

# Joyeuses Fêtes et Bonne Année 2020

**Programmation  
des loisirs hiver 2020 :  
inscription avant  
le 8 janvier  
pages 10 à 18**

*À surveiller*

**31 décembre :  
Soirée de la  
FADOQ (page 25)**

**4 janvier : Collecte de  
bouteilles par les  
Scouts (page 25)**

**28 janvier :  
Collecte de  
sang (page 27)**

## **S**ervices municipaux

Administration, Centre récréatif, Loisirs, Urbanisme et Garage municipal :  
Un seul numéro à retenir **418-882-2401**  
ou [www.saint-henri.ca](http://www.saint-henri.ca)

## **P**rochaine parution

Date de publication :  
**20 janvier 2020**  
Date de tombée :  
**7 janvier 2020**

**Zone comptable**  
partenaire de votre réussite!

**Tenue de livres**  
Assurez-vous d'une réalisation adéquate des différentes opérations comptables.

**Formation**  
Démystifiez vos outils et processus comptable.

**Accompagnement**  
Évaluez plus efficacement dans la comptabilité de votre entreprise.

**Impôts pour particuliers**

**418 | 882 | 0225**

690 Route Bégin  
Saint-Anselme, QC G0R 2N0  
info@zonecomptable.ca  
www.zonecomptable.ca

**AUTO EXCELLENCE** Un nom d'excellence

**fix**  
COLLISION

**À ST-HENRI**  
FIX AUTO ST-HENRI  
500, boul. Campagna  
St-Henri, Québec

**418.882.0333**

Tout sous le même toit  
Carrosserie - vente auto - mécanique - lavage - location court terme  
Auto-excellence.com

DEPUIS **1973**

**LES BUFFETS**

**Les Buffets chez Paule**  
Service de traiteur

Buffet pour toutes occasions

- Baptême
- Funérailles
- Party de Noël
- Mariage
- Etc...

Paule Labbé  
62, route Kennedy  
Saint-Henri, Lévis  
Québec G0R 3E0  
Tél.: 418 882-0664

**PAVAGE ST-HENRI**

Licence RBQ: 8320-8512-49

418 882-6023  
WWW.PAVAGESAINTHENRI.COM

**ESTIMATION GRATUITE**

- Pavage commercial, municipal et résidentiel
- Bordures déco, universelle ou de béton coulé
- Réparations mineures
- Lignage de stationnement
- Pavé uni • Grille d'égoûts pluviaux

François Marquis  
www.pavagesainthenri.com  
francois.marquis@globetrotter.net

Bur.: 418.882.6023  
Cell.: 418.882.8352  
Fax.: 418.882.0833

197, Trait-Carré Ouest, Saint-Henri, Qc G0R 3E0

**L'OUTILLEUR**  
CENTRE DE RÉNOVATION

**JNB**  
L'OUTILLEUR AGRICOLE  
— DEPUIS 1910 —

*Toute l'équipe de JNB et de l'Outilleur centre de rénovation Home Hardware de St-Henri, Ste-Claire, St-Lambert et St-Charles, désirent vous souhaiter à tous de Joyeuses Fêtes et une bonne année 2020 ! Que tous vos projets se réalisent !*

45, boulevard Bégin Sainte-Claire, Québec 418 883-2241	2609, avenue Royale St-Charles, Québec 418 887-3347
2739, route du Président-Kennedy Saint-Henri, Québec 418 882-2231	1325, route du Pont Saint-Lambert-de-Lauzon, Québec 418 889-9521

