

**Centre Récréatif
de Ste-Germaine-Boulé
les 15 et 16 décembre 2017**



Voir l'horaire complet à la page 19.



ÇA SE PASSE CHEZ-NOUS
SERVICE INCENDIE
STE-GERMAINE-BOULÉ

Le service incendie de Ste-Germaine-Boulé est fier de reconnaître les années de service de trois de ses membres :

Monsieur Rémi Thibault, directeur adjoint, est fier de remettre à M. Claude Bégin une montre pour souligner ses 25 années de service, ainsi qu'à M. Jaclin Bégin et M. Carol Gauthier qui ont reçu un ensemble de coupes gravées pour leur 30 ans de service.



En mon nom et au nom du service incendie je désire les remercier sincèrement.

Rémi Thibault
Directeur adjoint service incendie
Ste-Germaine-Boulé

10^e anniversaire de la Société d'Histoire et de Généalogie de Ste-Germaine-Boulé

Vous
invités



êtes
au

soulignement du dixième anniversaire de notre Société d'Histoire et de Généalogie de Ste-Germaine-Boulé. Les membres du conseil d'administration vous invitent pour l'occasion le **dimanche 10 décembre** prochain dès **midi** au local situé au 194 rue Principale. Nous présenterons les différentes activités de la Société et vous pourrez constater les travaux de rénovation effectués durant l'été.

Nous profiterons de l'occasion pour souligner nos dix ans d'existence et remercier les personnes qui ont contribué à l'avancement de ce projet. De même, nous invitons les maires des municipalités environnantes pour qu'ils viennent constater nos installations et la contribution de cette ressource à la municipalité.

Un cocktail vous sera offert à cette occasion.

Nous vous attendons en grand nombre.

**INFO DU MOIS DE
DÉCEMBRE 2017**

S O M M A I R E

Numéro 224–Décembre 2017

Coordonnatrice du journal

Dolorès P.-PIGEON 6667

Assistantes à la rédaction

Johanne PIGEON
Nicole POULIOT 6168

Mise en page

Yolaine Caron 6065
Marguerite NOLET 6729
Brigitte SAMSON 6063

Pliage et brochage

Rachel POULIOT 6126

Recherchiste publicitaire

Frédéric AUDET 6922

Impression

Municipalité de Ste-Germaine-Boulé

journal_boule@hotmail.com

www.stegermaineboule.com

AVIS IMPORTANT

Tous ceux qui ont à faire paraître dans le journal, des annonces ou articles pouvant intéresser la population, n'oubliez pas que vous avez jusqu'au 15 de chaque mois pour envoyer vos messages par Internet à l'adresse : journal_boule@hotmail.com.

&&&&

Pour lire les journaux locaux des autres paroisses de l'Abitibi-Ouest :

<http://mrc.ao.ca/fr/municipalites>

Choisis le village désiré.

02. Ça se passe chez nous
03. Sommaire
04. Éditorial
05. Municipalité de Ste-Germaine-Boulé - Avis publics
06. Cueillette des déchets et de récupération – Cueillette de bouteilles
07. Célébration des messes (décembre)
08. Célébration des messes (janvier) - Baptême
09. Bribes historiques, Alphonse Morin
10. Bribes historiques (suite) – Une page d'histoire
11. Épicerie Gauthier – Garage Jean-Guy Pigeon
12. CLD de Ste-Germaine-Boulé - Recherche
13. Chronique agricole, Patrice Bégin
14. Coups de cœur – L'Abbé Denis Villeneuve
15. Caisse Desjardins de l'Abitibi-Ouest
16. Dans mon calepin
17. Dans mon calepin (suite)
18. Dans mon calepin (suite) – Activités pour les 18 – 35 ans
19. Les bretelles 5^e Édition
20. Gym Cerveau à Boulé - Comité jeunesse (Maison des Jeunes
21. Groupes d'actions bénévoles en maintien à domicile A-O
22. Actions bénévoles (suite) – Cercle de Fermières
23. Club « Le Cotillon » - Maison Jeannine Durocher
24. Fabrique de Ste-Germaine-Boulé
25. Domaine de l'Hirondelle
26. Carte de membres 2018 – Culturat, Biblio
27. Skinoramik
28. Activités pour le mois de janvier – Mouvement des Femmes chrétiennes
29. Capsule-santé de décembre
30. CLSC des Aurores boréales
31. Commanditaires
32. Commanditaires



ÉDITORIAL

Bonjour chers lecteurs,

Encore une année d'écoulée. Plus on vieillit, plus elles passent vite. Décembre nous réserve de belles surprises, des félicitations, des souvenirs, des souhaits, des activités intéressantes, des informations et beaucoup de belles invitations.

Je vous invite à noter à votre agenda celles qui vous intéressent afin de ne rien manquer.

Je veux au nom de toute l'équipe souligner la grande collaboration aux articles de tous les organismes qui enrichissent le journal Info mois après mois.

Merci aux :

- Indispensables bénévoles
- Précieux commanditaires
- Dévoués collaborateurs
- Fidèles lecteurs

Joyeux Noël à tous et Bonne année.

De retour en février.

**L'équipe de l'Info,
par Dolorès**



**L'équipe de l'Info
présente un texte de
Louis-Georges
Paradis qui reflète
d'une façon spéciale
nos souhaits pour la
nouvelle année.**

BON VOYAGE 2018 !

L'embarquement pour le vol 2018 est annoncé !

N'emporte dans tes bagages que les meilleurs souvenirs de 2017...

Laisse les mauvais moments aux objets perdus.

La durée du voyage sera d'exactly douze mois.

Tes prochaines escales sont : Santé, Amour, Joie, Harmonie, Prospérité et Paix.

Le Commandant de bord te propose le menu suivant, servi durant le vol :

- Cocktail de l'amitié
- Suprême de bonne santé
- Gratinée de prospérité
- Plateau d'excellentes nouvelles
- Salade de réussites
- Bûche de bonheur
- Le tout, accompagné de bulles d'éclats de rires

**Bon et agréable voyage
à bord du vol 2018 !**

Bonne année...!!!

AVIS AUX MOTONEIGISTES / QUADISTES

Le conseil municipal de Ste-Germain-Boulé désire aviser les motoneigistes ainsi que les quadistes qu'il est interdit de circuler sur les terrains publics, les parcs, les terrains de jeux, les terrains privés ET les terres agricoles. Pour les adeptes de ces sports il est également important de circuler seulement dans les sentiers entretenus par les Associations, ce qui correspond aux droits de passages obtenus par les propriétaires des terrains visés.

Nous demandons également de ne pas circuler dans les fossés longeant le réseau routier afin d'éviter la compaction de la neige



ce qui empêchera l'écoulement de l'eau dans les fossés lors de la saison printanière et entraînera des problèmes et aura des conséquences sur la sécurité des utilisateurs.

La municipalité de Ste-Germain-Boulé demande la collaboration de tous ses citoyens pour faire circuler cette information et encourager les motoneigistes / quadistes à respecter ces règles.

Pour déposer une plainte ou pour toute autre information, veuillez communiquer avec un employé municipal sur les heures d'ouvertures du bureau au numéro 819 787-6221.

Votre conseil municipal.



L'HIVER EST LÀ – DÉNEIGEONS

Nous désirons vous informer qu'il est **strictement interdit** de transporter de la neige de l'autre côté du chemin. Ceci peut causer des désagréments aux utilisateurs de la route et aux travaux de déneigement. Dans notre règlement sur les nuisances numéro 162-98, à l'article 20, il est stipulé: «***Le fait de jeter ou de déposer sur les trottoirs, rues, terrains et places publiques de la neige provenant d'un terrain privé, constitue une nuisance et est prohibé et est passible d'une amende***».

De plus, il est interdit de laisser son véhicule stationné dans les rues, cela pourrait occasionner des bris et des retards lors du déneigement.

Nous comptons sur votre bonne collaboration habituelle.

Votre conseil municipal.

COMMUNIQUÉ SPÉCIAL
POUR LA CUEILLETTE DES
DÉCHETS
ET DE RECUPÉRATION

La cueillette se fera régulièrement à toutes les semaines si nous ne rencontrons pas de problèmes identifiés sur les lieux. (voir www.lesentreprisesjlr.com la section « Collaborer avec nous »)



Nous vous rappelons qu'il est strictement interdit de verser toute cendre en vrac à l'intérieur du bac et que les couverts et les alentours des bacs et conteneurs doivent être déneigés, dans le cas contraire la cueillette serait empêchée.



