saint-Esprit.

Francine Vendette
Secrétaire



CLUB FADOQ SAINT-ESPRIT - LES COEURS JOYEUX INC.

ACTIVITÉS

7 août : Voyage d'un jour, Île d'Orléans gourmande, 105 \$ - court résumé du voyage :

- 7 h Départ de l'Église, pause-café libre en route
 - 10 h 45 Visite et dégustation à la Fromagerie « Les Fromages de l'Île d'Orléans »
 - 12 h Dîner inclus au Restaurant « Le Relais des Pins »
 - 13 h 45 Visite commentée de la Maison de nos Aïeux
 - 15 h 30 Arrêt et dégustation incluse à la Nougaterie Québec, située à St-Pierre
 - 16 h 15 Visite guidée de La maison Cassis Monna & filles
 - 17 h 15 Route pour le retour
 - 17 h 30 Pause repas libre de 1 h
 - 21 h Heure d'arrivée approximative
- Nouvelle modalité de paiement, etc... programme complet disponible...

Info : Francine Vendette 450-559-6240

Pensée

~ La plus grande découverte de notre génération a été de s'apercevoir qu'un homme peut changer sa vie en modifiant sa façon de penser.

Williams James

Les meilleurs vœux sont formulés pour toutes celles et ceux qui célébreront leur fête en avril. Que ce jour soit des plus heureux et voit se réaliser les rêves les plus merveilleux.

Prompte guérison à nos membres qui sont affectés par la maladie.

À celles et ceux qui ont perdu un être cher, veuillez croire à l'expression de notre **vive sympathie**.

CONSEIL 2017-2018

Robert Faucher, président	450 397-0594
Yvonne Turcotte, vice-présidente	450 839-7307
Francine Vendette, secrétaire-trésorière	450 559-6240

SHÉSOSE

Prochaine conférence : le vendredi 23 mars 2018

Ne manquez pas notre prochaine conférence dont le sujet traité sera un précieux complément de celle présentée en janvier par M. Christian Dufresne. Le sujet est **Les succulentes et l'art du jardinage. Elle sera présentée par M. Rock Giguère.** Ce conférencier n'est pas inconnu pour nous. Ses nombreuses publications, ses conférences et son vécu horticole personnel en entretien de son jardin et en création de jardins à l'étranger en font un conférencier expérimenté et fort intéressant. Bienvenue à tous. C'est gratuit pour les membres et 5 \$ pour les visiteurs. **Elle se tient toujours au sous-sol de l'église à compter de 19 h 30.**



Que veut-on dire par plante succulente?

En botanique, une *plante succulente* possède des tissus charnus et riches en eau, **ils succulent**. Le terme est communément synonyme de plante grasse. Ces plantes retiennent habituellement l'eau et peuvent survivre dans des climats arides ou des sols secs. La rétention d'eau peut avoir lieu dans les feuilles, les tiges ou tout autre organe de la plante.



BIBLIOTHÈQUE ALICE-PARIZEAU

NOUVEAUTÉS - ADULTES

Benichou, Pierre J.B.	Rouge Eden
Bodin, Dr Luc	Ho'oponopono nouveau
Bourassa, Marie-Ève	Red Light (v2) Frères d'infortune
Boucher, Claudette	Celui qui avance avec la mort dans sa poche
Brouillard, Dr Gaétan	La douleur repensée
Castle, Richard	Orage de chaleur
Child, Lee	Jack Reacher Never go back
Child, Lee	Mission confidentielle
Drews, Christine	Tu ne m'échapperas pas
French, Tana	L'invité sans visage
Huot, Isabelle	Les menus kilo solution
Jay, Joelle	Votre santé d'abord
Lapratte, Anick	Miracles
McCallin, Luke	La maison pâle
Mitchelli, Fabio M.	Une forêt obscure
Morris, Keith Lee	Good night Idaho
Patterson, James	14 ^e péché mortel
Pettigrew, Jean	Solaris
Robinson, Peter	Moissons sanglantes
Sausey, Jacques	Ne prononcez jamais leurs noms
Steel, Danielle	Cadeaux inestimables
Vallgren, Carl- Johan	Le garçon de l'ombre
Walker, Adrian J	Les coureurs de la fin du monde