**HomeHardware.ca** *Beauti-Tone* LES EXPERTS EN PEINTURE **Savoir Faire.**

**ISI VITRERIE SAINTE-MARIE INC.**  
• VERRE • MIROIR • PLEXIGLAS

**10\$ DE RABAIS SUR ACHAT DE FENÊTRES THERMOS**

ACHAT MINIMUM DE 100\$ AVANT TAXES. SUR PRÉSENTATION DE CE COUPON UN COUPON PAR CLIENT

**NOUS INSTALLONS VOTRE PARE-BRISE ET VOS VITRES DE MAISON DIRECTEMENT CHEZ-VOUS !**

**RECEVEZ 125\$ D'ESSENCE AVEC CHANGEMENT DE PARE-BRISE**  
Détails en magasin

**VITRES D'AUTOS STE-MARIE**  
Réparation et installation de vitres d'autos

**POUR INFORMATION 418.387.3977 • SANS FRAIS 1 866 387.3977**

695, BOUL. VACHON NORD, SAINTE-MARIE (FACE AU P.F.K.)  
WWW.VITRERIESTEMARIE.COM

**Voici un résumé des décisions du conseil municipal prises lors de la séance extraordinaire tenue le 25 novembre 2019 et de la séance régulière du 2 décembre 2019. La version complète des procès-verbaux est disponible sur [www.saint-henri.ca](http://www.saint-henri.ca).**

**Lors de la séance extraordinaire tenue le 25 novembre 2019 le conseil municipal a :**

- engagé à titre de mécaniciens à temps plein Martin Brassard et Stevy Gobeil selon certaines conditions.

**Lors de la séance ordinaire tenue le 2 décembre 2019, le conseil municipal a :**

- approuvé des dépenses de 665 745,01\$ et des salaires nets de 83 185,16\$.
- versé une contribution financière de 300\$ équivalant au coût de location de la salle à l'Organisme des bassins versants de la Côte-du-Sud (OBVCdS).
- appuyé la résolution de la MRC du Haut-Saint-François et des cinq municipalités longeant la Route 257 (La Patrie, Hampden, Scotstown, Lingwick et Weedon) pour la constitution d'un nouveau fonds bien garni financièrement pour financer la réfection et le maintien de routes en milieux ruraux et en piètre état.
- versé un montant de 625\$ en guise de contribution à la Cueillette de la Solidarité des Frigos Pleins de Bellechasse.
- versé une contribution financière, à Entraide Solidarité Bellechasse, au montant de 575,00\$ soit l'équivalent de location de ces salles.
- accepté l'offre de FINANCIÈRE BANQUE NATIONALE INC. pour son emprunt par billets en date du 9 décembre 2019 au montant de 780 700 \$ effectué en vertu des règlements d'emprunts numéros 402-04, 471-09, 564-14, 597-16 et 624-18.
- adopté la mise à jour du document-cadre et le plan d'action 2020-2024 de la politique familiale et Municipalité amie des aînés.

- créé le comité de suivi du plan d'action 2020-2024 de la Politique Familiales et Aînés composé des membres suivants : Mme Jacynthe Boutin, Mme Jeannine Courcy, Mme Sophie Brochu, M. Jean-Marc Brousseau, Richard Turgeon, élu responsable et M. Germain Caron, maire.
- appuyé la MRC de Bellechasse dans sa demande d'aide financière au volet 2 du programme de soutien à la démarche MADA.
- approuvé les dépenses au montant de 637 070\$ relatives aux travaux d'amélioration réalisés et frais inhérents admissibles au Programme d'aide à la voirie locale - Volet Projets particuliers d'amélioration - Enveloppe pour des projets d'envergure ou supramunicipaux.
- adopté le calendrier des séances ordinaires suivant pour l'année 2020 (voir avis public en page 6).
- renouvelé les mandats des membres des différents comités consultatifs.
- nommé M. Michel L'Heureux à titre de maire suppléant.
- octroyé le contrat pour les travaux de réfection d'un émissaire pluvial incluant la protection de berges de la rivière Etchemin au plus bas soumissionnaire conforme, soit Maxi Paysage Inc., au prix de 250 659,96\$ taxes incluses.
- adopté le projet de règlement no P19-5-2 intitulé «Règlement ayant pour but de préciser les normes d'aménagement des stationnements pour l'usage d'habitation unifamiliale».
- adopté le projet de règlement no P19-6-1 ayant pour but de créer la zone Écologique de conservation 140-E, et ce, à partir du lot 2 357 512 (voir

**LG**  
inc.

R.B.Q.: 5603 4861 01

**Construction & Rénovation**  
Entrepreneur général

François Leblanc:  
**418 571-2024**

Karl Godbout:  
**418 571-9444**

[www.lg-construction.com](http://www.lg-construction.com)



**Royal**  
St-Henri  
20, rue de la Gare  
St-Henri-de-Lévis QC  
GOR 3E0  
Tél.: **418 882-1314**  
Courriel: [leroyal1@globetrotter.net](mailto:leroyal1@globetrotter.net)

avis public en page 7) et a donné un avis de motion de l'adoption lors d'une prochaine séance de ce conseil d'un règlement ayant pour but de créer une zone d'utilité publique à même la zone 103-A.