Dans un autre ordre d'idée, notre fournisseur de service, Les Entreprises J.L.R., tient à informer la population qu'ils ne sont aucunement responsables de tous bris concernant les bacs verts ou les bacs bleus étant donné que la plupart de ces bacs ont plus ou moins 10 ans et que tout plastique a une durée de vie limitée due aux intempéries qui affectent grandement leur flexibilité.



CUEILLETTE DE BOUTEILLES

La Commission des loisirs fera une cueillette de bouteilles samedi le 6 janvier 2018 à compter de 9:30.



Les profits seront distribués pour les loisirs de la paroisse.

Merci de votre grande générosité.

Que l'année 2018 vous apporte joie, bonheur, prospérité et qu'elle permette la réalisation de tous vos désirs.

Accueillez l'année 2018 sous une pluie de champagne, elle sera pétillante de joie et de santé.

Heureux temps des fêtes...



Claude Bégin,

président
de la Commission des loisirs



CÉLÉBRATION DES MESSES

Voici les intentions des messes qui seront célébrées au cours du mois de **décembre 2017**.

Les dimanches à 9h30.

Dimanche le 03 décembre :

- **Marguerite Bégin** / Funérailles
- **Parents défunts**
/ Rachel Robin et Gervais Bégin
- **Henri Côté** / Funérailles

Dimanche le 10 décembre :

- **Émile Rancourt**
/ Françoise Turmel et Jules Bilodeau
- **Parents et amis défunts**
/ Huguette et Augustin Lambert
- **Bernadette Bisson**
/ Florent Rancourt

Dimanche le 17 décembre :

- **Laurent Bisson** / Christian Jalbert
- **Norman Bégin** / Funérailles
- **Adrien Drouin et Cécile Turmel**
/ Gilles Drouin

Jeudi le 21 décembre :

Domaine de l'Hirondelle à 13h30

- **Fernande Forgues** / Funérailles
- **Pauline Pronovost** / Jean Frenet
- **Lydia Audet** / M.F.C de
Ste-Germain-Boulé

Dimanche le 24 décembre à 22h

- **Yvette Blanchette**
/ Madeleine et Aimé Cotnoir
- **Joseph Landry** / Funérailles
- **Fernande St-Jean** / Armand Gilbert

Dimanche le 31 décembre :

- **Pas de messe**

Lundi le 1^{er} janvier 2018

- **Jeanne-Mance Rancourt**
/ Juliette Rancourt
- **Denise Rancourt** / Funérailles
- **Cécile Turmel** / Funérailles

BULLETIN PAROISSIAL

Élisabeth Nolet



LAMPES DU SANCTUAIRE

Dimanche le 03 décembre :

Repos de l'âme de Brigitte Rancourt par Germain Rancourt.

Dimanche le 10 décembre :

Repos de l'âme de Rosaire Rancourt par Monique Rancourt

Dimanche le 17 décembre :

En action de grâce par Claire Couture.

Dimanche le 24 décembre :

Repos de l'âme de Juliette Leclerc par Lili Rancourt.

Dimanche le 31 décembre :

En action de grâce par Claire Couture.



CÉLÉBRATION DES MESSES

Voici les intentions des messes qui seront célébrées au cours du mois de **janvier 2018**.

Les dimanches à 9h30.

Lundi le 1^{er} janvier 2018 :

- **Jeanne-Mance Rancourt**
/ Juliette Rancourt
- **Denise Rancourt** / Funérailles
- **Cécile Turmel** / Funérailles

Dimanche le 07 janvier :

- **Célébration de la Parole**

Dimanche le 14 janvier :

- **Émilie Chabot** / Funérailles
- **Laurier Morin** / Funérailles
- **Gemma Bégin**
/ Solange et Donat Jacques

Jeudi le 18 janvier :

Domaine de l'Hirondelle à 13h30

- **André Nolet et Charles Corbin**
/ Élisabeth Nolet
- **Christophe Côté** / Funérailles
- **Marie-Blanche Lapointe**
/ Funérailles

Dimanche le 21 janvier :

- **Ulric Thériault** / Funérailles
- **Marie-Marthe Bégin et Germain Vachon**
/ Jocelyn Vachon
- **Madeleine Bégin et Joseph Oscar Bégin**
/ Jocelyn Vachon

Dimanche le 28 janvier :

- **Célébration de la Parole**

Dimanche le 04 février :

- **Clément Bégin**
/ Pauline et André Bégin
- **Jeanne-Mance Rancourt et Patrick Bégin** / Ghislaine et Arnold Jalbert
- **Marie-Anne Perreault**
/ Louise Bégin

BULLETIN PAROISSIAL

Hénédine Turmel



LAMPES DU SANCTUAIRE

Dimanche le 07 janvier :

Repos de l'âme de François Rancourt par Monique Rancourt.

Dimanche le 14 janvier :

Repos de l'âme de J.-Oscar et Madeleine Bégin par Richard Bégin.

Dimanche le 21 janvier :

Repos de l'âme de Claudia Bégin par Richard Bégin et Françoise Drouin.

Dimanche le 28 janvier :

En action de grâce par Claire Couture.

BAPTÊME

Sera baptisée le 17 décembre 2017 **Lettycia RIOUX**, fille de Cindy Pigeon et Daniel Rioux.

Guylaine

Bribes historiques:

Alphonse Morin, orphelin avant de naître.



Alphonse Morin
et Valérie
Laliberté,
même s'ils
furent plutôt
des pionniers
de Palmarolle
que de Ste-
Germaine, ont
joué un rôle
bien important
pour

l'établissement des premières familles à Ste-Germaine. Ils sont aussi les ancêtres de plusieurs personnes anciennes et actuelles de Sainte-Germaine.

À travers les historiques et la généalogie des personnes, on découvre parfois des petits bouts méconnus de la vie de personnes, méconnus parfois de la famille même et des personnes les ayant connues. Voici donc quelques bribes historiques sur Alphonse Morin, le père de nos pionniers ou pionnières Louis-Philippe, Émile, Michel, Amédée, Alphonsine et Cécile Morin.

Alphonse Morin est né le 29 septembre 1873 et fut baptisé le lendemain 30 septembre. Événement assez rare, Alphonse Morin fut un enfant

"posthume", c'est-à-dire un enfant né après la mort de son père.

Les parents d'Alphonse Morin sont Séraphin Morin et Séraphine Roy, mariés le 17 janvier 1871 à St-Anselme. De ce mariage, un premier enfant, prénommé Joseph-Séraphin, naquit le 15 mars 1872 mais décéda 9 mois plus tard, le 20 décembre 1872.

Dans la quinzaine de jours suivant le décès de leur premier enfant, Séraphine (ou Séraphie) sera enceinte d'Alphonse. Elle n'aura pas 3 mois de grossesse de fait lorsque son époux Séraphin Morin décède le 15 mars 1873. Et c'est ainsi que 6 mois et demi plus tard, le 29 septembre 1873, naîtra Alphonse, un enfant né posthume.

Séraphine Roy, la mère d'Alphonse ne tarda pas à trouver une présence paternelle à son fils Alphonse. Moins de 2 mois après sa naissance, le 26 novembre 1873, elle convole en justes noces avec Léon Roy, veuf de Mathilde Morin. Mathilde Morin, née le 10 décembre 1848 et décédée le 9 février 1872, était la soeur de son défunt mari Séraphin. Donc Léon Roy, l'oncle d'Alphonse, devint ainsi son beau-père.

Alphonse Morin sera le seul enfant MORIN vivant né de Séraphin Morin et Séraphine Roy. Cependant, de son mariage avec Léon Roy, Séraphine aura au moins 9 autres enfants demi-frères et demi-soeurs d'Alphonse, dont

Emma Roy, Marie-Anselma Roy, Napoléon Roy, Odilon Roy, Marie-Virginie Roy, Euphémie Roy, Odélie Roy, Louis Roy et Anne-Marie Roy.