UN CONTE POUR CÉLÉBRER LE PRINTEMPS (en plus des ateliers La Petite Brigade)

Nous vous attendons en grand nombre à la prochaine heure du conte qui aura lieu

LE DIMANCHE 8 AVRIL 2018 prochain à 13 h 30. Contactez-nous pour vous inscrire au 450-831-2274 (laissez le nom de l'enfant, son âge et votre numéro de téléphone). Les enfants âgés de 6 ans et moins doivent venir accompagnés. Il y aura bien sûr un conte, puis une période de bricolage et une petite collation.

HEURES RÉGULIÈRES D'OUVERTURE

Mardi : 9 h à 17 h Mercredi : 12 h à 16 h Vendredi : 12 h 30 à 20 h 30

Pour nous joindre : 450-831-2274

Diane Lamarre et toutes les bénévoles de la Bibliothèque Alice-Parizeau

Heure du conte

À la bibliothèque de Saint-Esprit
45 rue des Écoles
Dimanche le 8 avril de 13h30 à 15h30

Venez écouter un conte animé,
suivi d'un bricolage.

Une petite collation sera servie.

Bienvenue à tous



Réservation requise (places limitées à 30 enfants).

Veuillez appeler à la bibliothèque pour réserver
votre place (450 831-2274).

Vous pouvez laisser un message nous indiquant
combien d'enfants seront présents et leurs âges.

Les collations et le matériel nécessaire
pour les bricolages sont prévus pour
un maximum de 30 enfants.

Les enfants de 6 ans et moins doivent être accompagnés.

16 ATELIERS

GRATUIT !

**ATELIERS
LA BRIGADE DES P'TITS
EXPLORATEURS**

HOP montcalm
pour une communauté
en mouvement

**EMBARQUE DANS L'AVENTURE...
EN COMPAGNIE DE NANCY**

LE MARDI - De 9 h 30 à 11 h 30

- 20 mars
Apprentis cuisiniers
- 3 avril
Mystère au champ de carotte
- 1^{er} mai
À la découverte des dinosaures

**LA BRIGADE DES P'TITS
EXPLORATEURS**

Logos of partner municipalities: Saint-Esprit, Montcalm, Sainte-Julienne, and others.

Ateliers amusants regroupant histoires, chansons et jeux pour stimuler le plaisir de lire...
Ateliers Parent-Enfant 2-5 ans / 16 Ateliers de deux heures à toutes les deux semaines

HORAIRE : Le mardi, de 9 h 30 à 11 h 30

INFORMATION ET INSCRIPTION :

Vous désirez plus d'information ou vous inscrire avec votre enfant...

Contactez la bibliothèque de Saint-Esprit soit :

par téléphone (450) 831-2274,

par courriel au biblio125@reseaubibliocqlm.qc.ca

ou en personne pendant les heures d'ouverture de la bibliothèque.



Calendrier Avril

DIM	LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM
1	2 Fermé Lundi Pâques	3 Activité de Pâques	4 Aide aux devoirs et temps de discussions	5 Création artistique	6 Soirée Jeux vidéo	7
8	9 Quiz	10 Atelier culinaire	11 Aide aux devoirs et temps de discussions	12 Soirée régulière (voir activités disponibles)	13 Soirée Musique Karaoké et Danse	14
15	16 Soirée régulière (voir activités disponibles)	17 Présentation Documentaire	18 Aide aux devoirs et temps de discussions	19 Création artistique	20 Soirée Souper de Gang Cabane à sucre	21
22	23 Soirée Inter MDJ	24 Atelier culinaire	25 Aide aux devoirs et temps de discussions	26 Pont payant	27 Soirée tournoi de pool	28
29	30 Soirée régulière (voir activités disponibles)					

La maison des jeunes est ouverte aux 12 à 17 ans du lundi au vendredi de 18 h à 21 h

Activités disponibles lors des **soirées régulières**

- Billard et Ping Pong
- Discussions
- Jeux de société (Monopoly, Risk, Jour de paye, etc.)
- Ordinateur (internet)
- Jeux de cartes
- Télévision (vidéo, Wii, Karaoké, jeux de danse)
- Activités artistiques (peinture, dessin, bricolage, etc.)