- accepté de participer au projet « Cœurs Villageois » et de prévoir un montant maximum de 4 000\$ pour faire partie du projet.
- autorisé deux traverses de motoneiges (une sur le chemin Jean-Guérin Ouest et une autre sur le chemin Jean-Guérin Est).
- autorisé le paiement des directives de changement ME-06 (facture no 5824) au montant de 3 802,35\$ incluant les taxes et ME-05 (facture no 5823) au montant de 478,85\$ incluant les taxes à Groupe Corriveau EPC Inc.
- autorisé le maire et le directeur général à signer l'opération cadastrale ainsi que le contrat d'achat de l'élargissement d'une partie du chemin du Bord-de-l'Eau à la suite des travaux d'élargissement.
- adopté le rapport de consultation publique concernant l'agrandissement d'un bâtiment d'élevage porcin sur le lot 2 489 742.
- autorisé Messieurs Gervais Gosselin, Michel L'Heureux et Richard Turgeon à assister au colloque de la MRC de Bellechasse.
- octroyé le contrat d'inspection des bâtiments municipaux à Architectes Roberge et Leduc pour un montant de 30 408,58\$ plus taxes.
- octroyé le contrat d'inspection des ponceaux à WSP Canada Inc. pour un montant de 9 494,00\$ plus taxes.
- donné un avis de motion de l'adoption lors d'une prochaine séance de ce conseil d'un règlement ayant pour but de préciser les normes d'aménagement des stationnements pour l'usage d'habitation unifamiliale.

Lundi 13 janvier 2020, 20h (séance ordinaire)

En cette période de réjouissances,  
toute l'équipe vous souhaite de

*Joyeuses fêtes  
et Bonne Année!*



## Centre de vrac

Venez chercher vous-même!  
**Nouveaux produits!**  
**Plus de choix et  
de variétés en inventaire**

Terreaux d'aménagement, Compost, Paillis de cèdre naturel, rouge ou noir,  
Galet de rivière, Pierre décorative, Poussière de Pierre, 0-3/4, 3/4 Net, 1/2 Net, Sable, Etc.

## Livraison

Service rapide et personnalisé  
Petite et grande quantité  
PARTOUT Rive-Sud et Rive-Nord



Transport  
**MULTIVRAC**  
1998 INC.  
**CENTRE DE VRAC**

640, route du Président-Kennedy,  
Lévis, secteur Pintendre

**418-741-1000**

## SERVICES MUNICIPAUX OUVERTS OU FERMÉS?

Bureau municipal : fermé du 23 décembre au 4 janvier  
inclusivement (réouverture le 6 janvier)

Bibliothèque La Reliure : fermée du 22 décembre au 5  
janvier inclusivement (réouverture le 6 janvier)

Aréna de Saint-Henri : fermé 22 décembre de 8h à  
midi, 24-25-26 décembre, 30 décembre 8h à midi et 31  
décembre, 1er et 2 janvier



## DÉPOSER DE LA NEIGE DANS LA RUE : C'EST INTERDIT!

Nous vous rappelons que le Code de la sécurité  
routière stipule qu'il est interdit de déposer de la  
neige sur la chaussée d'une voie publique (rue,  
chemin, route) et les accotements.

Cette interdiction vise à assurer la sécurité des  
usagers de la route!

## STATIONNEMENT DANS LES RUES ET CHEMINS

Afin de faciliter les opérations de déneigement, nous sol-  
licitons la collaboration des citoyens. Ainsi, il est interdit  
de stationner un véhicule dans les rues et chemins entre  
le 1er novembre et le 15 avril de chaque année, de 23  
h à 7 h (à l'exception de la période comprise entre le  
23 décembre et le 3 janvier inclusivement durant laquelle  
le stationnement entre 23 h et 7 h est toléré en autant  
qu'aucuns travaux de déneigement ne soient effectués).  
Aidez-nous à déneiger rapidement et efficacement les  
routes de notre municipalité!