Alphonse Morin a toujours habité avec sa mère Séraphine et son beau-père Léon Roy, même après son mariage avec Valérie Laliberté le 22 novembre 1904. Tous les enfants d'Alphonse Morin et Valérie Laliberté naîtront en fait dans leur maison. Léon Roy, le beau-père, décèdera le 14 mars 1914 à l'âge de 64 ans et 8 mois, et Séraphine Roy, la mère d'Alphonse, décèdera le 2 mars 1923 à l'âge de 75 ans et 4 mois.

Ce sera à la fin de la même année 1923, suivant le décès de sa mère, qu'Alphonse Morin et son fils aîné Joseph viendront prendre possession de lots à Palmarolle pour y amener et établir la famille dès l'année suivante en mai 1924.

Alphonse Morin est décédé le 17 novembre 1944 et Valérie Laliberté est décédée le 20 juillet 1969.

(Recherche et texte de Richard Bégin)

Une page de l'histoire des nôtres **L'électrification de la paroisse en 1949**

- 8 mars 1949 : assemblée de fondation de la coopérative d'électricité de l'Abitibi-Ouest à Palmarolle.

Il est décidé de commencer les travaux au printemps. Onze paroisses en feront partie. Louis-Philippe Morin est nommé directeur pour notre paroisse. Le 10 décembre 1949 marquait une date importante pour les paroissiens de Ste-Germaine...

En effet le courant électrique de 110 volts donnait la lumière et l'énergie électrique dans les trois rangs de la paroisse. Au 31 décembre, 63 paroissiens avaient l'électricité dans leurs bâtisses; parmi ceux-ci une quinzaine avaient une pompe et une laveuse électriques.

Quelques années auparavant soit le 8 avril 1943, grâce à un chargeur à vent de 32 volts (wind charger) l'on pouvait jouir du grand avantage de la lumière électrique au presbytère et à la salle paroissiale (école-chapelle).

Note : informations tirées des écrits du Curé J. Alfred Roy

SERVICE DE DÉNEIGEMENT



FERME PRINCY
BERTRAND BÉGIN

222, rue principale C.P. 187
Ste-Germaine-Bouclé (Québec)
Tél. : 819 787-6138
Cell. :819-333-7746.



ÉPICERIE GAUTHIER

MENUS À EMPORTER POUR LES FÊTES

Bonjour Ste-Germaine !!!

Noël arrive à grand pas et parfois nous voudrions déléguer quelques tâches.

Tomate et Pesto, notre traiteur de plats préparés offre de vous aider !!

Donc voici pour vous :

Mets Préparés " Old School"

Pâté au poulet (9" , profond)	11,50\$
Pâté à la viande (9". profond)	12,50\$
Ragoût de Pattes et Boulettes	
500 ml	7,00\$
1 litre	11,00\$
Dinde rôtie et son "Gravy"	
(8 portions)	20,00\$

Mets préparés "Pas si traditionnels que ça "

Pâté au poulet à l'ail rôti, tombée d'épinards et Gruyère (9", profond)	14,00 \$
---	----------

Ragoût de boulettes de wapiti aux champignons sauvages	
500 ml	9,00\$
1 litre	14,00\$

Poitrine de dinde au bacon et son chutney d'abricots au romarin (8 portions)	28,00\$
--	---------

Les commandes doivent être passées avant le lundi 11 décembre

Passez à l'Épicerie on vous donnera une feuille de commande à remplir.

Le tout devra être payé à l'avance, notez que les prix sont taxables.

Merci

Psstttt.....

Suivez-nous sur Facebook !!!!

Mélanie et Simon



À nos précieux clients et partenaires, que cette période des fêtes vous comble de joie et d'amour !



BIENVENUE AUX NOUVEAUX ARRIVANTS

Le 27 octobre dernier, le comité local de développement a souligné l'arrivée des nouveaux résidents de Ste-Germain-Boulé. Ils ont été conviés à un souper, préparé par Denise, à l'aréna. Merci à Denise pour son accueil et son excellent souper, qui a plu aux petits et aux grands! Beaucoup de plaisir, d'échanges et de discussions ont fait en sorte que nous avons passé une agréable soirée et oublié de prendre une photo souvenir! De plus, un petit cadeau a été offert aux nouveaux arrivants: des coupons-rabais les invitant à participer à différentes activités disponibles dans notre municipalité!

Bienvenue à

- Simon Tremblay-Bégin et Marie-Ève de la Chevrotière, Florence et Léon
- Mélissa Roy et Frédéric Normand
- Rachelle Richard et Roger Fleury

- Kévin Bissonnette et Elsay Harvey
- Sonia Bégin et Fernand Breton
- Éric Breton et Chantal Richard
- Charlène Renaud et Maxime Delage
- Valérie Bouchard et Michaël Rancourt
- Virginie Dubé et Alexy-Ann Lévesque
- Lawrence Bégin et Nada Guillemette
- Sylvain Rheault et Vicky Gingras
- Cathy Rocheleau
- Alain Rivard et Johanne Charbonneau
- Guillaume Dubois
- Johanne Jacob
- Mathieu Cliche et Amélie Leroux
- Michel Provencher et Yolande Major
- Carolann Racicot-Gagnon

Votre comité local de développement

RECHERCHE!!

Le Comité local de développement est à la recherche de bénévoles pour la fête des Bretelles qui aura lieu le 16 décembre prochain! Si tu as envie de t'impliquer avec nous, laisse ton nom à

Mario Tremblay

au 819-787-6221 poste 42 !

BONJOUR, CHERS CITOYENS GERMAINIENS

Mon nom est Patrice Bégin, jeune agriculteur producteur laitier de Ste-Germaine et diplômé en gestion exploitation d'entreprise agricole (GEEA) de l'institut technologique agroalimentaire (ITA) de St-Hyacinthe en 2010.

Actuel co-proprétaire et futur propriétaire de la ferme Gisthal, qui en sera à sa 4^e génération (Wilfrid, Gervais, Régis et Patrice Bégin), je vous écris pour faire suite à l'article de Mylène Bégin de la chronique agricole du Journal l'Info du mois de novembre.

Vous le savez, la région a perdu 37 % de ses fermes entre 2006 et 2016 (plus de 170 fermes) comme le mentionnait le président régional de l'UPA, Sylvain Vachon lors de la dernière AGA de l'UPA de l'Abitibi-Témiscamingue le 31 octobre dernier. C'est alarmant !!

Toutefois, nous sommes privilégiés de voir la jeune relève prendre le flambeau de nos fermes à Ste-Germaine :

Patrick Jalbert : Ferme Sibert
Mylène et

Alexandre Désaulniers Bégin :
Ferme Princy

Jean-Philippe Chabot :
Ferme Micharin

Mickaël Roy : Ferme Micar

Maxime et
Alexandre Bégin :

Ferme les Frères Bégin

Jérémie Gilbert :

Ferme Henmajemyli

Mathieu Lord : Ferme Gilbert Lord

Marco Bisson :

Ferme Stamal

Yan Bégin : Ferme Begy

Jimmy Breton :

Ferme Ghislain Breton

Michael Rancourt :

Les Entreprises CMR

Alors le choix que vous faites lors de vos achats à l'épicerie a TOUT un impact sur les revenus des entreprises agricoles d'ici !

<<Si vous voulez vous assurer de consommer du lait bien d'ici recherchez le logo "Agropur" ou connu sous ses marques les plus populaires telles que : Natrel, Québon, Iögo >> Mylène Bégin, Journal INFO novembre 2017.



Car, vous, citoyens avez un pouvoir d'influence, par vos achats, énorme !!!

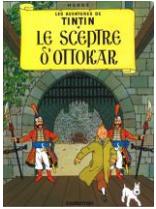
Patrice Bégin

Coups



Ce mois-ci nous vous présentons les coups de cœur de l'abbé Denis Villeneuve.

Quel est le livre qui vous a marqué?



Pas facile à répondre : j'en ai lu des milliers. Je relis toujours avec plaisir le premier livre que j'ai acheté : **le sceptre d'Ottokar** de Tintin. J'ai aussi relu à plusieurs reprises un livre trouvé dans une vente de

garage : **La perle au fond du gouffre**.