Pour les sorties extérieures, les jeunes doivent venir chercher une feuille d'inscription. Les feuilles sont disponibles à partir du 2^e jour de chaque mois.

Concours

« Dessin et Slogan » pour les élèves de 4e, 5e et 6e années



Le Centre d'Action Bénévole de Montcalm invite les élèves de 4e, 5e et 6e années de la MRC de Montcalm à participer à son concours « Dessin et Slogan », sous le thème de l'action bénévole. Pour une 14e année, le CAB Montcalm compte sur la créativité et l'enthousiasme des jeunes pour concevoir un slogan accompagné d'un dessin sur ce que représentent pour eux le bénévolat et ses effets positifs.

Les objectifs de ce concours sont la sensibilisation à l'importance de l'implication bénévole et la promotion du bénévolat auprès des jeunes de la MRC de Montcalm. Il s'inscrit dans le cadre de la Semaine de l'action bénévole, qui aura lieu du 15 au 21 avril 2018.

Trois dessins et slogans seront retenus et les jeunes qui les auront conçus se mériteront : 1er prix 100\$, 2e prix 75\$ et 3e prix 50\$. Un jury composé de trois représentants de la communauté procédera à la sélection des gagnants. La remise des prix aura lieu lors de la Semaine de l'action bénévole 2018 et l'oeuvre du grand gagnant sera utilisée par le CAB Montcalm tout au long de l'année.

Les élèves ont jusqu'au lundi 26 mars 2018 pour participer. Tous les jeunes de 4e, 5e et 6e années qui souhaitent concourir doivent remettre leur dessin accompagné de leur slogan à leur professeur. Le CAB Montcalm est un centre d'action bénévole qui offre des services aux organismes et aux citoyens des municipalités de la MRC de Montcalm. La promotion, la sensibilisation et la reconnaissance de l'action bénévole sont au coeur de sa mission. Un des projets du CAB Montcalm, l'atelier « Je bénévole par », est offert et animé dans les écoles primaires de la région depuis plusieurs années.

Campagne 2018

Je bénévole, tu bénévoles, conjugurons notre bénévolat!

C'est ensemble, tout citoyen confondu, peu importe l'âge, le sexe, l'origine, la condition physique, sociale ou économique, que nous allons pouvoir orienter la société dans laquelle nous vivons vers l'entraide et la solidarité.



Le bénévolat se veut rassembleur et unificateur, c'est en se mobilisant que les québécoises et les québécois parviendront à offrir une société saine pour les générations futures.

Dans un monde qui change à vive allure, l'action bénévole est, elle aussi constamment en mouvement. La manière dont les bénévoles s'investissent évolue, change et se transforme. C'est pour cela que nous parlons aujourd'hui de "Bénévolat". À travers ce verbe, nous offrons une toute autre dimension au bénévolat en véhiculant une image contemporaine prenant en considération ces changements. Les citoyens plus que jamais, doivent faire face à une société qui ne correspond pas toujours à leurs attentes que ce soit à travers l'équité, la solidarité ou encore la justice. Les bénévoles sont la force collective d'aujourd'hui et de demain, leur implication est vitale pour le bien-être de la communauté.

Conjugurons notre bénévolat!

Samedi le 5 mai 2018 à 14 h



Où : Terrain de balle de Saint-Esprit

Coût : 5 \$ en pré-vente, 10 \$ à la porte

Gratuit pour les enfants de 12 ans et moins

Billets en vente à la municipalité de Saint-Esprit

450-831-2114 #7530

On vous attend!



Un transport drôlement avantageux
(www.embarquelanaudiere.ca)



En covoiturant avec votre véhicule lorsque vous voyagez normalement seul, vous réalisez décidément une action intelligente pour votre portefeuille. Vous économiserez ainsi entre 1000 \$ et 2000 \$ annuellement voire plus si vous voyagez habituellement sur de longues distances. Ça se prend plutôt bien pour acheter ce dont on rêve! Pour trouver des covoitureurs ou tout le transport collectif régional: www.embarquelanaudiere.ca. Rejoignez plus d'une centaine de milliers de covoitureurs!