## COLLECTES DES BACS BLEUS ET BACS VERTS

### HORAIRE MODIFIÉ POUR LA PÉRIODE DES FÊTES

#### Bacs bleus (récupération)

Collecte du mercredi 25 décembre déplacée au  
vendredi 27 décembre

Collecte suivante : mercredi 8 janvier

#### Bacs verts (ordures ménagères)

Collecte du mercredi 1er janvier déplacée au vendredi  
3 janvier

Collecte suivante : mercredi 15 janvier

La collecte des bacs débute à 4h le matin. Prenez soin  
de sortir votre bac la veille au soir pour vous assurer  
qu'il soit vidé!

#### Calendrier des collectes pour 2020

Le calendrier de la MRC de Bellechasse sera distri-  
bué dans le Public-Sac durant la période des fêtes.  
Conservez-le : vous pourrez facilement identifier les  
semaines de collectes des ordures et des matières  
recyclables! Notez que le calendrier est également  
disponible sur notre site à l'adresse <http://www.saint-henri.ca/collectes-et-horaires/>.



## ME KARINE LEMAY, NOTAIRE

Gosselin Lagueux Roy  
NOTAIRES

◀ CONSEILS AVISÉS. ESPRIT TRANQUILLE.

67, côte du Passage, case postale 1247  
Lévis, Québec, G6V 6R8

Tél.: 418 833-0311 poste 235 Ligne directe : 418 833-0617  
karine.lemay@notarius.net

186, rue Commerciale, Saint-Henri, Québec, G0R 3E0

## AVIS PUBLIC

EST PAR LES PRÉSENTES DONNÉ par le soussigné, JÉRÔME FORTIER, secrétaire-trésorier de la Municipalité de Saint-Henri,

que le conseil municipal de Saint-Henri a adopté, lors de la séance régulière du 2 décembre 2019, le calendrier des séances ordinaires pour l'année 2020 qui s'établit comme suit :

MOIS	SÉANCE
JANVIER	LUNDI 13 JANVIER
FÉVRIER	LUNDI 3 FÉVRIER
MARS	LUNDI 2 MARS
AVRIL	LUNDI 6 AVRIL
MAI	LUNDI 4 MAI
JUIN	LUNDI 1ER JUIN
JUILLET	LUNDI 6 JUILLET
AOÛT	LUNDI 3 AOÛT
SEPTEMBRE	MARDI 8 SEPTEMBRE
OCTOBRE	LUNDI 5 OCTOBRE
NOVEMBRE	LUNDI 2 NOVEMBRE
DÉCEMBRE	LUNDI 7 DÉCEMBRE

Ces séances se tiendront à la salle du conseil municipal (située au 219 rue Commerciale, à Saint-Henri), à compter de 20 h.

DONNÉ À SAINT-HENRI LE 6 DÉCEMBRE 2019.

Jérôme Fortier, secrétaire-trésorier



**RÉSIDENTIEL  
AGRICOLE  
COMMERCIAL**



- *Système d'alarme • Système d'intercom*
- *Système de surveillance par caméra accessible par internet*
- *Centrale d'alarme 24 H*
- *Système de contrôle d'accès*
- *Feu • Vol • Urgence*
- *Porcherie • Poulailier*

**418.882.2469**

Dominic Vallières

**33, de la Concorde, C.P. 539**

**St-Henri, QC G0R 3E0**

**www.alarmevec.com**

 **Desjardins**  
Caisse de Bellechasse

*Un allié présent dans Bellechasse*

 **418 885-4421**  
ou sans frais 1 877 885-4423

 Caisse Desjardins  
de Bellechasse

 [desjardins.com/caisse-bellechasse](http://desjardins.com/caisse-bellechasse)



CONSTRUCTION RÉNOVATION  
**VINCENT ASSELIN**  
ENTREPRENEUR GÉNÉRAL

**ESTIMATION GRATUITE**

Cell.: **418 956-9969**

[const-renvasselin@hotmail.ca](mailto:const-renvasselin@hotmail.ca)

[www.crvasselin.ca](http://www.crvasselin.ca)



**Construction neuve  
Rénovation générale  
Agrandissement  
Portes et fenêtres  
Toiture  
Revêtement extérieur  
Dalle structurale  
Conception de plan  
RBQ : 5671-3241-01**

**166, rue Érables, Saint-Henri de Lévis, QC G0R 3E0**

## AVIS PUBLIC

### ASSEMBLÉE DE CONSULTATION DU PROJET DE RÈGLEMENT NO P 19-6-1

EST PAR LES PRÉSENTES DONNÉ par le soussigné, Aux personnes intéressées par le projet de règlement no P19-6-1 intitulé «**Règlement ayant pour but de créer la zone 140-E à partir de la zone 103-A**».