Ce livre conte l'histoire vraie de 5 oblates canadiens partis comme missionnaires en Afrique en 1940. Leur navire (le Zam Zam) se fait couler par un corsaire allemand et ils se retrouvent prisonniers en Allemagne dans les camps de détention pendant 5 ans. Le livre conte leurs aventures, car les 5 survivent à la guerre ayant vu toute la misère humaine.



Quel est votre film à revoir?

Je dirais le film **Sissi**. Parce que je l'ai écouté la première fois, tout petit, avec ma maman qui l'aimait tellement et parce que Romy Schneider est tellement belle dans ce film.



Quel est votre spectacle coup de cœur?

J'ai beaucoup aimé le spectacle **J'reviens chez nous** de la Troupe à Cœur Ouvert : le scénario parfois drôle, parfois touchant; les chorégraphies...

Pour un gars venu du Saguenay, ça m'a fait connaître les artistes de l'Abitibi.



Et dans le domaine musical

J'aime tous les genres de musique sauf le gros heavy rock métal.

Au niveau québécois, j'apprécie particulièrement

Vincent Vallières, pour sa simplicité et pour la réflexion qu'amènent ses compositions. Je m'intéresse chaque année aux péripéties du concours de **l'Eurovision** qui nous fait traverser l'océan et connaître plein d'artistes européens.



Quelle exposition vous a séduit?

Il y a eu une exposition au Musée de la Civilisation de Québec appelée **Miniatures**. Des villes en modèles réduits, tout ce que le microscope révèle de l'infiniment petit, une crèche sculptée dans un pépin de pomme... c'était génial. Et ici en Abitibi Ouest, j'ai été séduit par l'exposition permanente des ponts



couverts en modèles réduits à la maison Lavigne de la Société historique de La Sarre.

Rejoignez-nous sur Facebook :

Les amis de la culture de Ste-Germaine

VOTRE CAISSE VOUS INFORME

Capsule AVANTAGES



AVANTAGES EXCLUSIFS
AUX MEMBRES

Vous êtes passionné de hockey? Participez à notre concours «**Un match des Canadiens avec 3 amis en mode VIP**» et courez la chance de vivre une expérience inoubliable !



Pour plus d'informations sur ce concours et toutes les offres exclusives offertes aux membres :

www.desjardins.com/avantages

L'Opération Nez rouge : un classique du temps des Fêtes!

Desjardins est fier d'être commanditaire provincial de l'Opération Nez rouge depuis 34 ans.

ÊTRE MEMBRE DESJARDINS
A SES AVANTAGES !
www.desjardins.com/avantages

- Téléchargez l'application mobile Nez rouge
- Appelez l'Opération Nez Rouge 1 866-DESJARDINS
- Sur le territoire d'Abitibi-Ouest les, 1-2-8-9-15-16-17 et 22 décembre 2017

Congés fériés de la période des Fêtes

En raison des Fêtes de Noël et du Jour de l'An, nos bureaux seront fermés :

Lundi 25 décembre & mardi 26 décembre 2017

et lundi 1^{er} janvier & mardi 2 janvier 2018

Nos guichets automatiques et le service Accès D sont disponibles 24/24 heures, 7/7 jours.



*Recevez nos meilleurs vœux du temps des Fêtes !
En espérant que vous profiterez de ce temps d'arrêt pour vous offrir du repos
et d'agréables moments entourés de vos proches.*

 **Desjardins**
Caisse de l'Abitibi-Ouest

Réalisons  ensemble

Dans mon calepin

Bonjour amis lecteurs!

Notre dernier mois de l'année s'annonce bien plaisant pour notre communauté. Tranquillement mais sûrement nous verrons apparaître des lumières de Noël sur les maisons... Une bonne raison pour ne pas rester encabané et de sauter dans vos bottes de poils et d'aller arpenter les différentes rues pour regarder les différents décors. Pour les plus motivés vous pourrez joindre vos marches nocturnes au défi 100 milles en 100 jours qui débute le 1^{er} décembre prochain. Cette année, Tania Rancourt, agit comme porte-parole de l'évènement. Vous pouvez vous inscrire via le site web : defi.d100m.com. Le but est de marcher un mille par jour pendant 100 jours consécutifs... Tout simple à faire. Je vous mets au défi les amis. Ste-Germaine village actif!!



Tant qu'à aller vous promener aussi bien en profiter pour remarquer vos maisons coup de cœur, car oui oui... Encore cette année, pour une cinquième année, les heureux propriétaires de la maison la mieux décorée auront l'énorme et ultime privilège de se péter les bretelles pendant 15 longues secondes à notre fête des Bretelles.

Je vous invite d'ailleurs à laisser vos lumières décoratives allumées à l'extérieur en soirée à partir du 5 décembre car notre comité bénévole des maisons finalistes va débiter sa tournée des maisons les mieux décorées qui seront finalistes. Je vous souhaite bonne chance à tous et n'hésitez pas encore cette année à jouer le jeu et y mettre le paquet. Qui sait, cette année, sera peut-être votre année où vous pourrez enfilez les bretelles à Mononc' Jack comme à l'époque du mythique chantier du rang 4 qui a fait honneur à Ste-Germaine. Enweille dans l'échelle mon ami !!!

Voici les gagnants des quatre premières éditions :



2013	Claire et Marc Couture
2014	Claudette et Benoît Gagnon
2015	Valérie et Guillaume Breton
2016	Francine et Yves Bégin

Est-ce que ce sera votre tour pour la cinquième année!!!

Un petit pétage de bretelles public 😊

Pour rester dans notre fête des Bretelles, je vous invite à consulter votre journal Info pour voir l'horaire complet et la panoplie d'activités qui vous est offerte.

Je tiens à souligner le super travail de notre Comité local de développement, pour leur implication et pour assurer des nouveautés à chaque année et surtout des activités pour toutes les tranches d'âge de notre communauté. La plus belle paie pour ces bénévoles est votre présence. Alors venez faire un tour et apportez votre voisin avec vous.

Vous remarquerez également à l'horaire qu'il va y avoir de l'action au village le vendredi soir 15 décembre. En collaboration avec notre club de l'Âge d'or « le Cotillon » vous êtes invités à venir assister à un spectacle bénéfice d'André Ranger.

Le tarif d'entrée demandé est une contribution volontaire de votre part et tout l'argent amassé sera remis pour le tournage du film communautaire des Passes croches à Placide (mars 2018). Venez en grand nombre à cette soirée rock and roll !! Si vous n'avez jamais eu la chance d'entendre André Ranger (résident de Ste-Germaine) je vous le jure vous ne le regretterez pas.

André Ranger
le 15 décembre dès 20h00
au Centre récréatif.
Tarif : contribution volontaire.
On vous attend !!!

Notre Société d'Histoire et de Généalogie vous invite à son activité porte-ouverte le **dimanche 10 décembre dès 12h00**. Vous pourrez voir de près les rénovations et le réaménagement intérieur de vos yeux. Cette porte ouverte est une belle occasion pour venir voir le travail que font nos passionnés bénévoles. Qui sait vous allez peut-être vous développer une passion pour la généalogie. Bienvenue à tous !!

Au moment d'envoyer mes textes au journal, il était impossible de déterminer la date exacte de l'ouverture de notre aréna pour le patin et le hockey. Sachez que le jour j approche !!! Prépare ton équipement mon ami !!!



*Il va y avoir encore du hockey jeunesse
cette année.*

Primaire et secondaire

Notre Skinoramik travaille sur la préparation de sa nouvelle saison hivernale. Vous pouvez vous procurer une carte de membre annuelle en pré-vente avant le 31 décembre.

Notre Skinoramik est un joyau pour notre communauté. Si vous n'y êtes jamais allé, ne manquez pas votre coup cette année.



En terminant, le CJEAO aimerait venir sonder les 16-35 ans sur les prochains enjeux provinciaux dans le but de préparer un document qui sera remis aux élus après les prochaines élections provinciales à l'automne prochain.

La date ciblée pour Ste-Germaine est le 2 décembre en avant midi de 10h30 à midi à notre aréna. Si notre glace est prête à cette occasion nous allons placer un patin-lumières pour permettre aux parents qui ont des enfants de répondre au sondage pendant que leurs enfants patinent.