Calendrier des collectifs 2018

Mars : 20   **27**  

Avril: 03  **10**   **17**  

Des municipalités lanaudoises impliquées

Saint-Liguori, lundi 12 mars 2018 – La Direction de santé publique du Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) de Lanaudière est heureuse d’annoncer les récipiendaires des prix régionaux pour le *Défi Santé*, volet Municipalités et familles 2017.

En participant au *Défi Santé*, volet Municipalités et familles, les municipalités contribuent activement à la santé et à la qualité de vie de leur population en leur offrant plusieurs occasions de bouger et de mieux s’alimenter. La Direction de santé publique du CISSS, en collaboration avec la Direction régionale du Ministère des Affaires municipales et de l’Occupation du territoire et du Plateau Lanaudois intersectoriel, remet annuellement des prix régionaux pour les municipalités s’étant démarquées lors du *Défi*.

En 2017, les *Mentions d’excellence en promotion* ont été remises à la Ville de Repentigny ainsi qu’aux municipalités de Saint-Calixte et de Sainte-Marie-Salomé. Six prix ont également été remis pour le *Meilleur taux de participation* par MRC, soit à la Ville de Terrebonne (MRC Les Moulins), de L’Épiphanie (MRC L’Assomption) et de Lavaltrie (MRC de D’Autray), ainsi qu’aux municipalités de Saint-Jean-de-Matha (MRC Matawinie), de Saint-Roch-Ouest (MRC Montcalm) et de Saint-Thomas (MRC Joliette). Enfin, deux certificats ont été remis aux municipalités nouvellement inscrites au *Défi*, soit Berthierville et Sainte-Geneviève-de-Berthier.

Le Défi Santé – Édition 2018

Le Défi Santé sera de retour pour l’année 2018 et 49 des municipalités lanaudoises se sont déjà inscrites au volet Municipalités et familles. Nous invitons tous les citoyens à s’inscrire au Défi à compter du 30 mars et à communiquer avec leur service des loisirs pour connaître les activités organisées par leur municipalité afin de les aider à relever le *Défi*.

Des municipalités impliquées toute l’année

Plusieurs municipalités Lanaudoises participent à la création d'environnements favorables à la santé, contribuant ainsi à rendre les choix sains plus faciles à faire pour leurs citoyens. Se faisant, elles facilitent l'accès à une saine alimentation, à un mode de vie physiquement actif et à des environnements sans fumée pour toute la famille.

Source : Centre intégré de santé et de services sociaux de Lanaudière

Renseignements : Hélène Gaboury
Agente d'information
Direction des ressources humaines, des communications et des affaires juridiques
Centre intégré de santé et de services sociaux de Lanaudière
Téléphone : 450 759-8222, poste 2268
helene.gaboury@ssss.gouv.qc.ca



Monsieur Mario Racette, maire de la municipalité de Saint-Roch-Ouest et Dre Muriel Lafarge, directrice de santé publique du CISSS de Lanaudière.



Manger mieux, c'est donner plus de place aux fruits et aux légumes, inclure dans son menu une variété d'autres aliments gagnants et faire de l'eau la boisson no 1. Manger mieux, c'est aussi cuisiner plus avec des aliments peu transformés, prendre une pause pour manger, partager ses repas avec d'autres loin des écrans et, surtout, savourer!



Bouger plus, c'est s'activer 30 minutes par jour... et même plus! C'est aussi activer son cardio, renforcer ses muscles et faire des exercices d'assouplissement. En fait, c'est saisir toutes les occasions de bouger au fil de la journée: au travail, à la maison, pendant les loisirs ou les déplacements. Et vous, qu'ajouterez-vous à votre routine pour la rendre plus active?



Garder l'équilibre, c'est nourrir toutes les sphères de sa vie: travail, amour, loisirs. C'est s'investir dans chacun de ces aspects en s'assurant de ne pas mettre tous ses œufs dans le même panier. C'est aussi être mieux outillé pour faire face aux exigences du quotidien, gérer son stress et avoir des relations enrichissantes avec les autres... et avec soi-même!