AVIS est donné par le soussigné ;

que le conseil municipal de Saint-Henri a adopté, lors de sa séance du 2 décembre 2019, le projet de règlement no P19-6-1 «**Règlement ayant pour but de créer la zone 140-E à partir de la zone 103-A**».

que le conseil municipal tiendra une assemblée publique de consultation le 13 janvier 2020, à compter de 20h00, à la salle du conseil située au 219, rue Commerciale, à Saint-Henri, en conformité aux dispositions de la Loi sur l'aménagement et l'urbanisme (L.R.Q., c A 19,1) ;

que l'objet de ce règlement est de créer une zone de conservation à partir d'un lot situé dans un secteur de forte pente qui est affecté par une amorce de glissement de terrain;

qu'au cours de cette assemblée publique, le maire expliquera le projet de règlement ainsi que les conséquences de son adoption et entendra les personnes qui désirent s'exprimer à ce sujet ;

que ce projet de règlement est disponible pour consultation à la mairie de Saint-Henri aux heures d'ouverture des bureaux.

Donné à Saint-Henri ce 6 décembre 2019.

**Pierre Simard, secrétaire-trésorier adjoint**



boulangerie artisanale  
*L'amî d'antan*

*La mie d'autrefois  
encore parmi nous!*

**Notre mission est de vous offrir une variété de  
produits de qualité, frais du jour à un prix compétitif.**

**Fait maison :**  
**Tartes, pâtés, bûches,  
gâteaux aux fruits, etc...**

**Placez votre commande le  
plus tôt possible**

**PENSEZ À VOS COMMANDES  
POUR LES FÊTES**



**NOUS SERONS OUVERTS LES MARDIS 24 DÉCEMBRE  
ET 31 DÉCEMBRE DE 6H À 15H.**

**71-3, Route Campagna  
Saint-Henri-De-Levis QC G0R 3E0  
(418) 882-0461**

## ATTENTION AU MONOXYDE DE CARBONE

Chaque année, au Québec, plusieurs cas d'intoxications au monoxyde de carbone s'avèrent mortels. Les sources possibles d'émanation de CO sont nombreuses dans votre domicile : poêle au bois ou au propane, cuisinière au gaz, foyer à l'éthanol, système de chauffage au mazout, moteur à combustion laissé en marche dans le garage attenant à votre résidence... Le monoxyde de carbone est invisible et inodore. Seul un avertisseur de monoxyde de carbone peut vous alerter de sa présence. Vous pouvez vous procurer un avertisseur de monoxyde de carbone dans les quincailleries et les grandes surfaces.

Important : Un avertisseur de fumée ne détecte pas le monoxyde de carbone.

Plus d'informations et de conseils au [www.msss.gouv.qc.ca](http://www.msss.gouv.qc.ca)



**L'avertisseur  
de monoxyde de carbone,  
un allié efficace contre  
les intoxications!**

Québec 

## IGA vive la bouffe! Martin Deraiche, propriétaire



*IGA Deraiche Saint-Henri souhaite à toute sa clientèle  
les meilleurs voeux de Noël et que l'année 2020 vous apporte  
la santé, le bonheur et la prospérité.*

## TEMPÊTE HIVERNALE ET GRANDS FROIDS

### FERMETURE DES CHEMINS PUBLICS LORS DE TEMPÊTES DE NEIGE : NOUS AVONS BESOIN DE LA BONNE COLLABORATION DE TOUS !

En période hivernale, lorsque les conditions de la route deviennent problématiques et même dangereuses en raison des accumulations de neige, des vents violents et de la visibilité réduite, les chemins publics peuvent être fermés à la circulation.