Je termine en vous souhaitant un joyeux temps des fêtes à tous. N'hésitez pas si vous avez des questions à me contacter au 819-787-6221#42 ou

mariotremblay7607@gmail.com

Mario Tremblay, organisateur du milieu communautaire de Ste-Germaine-Boulé

ACTIVITÉS POUR LES 18-35 ANS

Ma Voix Compte!

Activité de consultation pour les 18-35 ans

Ste-Germaine

Samedi 02 décembre

10h à l'Aréna

Tu as envie de donner tes idées ?

Tu souhaites que Ta Voix Compte ?

Aide nous à faire entendre ta voix !



BIENVENUE DANS MES BUREAUX

Christine MOORE,
Députée de
l'AbitibiTémiscamingue

LA SARRE

Par voie postale ou en personne :
29, route 111 La Sarre (Québec)
J9Z 1R8

**Ouvert le mardi, de 9h à 12h
et de 13h à 16h.**

Par téléphone ou télécopie :
819-339-2266

Par courriel :

christine.moore.a2@parl.gc.ca



**Centre Récréatif
de Ste-Germain-Boulé**

**Vendredi le 15 décembre 2017
à 20h00 -**

Veillée à Placide avec le spectacle

d'André Ranger!

Soirée organisée par le Club de l'Âge
d'Or!

**Entrée: Contribution volontaire au
profit du prochain film des
Bretelles!**

Samedi le 16 décembre 2017

De 12h30 à 15h30 -

Tournoi de cartes à Placide

De 13h00 à 15h30 -

Exposition "Faire chantier" de Jean-
Paul Hubert (prêt par la Ville de La
Sarre) -

Exposition jeunesse (inspirée par Jean-
Paul Hubert) par les élèves du
pavillon Boulé -

Allée des artisans locaux -

Bureau de vote pour la maison la mieux
décorée

13h15 à 15h15 - Activité culinaire :
décoration de mini-Jack en pain
d'épices!

13h00 à 15h30 - Musique extérieure -
Feu - Rallye "Connais-tu tes
Bretelles?" - Essais de trottinettes des
neiges et de Fat Bike par VROOM -

Dégustation de kombucha ÉKORCE
avec Yan Lapointe de Val d'Or - Tours
de tracteur par la Ferme Princy avec
musique traditionnelle

Spécial Conte "Les passes croches à
Placide" à 13h30 et 15h00 -

Présentation du film "Les Bretelles
disparues" dans l'autobus, par
Transport Bégin (durée : 30 minutes
environ)

Représentations à 13h30 et à 15h00

14h00 à 15h30 -

Équitation avec Marie-Josée Lépine -
Pizza-Bus (Viens déguster ta pointe!)

15h45 - Pétage de Bretelles par les
gagnants de la maison la mieux
décorée

16h00 à 16h30 - Mini-
spectacle: Chanson en 3
générations Chorégraphie des élèves
en danse de Virginie Loignon

Dévoilement des Bretelles à LJL

16h45 : Feux d'artifice

Bienvenue à tous!!!



Gym Cerveau à Boulé

Les ateliers **Gym Cerveau** ont été initiés en Abitibi-Ouest par madame Fernande Bélanger de Macamic. Elle a importé ces ateliers de sa région natale le Témiscouata, pour les adapter et les animer dans sa municipalité. Très populaires, ils se sont multipliés depuis et sont animés dans plusieurs endroits en Abitibi-Ouest.

D'une durée de deux heures, ces ateliers visent à activer nos neurones par diverses activités simples faisant appel à notre mémoire et à notre attention. Le tout se déroule dans une franche camaraderie et sans aucun esprit de compétition. Les gens de tous âges sont les bienvenus. J'en profite pour lancer une invitation particulière aux nouveaux cinquantenaires et sexagénaires.

J'aurai l'honneur d'animer ces ateliers à Ste-Germaine en janvier. Elles auront lieu à la petite salle en-haut du Cotillon les mercredis après-midi pour une durée de 10 semaines.

Avant de vous inscrire, je vous invite à une rencontre **mercredi 13 décembre à 13 h 00 à la salle du Cotillon** où madame **Linda Morin** agente culturelle

de Macamic sera sur place pour présenter et animer avec moi quelques activités. Vous pourrez donc expérimenter, poser des questions et vous inscrire si ça vous intéresse.

Je vous attends en grand nombre.

Marlen Bégin
gymcerveauboule@gmail.com

DES NOUVELLES DE VOTRE COMITÉ JEUNESSE

Bonjour,

Sachant que plusieurs d'entre vous auront bientôt 12 ans, j'aimerais inviter les jeunes et leurs parents à une rencontre. Je vais en profiter pour présenter le comité jeunesse, nos activités et notre code de vie.

C'est une belle occasion pour moi d'ouvrir nos portes pour faire place à la relève, sans toutefois négliger (15-16 ans) qui ont toujours leur place au comité.

Je vous invite donc, le 7 décembre à 18h30 au local dans le Centre multi-services. Pour inscrire les nouveaux, la présence des parents est nécessaire.

Au plaisir de vous voir bientôt !

GROUPES D' ACTIONS BÉNÉVOLES EN MAINTIEN À DOMICILE D'ABITIBI-OUEST

Actuellement, l'organisme offre deux types d'activités :

- ✚ Un accompagnement transport bénévole.
- ✚ Un soutien financier pour certains frais de transport pour les personnes qui utilisent leur véhicule.

Accompagnement transport bénévole

Qui peut avoir recours à un bénévole?

- ✚ Personne de 65 ans et plus
- ✚ Résidant à domicile ou dans une résidence à but non lucratif
- ✚ Qui a besoin d'être accompagnée à toutes les étapes de son déplacement
- ✚ Qui n'a aucune personne disponible dans son entourage immédiat (conjoint(e), enfant)
- ✚ Aucune autre source de financement.

Pour quel type de déplacement la personne peut demander un bénévole?

- ✚ Pour un rendez-vous avec un professionnel ou un spécialiste reconnu pour des raisons de santé physique et psychologique.
- ✚ Pour rendre visite à un conjoint père ou mère hospitalisé(e) ou hébergé (e).
- ✚ Pour procurer une présence à un conjoint(e), un père, une mère ou enfants hébergés : soit une fois par semaine pour un total de 24 par année.

- ✚ Pour une visite à un conjoint(e), un père, une mère, enfant hospitalisé : deux fois par semaine
- ✚ Pour rendre visite à un conjoint(e), père, mère ou enfant en soins palliatifs (fin de vie) : trois fois par semaine.

Une preuve doit être fournie.

Nous avons ajouté la possibilité de faire l'épicerie deux fois par mois.

Si possible appelez 24 heures à l'avance quand c'est des rendez-vous cédulés.

Le participant défraie le 0,10\$ du kilomètre à partir de sa municipalité

Soutien financier au transport

Le soutien financier est offert à toute personne de 65 ans et plus qui généralement n'a pas besoin d'utiliser l'accompagnement transport bénévole. Il vient supporter des frais de transport important pour la personne ou son conjoint(e) qui utilise son véhicule pour des raisons de santé. Celui-ci s'applique si c'est le participant ou son conjoint(e) qui conduit le véhicule.

Pour quel type de déplacement la personne peut demander un soutien financier?

- ✚ Pour rencontrer un spécialiste ou un professionnel reconnu.
- ✚ Pour suivre des traitements prescrits pour des soins de santé.

- ✚ Pour rendre visite à un conjoint(e), un père, une mère hospitalisée(e) ou hébergé(e).
- ✚ Pour procurer une présence à un conjoint(e), un père ou une mère, un enfant, un frère ou une sœur hébergé(e) en soins palliatif (fin de vie).



CERCLE DE FERMIERES

Merci à Maryse Goulet pour l'atelier du 23 octobre réalisé chez elle pour la confection d'un capteur de rêve. Beaucoup de plaisir lors de l'activité.



Décembre commence et notre rencontre se fera autour d'un souper au restaurant de Palmarolle le 13 décembre à 6 heures. Ceci remplace le souper partage qui avait lieu par les années passées.

Prochains morceaux demandés pour Janvier et Février:

- tissage: couverture de bébé
- tricot: pantoufle adulte à l'aiguille
- art culinaire: tarte aux raisins

De la part de toutes les Fermières, nous vous souhaitons un Joyeux Noël et une Bonne Année à tous !

L'organisme rembourse un voyage sur trois. Les voyages doivent être faits pour le même type de déplacement ou en lien avec la raison de santé. Les voyages faits pour la personne elle-même ou son conjoint(e) peuvent être comptabilisés.

Il ne doit pas y avoir plus de deux mois entre le premier et le troisième voyage. L'organisme lui remet **0,40\$ du kilomètre.**

Une preuve de voyage est exigée (ex : formulaire signé par un responsable ou par le professionnel de la santé.

Les frais de stationnement sont remboursés à raison de 1 sur 3 (reçu de stationnement).

La responsable du jumelage est

Rose-Aimée Nolet
Tél : (819) 787 6245.

La responsable pour le paiement des factures pour le soutien financier est Rachel Pouliot, les factures doivent être apportées à la fin du mois.

Rachel Pouliot,
responsable du paiement des factures



CLUB « LE COTILLON »

Vous informe...

Voici les gagnants du Tournoi de baseball-poches du 14 novembre 2017 au Centre St-André de La Sarre.

- 1^{ère} position : Rayon d'or de La Sarre 139 points
- 2^e position : Ste-Germaine 134 points
- 3^e position : Normétal 133 points

Félicitations aux huit membres formant l'équipe de Ste-Germaine !

Rose-Aimée Nolet, capitaine

- Lucienne Audet**
- Jeannine Bédard**
- Jean-Guy Blais**
- Jeanne Lambert**
- Alma Lavoie**
- Carmen Leblond**
- Aline Paquette.**

Notez bien, le prochain tournoi de baseball-poches est le 12 décembre 2017 à Ste-Germaine-Boulé. &&&&

Voici les résultats du tournoi du 18 novembre au « Joffre » :

Gertrude Bisson	300
Roger Morin	280
Rose-Aimée Nolet	250

Les résultats du tournoi du 19 novembre au «500» :

- 1^{er} position : Alma Lavoie**
- 2^e position René Lemoine**
- 3^e position Jean-Guy Couillard**

FÉLICITATIONS À TOUS!!!

Le prochain tournoi de « Joffre » est le 16 décembre et celui de «500» est le 17 décembre.

Bienvenue à tous

SAVEZ-VOUS QU'À LA MAISON JEANNINE-DUROCHER?

Centre St-André – 11, 4^e Avenue Ouest (derrière l'église) - salle CACIM en haut

Tous les mercredis et/ou les vendredis a lieu des ateliers en art-visuel à 13h au coût de 20, \$ par jour, tout le matériel inclus.

Pour le mois de décembre : **29 et 1^{er} décembre** : Travail sur aluminium et encre.

8 et 10 décembre: Travail d'acrylique sur la transparence.

15 et 17 décembre : Travail à l'acrylique sur les gris et fête de Noël.

Bienvenue à tous...

Inscrivez-vous au 819-333-2982
Carmen Braconnier

**FABRIQUE DE
STE-GERMAINE-BOULÉ**

VISITE DE MGR Gilles Lemay :

dimanche le 3 décembre. Bienvenue à tous les paroissiens qui veulent se joindre à nous, à la messe de 9h 30 et au brunch (au coût de 12\$) qui suivra après la messe.

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DES PAROISSIENS :

dimanche le 10 décembre 2017, immédiatement après la messe.

CAPITATION 2017 :

Notre famille paroissiale a besoin de votre contribution monétaire afin d'assurer la continuité des services de nos prêtres, lors de nos messes dominicales, des sacrements du baptême, du premier pardon, de la première communion et de la confirmation de nos enfants, des mariages, de l'onction des malades et des funérailles.

CAMPAGNE DE CHAUFFAGE :

Vous êtes invités à déposer votre contribution au chauffage dans les boîtes blanches à l'entrée de l'église. Des reçus pour fins d'impôts peuvent être émis, à votre demande. Merci!

Le Conseil de Fabrique

**COMMUNAUTÉ CATHOLIQUE
DE
Sainte-Germaine-Boulé**

**AVIS DE CONVOCATION D'UNE
ASSEMBLÉE
DES PAROISSIENNES ET DES
PAROISSIENS
DE LA PAROISSE SAINTE GERMAINE**

*Veillez prendre avis qu'une **ASSEMBLÉE des paroissiennes et des paroissiens** de la paroisse Sainte Germaine aura lieu **dimanche matin le 10 décembre 2017** à **10h15** (immédiatement après la messe), en l'église de notre paroisse, **pour élire trois marguilliers** en remplacement des marguilliers(ères) sortants(es) :*

- *Gilles Bégin et Benoît Gagnon, terminant chacun un premier mandat de trois ans, donc rééligibles pour un autre mandat de trois ans.*
- *Et d'un(e) autre marguillier(ère) pour terminer le mandat d'un an de Monique Rancourt.*

Nous comptons sur la présence de tous, paroissiennes et paroissiens.

Bien amicalement vôtre,

*Lise Nolet
Présidente d'assemblée*

*Fait à Ste-Germaine-Boulé,
le 4 novembre 2017*



DOMAINE DE L'HIRONDELLE

- **Prochaines MESSES** au Domaine de l'Hirondelle, le jeudi 21 décembre, 18 janvier, 15 février et 15 mars, à 13 heures 30. Bienvenue!
- **HEURES D'ADORATION** animées par les Femmes chrétiennes, les premiers vendredis du mois : **1^{er} décembre** et **05 janvier**, à 13h 30.
- **VISITE DE MGR** : Nos résidents auront la joie d'accueillir Mgr Gilles Lemay, dimanche le 3 décembre après la messe dominicale.
- **VENTE DE GARAGE** : Merci de vos encouragements lors de notre vente de garage de novembre. Prochaine vente avec spécial **Noël!!**, samedi **2 décembre**, de 13 à 16 heures. La première vente de garage en 2018, sera le samedi **27 janvier**.

Profitez-en pour vous procurer des décorations de Noël, livres, DVD, CD, microsillons, jouets, meubles... Merci de nous encourager par vos dons et vos achats. Vous pouvez vous présenter au Domaine de l'Hirondelle, auprès des employés qui vous permettront d'acheter. Merci de ne pas vous présenter sur l'heure des repas.

HÉBERGEMENT: Nous avons présentement, deux chambres disponibles Pour informations ou réservations, communiquez avec Linda Bellavance, directrice générale, au Domaine de l'Hirondelle au 819-787-2035.

- Visitez notre page **FACEBOOK** « Domaine de l'Hirondelle », afin d'y voir plusieurs photos de nos activités et objets disponibles dans nos ventes de garage.
- À l'occasion de la fin d'année 2017, nous désirons remercier vivement toutes les personnes qui nous aident à assurer la continuité du Domaine de l'Hirondelle par leurs dons divers : argent, meubles, équipements, cartes de membres, dons In Memoriam, participation à nos ventes de garage par les dons et achats. Votre générosité est vivement appréciée.
- **HEUREUSES FÊTES DE NOËL ET DE LA NOUVELLE ANNÉE** à tous nos bénéficiaires et à leurs familles, à nos employés, à nos bénévoles, aux membres du conseil d'administration et à vous tous !



Le conseil
d'administration

CARTES DE MEMBRES 2018 DOMAINE DE L'HIRONDELLE

Selon l'article 2.3 des Règlements généraux du DOMAINE DE L'HIRONDELLE :

« Pour avoir droit de vote à l'assemblée générale et être éligible à un poste d'administrateur, la personne devra être membre depuis quatre-vingt-dix (90) jours avant l'assemblée générale. »

- ✓ Les cartes de membres pour l'année 2018 au montant de 5\$ seront en vente à partir du 1er décembre 2017.
- ✓ Pour avoir le droit de vote à l'assemblée générale annuelle, vous devrez l'avoir acquise avant le 15 février 2018.
- ✓ Lors de l'assemblée générale annuelle, nous procéderons à un tirage parmi les membres qui auront leur carte 2018.

Les montants acquis lors de la vente des cartes de membres servent à améliorer la qualité des services auprès de nos bénéficiaires et constituent un important moyen d'autofinancement tout en vous donnant un droit de parole.

Le conseil d'administration



BIBLIO Ste-Germaine-Boulé expose les miniatures de l'Artouche

Ste-Germaine-Boulé, 27 octobre 2017 - L'Artouche, le regroupement d'artistes amateurs et professionnels du Témiscamingue, a créé 41 miniatures en marge de la Biennale internationale d'art miniature de Ville-Marie. Ces œuvres, installées à la bibliothèque municipale de Ste-Germaine-Boulé jusqu'à la fin décembre peuvent être achetées par les visiteurs; une belle opportunité de débiter ses emplettes des Fêtes.

Les heures d'ouverture sont les mercredis et vendredis de 19 h à 20 h 30. Profitez de votre visite pour vous renseigner sur les services offerts : prêt de livres papier et numériques, revues, demandes spéciales, ordinateurs publics, Wi-Fi, animation, etc. Au plaisir de vous accueillir!

[www.mabiblio.quebec]www.mabiblio.quebec
<http://culturat.org/documents/api/v1/21b7db0d1b82b0d876f5fd3b30ddee56e17bd325313b056a1d23a2f733dd9e86.jpg>

Chantal Baril
Réseau BIBLIO
chantal.baril@reseaubiblioatnq.qc.ca
[819 762-4305](tel:819-762-4305)



Bonjour à vous tous adeptes du plein air. Une nouvelle saison est à nos portes et si nous tenons compte de la température actuelle et des prévisions des météorologues vous aurez la chance de profiter pleinement des sentiers de marche, raquette, ski.

Nous prévoyons ouvrir officiellement la saison le 6 janvier 2018. Nous vous invitons tous à mettre à votre agenda le point suivant : «**Le 6 janvier journée de plein air au Club Skinoramik**»

Ce serait très agréable de voir, lors de cette journée, des gens dans tous les sentiers qui seront accessibles à cette date, de voir des jeunes et/ou adultes qui s'amuse dans la glissade, des personnes qui se permettent une petite détente et une jasette au Shack à Pépère et d'autres qui refont le plein d'énergie en savourant une bonne soupe au chalet.

Nous vous invitons aussi à notre **premier brunch** qui se tiendra le **14 janvier de 10h00 à 12h00**.

Lors de l'assemblée générale annuelle, tenue le 16 novembre, deux nouvelles personnes ont été nommées au C.A. Il s'agit de **Mme Tania Rancourt et de Mme Éva Demers**, nous leur souhaitons bonne chance dans leur rôle d'administratrice et d'avoir du plaisir à le réaliser.

Nous tenons à remercier Mme Diane Rancourt et M. Gilles Audet pour tout ce qu'ils ont fait au sein du Conseil d'administration.

Ces derniers étant toujours intéressés à poursuivre leur bénévolat au sein du Club Skinoramik.

Au cours des prochains mois, **M. Martin Audet** travaillera à former un Comité qui relèvera du C.A. et dont le mandat est de travailler sur un plan de développement des activités du Club. Lors des négociations sur les coupes forestières prévues dans le secteur de la forêt Skinoramik, on nous avait demandé de présenter un plan de développement pour les 10 prochaines années. Ce plan de développement n'est pas coulé dans le béton, le Comité aura donc à l'analyser et faire les recommandations au C.A. et par la suite de le réaliser selon un échéancier à court, moyen et long terme.

L'entente d'harmonisation avec le Ministère de la Forêt, de la Faune et des Parcs, avec la Forestière Tembec et le Club Skinoramik a été signée en juin 2017 et elle est valable pour une période de 10 ans. Elle est le résultat de près de trois ans de travail pour de nombreux bénévoles.

Les cartes de membre individuelles (45,00\$) ou familiales (90,00\$) sont en pré-vente jusqu'au 31 décembre 2017. À compter du 1^{er} janvier 2018 les cartes de membre individuelles sont à 50,00\$ et familiales à 100,00\$.

Vous pouvez vous procurer votre carte en communiquant avec **Mme Odette Rancourt au 819-787-6178, Bernard Jobin au 819-787-6168**.

Nous avons toujours besoin de bénévoles pour travailler à l'accueil les fins de semaine, si vous êtes intéressés n'hésitez pas à nous le faire savoir.

Bernard

Activités du mois de janvier 2018



Samedi le 6 janvier

Ouverture officielle de la saison

Dimanche le 14 janvier :

Brunch des sportifs (10h00 à 12h00)

Coûts: 10,00\$
Moins de 12 ans 5,00\$
Moins de 5 ans gratuit

Dimanche le 28 janvier :

Téléthon de la Ressource d'Aide

Laissez-passer quotidien remis au téléthon

Vendredi le 2 février

Balade au clair de lune : 19h30

(Ski, marche raquette)

Bonne saison à vous tous !!!



♥ Gilles Morin ♥ Lise Bégin

♥ Marcel Chabot ♥♥ Raymonde Jalbert ♥
Richard Bégin ♥

Vous propose un récital de Noël au «Domaine de l'Hirondelle» le mercredi 20 décembre de 13h30 à 15h30.

Bien vouloir réserver vos places auprès de Raymonde au numéro de téléphone (819) 787-6631 avant le 18 décembre (*Maximum 15 personnes parce que l'espace est restreint.*)

Au plaisir de vous voir.



Joyeux Noël

Bonjour,

Début décembre et la magie de Noël nous envahit déjà. Décorations, invitations, célébrations et réceptions font partie de nos préoccupations.

Pour plusieurs d'entre nous, une vague nostalgique nous ramène à des souvenirs d'enfance ancrés profondément dans notre cœur : le sapin illuminé, les lumières, les cantiques, les cadeaux échangés, la messe de minuit, les réveillons entourés de parents et d'amis sans oublier la visite à la crèche de l'enfant Jésus, etc...

*Que de joie et de bonheur!
Pour partager ces joies d'antan
et retrouver cet esprit de Noël,*

« Un rendez-vous pour fêter Noël »

est préparé au M.F.C. et vous y êtes toutes conviées membres, non- membres et amies

Date : le 08 décembre 2017

Heure : 9h30 à 14h00 (apportez votre lunch)

Lieu: Édifice municipal,

199 Chemin J.-Alfred-Roy,

au 2^e étage (salle multi-services)

Des surprises il y en aura!

En grand nombre nous vous attendons!

Le Comité local M.F.C

CAPSULE-SANTÉ DE DÉCEMBRE :

Fixation d'objectifs (Caroline Jalbert)

Bonjour à tous, aujourd'hui je vous explique comment vous fixer correctement des objectifs afin d'atteindre vos buts. Tout d'abord, selon une méthode bien connue, appelée **SMART**, un objectif doit être **Spécifique**, **Mesurable**, **Ajustable**, **Réaliste** et dans un **Temps** limite. Avoir un objectif spécifique va avoir plus d'impact sur nos comportements qu'un but général.

Soyez précis: **QUAND?** **COMBIEN?** **COMMENT?** C'est un comportement observable (une action) pouvant être identifié et mesuré à l'aide de chiffres. Un objectif doit être ajustable, c'est-à-dire que l'on peut le réviser à mi-chemin et apporter des modifications au besoin. Afin d'éviter le découragement et/ou la frustration face à un objectif trop difficile, celui-ci doit être réaliste.

L'idéal est de viser une difficulté modérée représentant un certain «challenge/défi», mais qui n'excède pas nos capacités réelles. Un sentiment d'auto-efficacité favorisera le maintien d'un mode de vie sain. Se donner un temps alloué peut être une grande source de motivation.

Cependant, des échéances trop rapprochées ou trop éloignées peuvent avoir des effets négatifs sur l'atteinte d'un but. On vise donc un délai raisonnable et ferme.

Voici une formulation d'objectif selon la méthode SMART : « D'ici 4 semaines, je souhaite augmenter ma fréquence d'activité physique en faisant 30 minutes d'exercice 4 fois par semaine. »

Plusieurs autres aspects peuvent influencer l'atteinte d'un but, voici donc quelques trucs supplémentaires. Les objectifs doivent être formulés en affirmations positives, on met l'accent sur les **comportements qu'on veut avoir et non sur ceux que l'on veut éviter**.

L'emphase est alors sur la réussite et non sur l'échec. L'objectif à long terme ou l'objectif principal nécessite de franchir des étapes à plus court terme d'abord (comme un escalier – une marche à la fois). Écrire nos objectifs et les afficher à la vue nous permet d'y penser chaque jour. Il est essentiel de prévoir des stratégies claires et efficaces. Avoir le soutien de notre famille, de nos amis ou d'un professionnel peut également être très favorable.

Une fois vos objectifs établis, il faut suivre le progrès de près. L'une des techniques les plus efficaces est de tenir un journal ou un calendrier de nos actions. Vous êtes maintenant prêts à vous lancer! Je vous souhaite d'atteindre vos objectifs.

Caroline Jalbert,
étudiante au en kinésiologie à l'*Université du Québec à Chicoutimi*



L'équipe oeuvrant en service de première ligne de votre secteur souhaite connaître le portrait de la population en ce qui concerne la **prise en charge médicale**.

Par conséquent, si les critères suivants vous concernent, nous vous invitons à communiquer avec l'infirmière de votre CLSC et de lui en faire part, afin que nous puissions vous offrir différentes options pouvant potentiellement vous être bénéfiques.

Donc, si :

- Vous n'avez pas de médecin de famille (médecin traitant) ou d'infirmière praticienne spécialisée (IPS)
- Il vous est difficile de vous déplacer vers le secteur centre (La Sarre) pour rencontrer votre médecin ou votre IPS (ex. état de santé, difficulté de transport, précarité financière, etc.)
- Votre médecin de famille (médecin traitant) pratique à l'extérieur du territoire de l'Abitibi-Ouest (par exemple à Rouyn, Amos, etc.) et il vous est difficile de vous déplacer pour le rencontrer (ex. état de santé, difficulté de transport, précarité financière, etc.)

Voici la personne et le numéro de l'infirmière à contacter :

Christine Roy, infirmière
CISSS de l'Abitibi-Témiscamignue
CLSC Palmarolle
136, rue Principale
Palmarolle (Qc) J0Z 3C0
Téléphone : 819 787-2216, poste 235 ou poste 233
(agente administrative)

ACTIVITÉ ASSOCIÉE AU 100^E **DE LA SARRE**

Cadeau original à offrir à vos employés ou clients : Billet pour le spectacle « Festivitas »

Un grand spectacle musical du temps des fêtes avec plus de 50 comédiens, relatant et chantant les Noël et les Jours de l'An passés à aujourd'hui et faisant un clin d'œil aux événements de l'année.

Quand : 21-22 décembre 2017 à 19h
Et 23 décembre 2017 à 14h
27-28-29 décembre 2017 à 19h et
30 décembre 2017 à 14h.

www.ticketaccés.net

Prix du billet : Tous frais et taxes compris
Adulte : 35, \$ - Aîné : 30 \$,
- 17 ans et moins : 20, \$

Forfait famille et grands-parents : 90, \$
(2 enfants et 2 adultes)

Tarif de groupe : 1 billet gratuit par tranche de 10 billets payants au coût de 35, \$.

Pour toute autre information :

Daniel Morin
Troupe à cœur ouvert
C_ouvert@lino.com
819-333-4100

Facebook : Festivitas



Les Maisons
Funéraires
Blais INC.

Richard Thiboutot
lasarre@maisonsblais.ca

24, 6^e Avenue Ouest
La Sarre (Québec) J9Z 1L3
Tél. : 819 333-2544
Télééc. : 819 339-2393
Sans frais : 1 800 380-3321

www.maisonsblais.ca

UEILLETT



1056, Route 101
C.P. 39, Pouliaries Qc J0Z 3E0

Tél. : 819 782-5604
Fax : 819 782-5608
cs_mha@yahoo.ca

M. Roy
ÉLECTRIQUE
9179 2606 Québec inc.
Licence RBO 8346 1335
mario.roy@tlb.sympatico.ca
Mario, c'est l'électricien qu'il vous faut!
Entrepreneur électricien
Tél.: 819-333-4509 Fax: 819-333-4510



1071, Rangs 6-7 C.P.246
La Sarre Qc J9Z 2X5

819 333-6626

Service vente et location
de contenants
Transport et cueillette
de matières résiduelles



203, Parc Industriel C.P. 209
Ste-Germaine-Boulé (Québec) J0Z 1M0
ginotrudel@cablevision.qc.ca

RÉPARATION ET RECONSTRUCTION
D'ÉQUIPEMENTS MINERS

www.ljlmecanique.com

Gino Trudel, ing.f.M.Sc.
Directeur général

Tél. : 819 787-6509
Fax : 819 787-6510
Cell. : 819 333-0620

Buro
PLUS **CONCEPT**

Papeterie • Ameublement
Équipement de bureau • Articles scolaires

370, rue Principale, La Sarre (Québec) J9Z 1Z8
Tél. : 819 333-2406



Ferme Princy

Bertrand Bégin

T : 819 787-6138

C : 819 333-7746

SERVICE DE DÉNEIGEMENT

BÉGIN

Transport scolaire nolisé adapté

200, Parc industriel C.P. 217
Ste-Germaine-Boulé Qc J0Z 1M0
www.transportbegin.com

Karl Bégin

PDG
T 819 787-6154
C 819 333-8155
F 819 787-6401
karl@transportbegin.com



PATRICK DESCARREAUX

ARPENTEUR-GÉOMÈTRE
ARPENTEUR DES TERRES DU CANADA

367, rue Principale
La Sarre (Québec) J9Z 1Z7

Tél. : 819 333-3155
Télééc. : 819 333-3126
Courriel : patrick.descarreaux@descarreaux.com



17 juin 2017

**Festival du Boeuf
De Ste-Germaine-Boulé**

David Jalbert et ses invités
Les 2 Frères, Sally Folk, et en soirée
le groupe CAROTTÉ.

**LE COTILLON
STE-GERMAINE-BOULÉ**

Téléphone : 819-787-2289

Frédéric Audet, président
Nicole Fournier, secrétaire-trésorière



38^e

Mille mercis à nos précieux commanditaires !



Desjardins Caisse de l'Abitibi-Ouest

108, rue Principale C.P. 25
Palmarolle (Québec) J0Z 3C0
819 787-7002
819 787-2451
Télécopieur : 819 787-2683
www.desjardins.com



François Gendron
Député d'Abitibi-Ouest
Vice-président
de l'Assemblée nationale

Hôtel du Parlement
Bureau 2.03
Québec (Québec) G1A 1A4
Téléphone : 418 644-1007

258, 2^e Rue Est
La Sarre (Québec) J9Z 2H2
Téléphone : 819 339-7707

261, 1^{er} Avenue Ouest
Amos (Québec) J9T 1V1
Téléphone : 819 444-5007

francois.gendron.abou@assnat.qc.ca • www.francoisgendron.qc.ca



Paysagiste
CERTIFIÉ



Éric Mercier, *président*

Tél. : **819 787-2944** | SF: **1 866 787-2944**

www.aménagementmercier.com



184, rue Lachance
Ste-Germaine-Boulé (Qué.)
J0Z 1M0

Télé. : 819 787-2853
Cell. : 819 339-1010
Courriel : joel.brochu@hotmail.com

JEAN-FRANÇOIS RONDEAU PHARMACIEN-PROPRIÉTAIRE

84, 5^e Avenue Est
La Sarre (Qué.) J9Z 1K9

Tél. : 819 333-5458 | Téléc. : 819 333-3534
Tél. Lab. : 819 333-1160

Pharmacie Jean-François Rondeau inc.
Affilié à



LES CHEVALIERS DE COLOMB

Conseil de 12007 – Palmarolle

Monsieur Alain Bédard
C.P. 175
Palmarolle QC J0Z 3C0

Téléphone : 819 787-2383



819.339.5656
Fax : 819.339.5657

- ▶ Dr Dany Loignon, o.d.
 - ▶ Dr Geneviève Massicotte, o.d
- Docteurs en optométrie

IRIS LA SARRÉ
49, 5^e Avenue Est
La Sarre (Québec)
J9Z 1L1

ROBERGE

45, 7^e Avenue Est
La Sarre (Québec) J9Z 1M5
T 819 333-5405 F 819 333-1264



REPARATION
AUTO - VIT
PETITS MOTEURS
819-787-2430