Une fermeture de route est décrétée lorsqu'un niveau de service sécuritaire ne peut être maintenu. Cette décision peut être prise à titre préventif si tout porte à croire que les conditions s'aggraveront. Le but recherché est de faire en sorte que les automobiles ne s'enlisent pas, mettant ainsi la sécurité des personnes en péril et nuisant aux opérations de déneigement. Cette décision de fermer les chemins est toujours prise afin d'assurer la sécurité des usagers de la route et la meilleure efficacité des services d'urgence (ambulance/police/pompier). Ainsi, plus la route est fermée tôt, moins il y aura de véhicules enlisés, ce qui facilitera le déneigement pour la circulation des véhicules d'urgence et accélèrera le déneigement après la tempête.

Lors de la fermeture des chemins publics, les routes peuvent être barrées par un véhicule ou par des barricades. Lorsque la fermeture de chemin perdure, la Municipalité ouvre un centre d'hébergement où il est possible de dormir et de se ravitailler.

Ainsi, lors de tempête de neige, nous vous demandons d'éviter de vous déplacer inutilement sur le réseau routier, et ce, afin d'éviter de vous mettre dans une situation hasardeuse.

Il est important de noter que dans une situation de tempête de neige avec fermeture de routes, nous sommes conscients des désagréments qui peuvent être causés aux résidents et aux personnes sinistrées. Toutefois, il est quand même important de respecter les différents intervenants travaillant avec acharnement à votre bien-être et à votre sécurité.

Préparez-vous à l'annonce d'une tempête hivernale ou de grands froids


#### Si une tempête hivernale ou de grands froids sont annoncés,

- assurez-vous d'avoir suffisamment d'eau, de nourriture et de combustible ;
- ayez à votre disposition une quantité suffisante de médicaments d'ordonnance ;
- tenez compte des alertes des services météorologiques dans la planification de vos activités ;
- déneigez ou faites déneiger votre toiture au besoin.

#### Surveillez les engelures et les symptômes d'hypothermie

L'exposition à des froids extrêmes peut entraîner des conséquences sur la santé, telles que les engelures et l'hypothermie. Pour prévenir les effets du froid sur la santé, diverses précautions peuvent être prises :

- Habillez-vous chaudement, en fonction de la température extérieure.
- Ne restez pas longtemps à l'extérieur sans être bien protégé contre le froid.
- Restez actif lorsque vous êtes à l'extérieur.
- Prenez des répités dans des endroits chauds et à l'abri du vent.



**LUC  
OUELLET**  
ÉLECTRIQUE inc.

COMMERCIAL - RÉSIDENTIEL - INDUSTRIEL  
R.B.Q.: 5692-3709

ÉCLAIRAGE PUBLIC  
PLANTAGE DE POTEAUX  
CONSTRUCTION DE  
LIGNE HAUTE-TENSION

Cell : **581 309-7001**  
Bur. : **418 700-1001**  
info@lucouelletelectrique.com  
46, Route du Président-Kennedy  
Saint-Henri QC GOR 3E0



· Télévision · Chaîne stéréo · Vidéo · Four micro-onde  
· Radio d'auto · Installation d'antennes  
· Antennes paraboliques  
· Dépositaire JVC  
Samsung  
Shaw direct



**marceau**  
RADIO - TV ENR.

Vente  
et  
service

754, route Bégin  
Saint-Anselme (Québec)  
GOR 2N0  
jlmntv@globetrotter.net  
Tél./Fax: 418 885-9858

Jean-Louis Marceau  
propriétaire



VOUS TROUVEREZ DANS LES PAGES SUIVANTES LES DÉTAILS DES ACTIVITÉS DE LA SESSION HIVER 2020.

SUIVEZ-NOUS SUR FACEBOOK! RECHERCHEZ MUNICIPALITÉ DE SAINT-HENRI ET CLIQUEZ J'AI ME POUR SUIVRE LES PUBLICATIONS DE LA MUNICIPALITÉ.

## Table des matières

<b>Enfants</b> .....	<b>11</b>
Balle rapide .....	11
Ballet préparatoire.....	11
Batterie .....	11
Ça me dit de cuisiner.....	11
Danse créative .....	11
Danse enfantine avec parent.....	12
Danse enfantine .....	12
Danse Hip-hop débutant.....	12
Dessin/Peinture.....	12
Enseignement préscolaire (prématernelle).....	13
Hula-Hoop.....	13
Karaté Kenpo .....	13
Katag.....	14
Piano .....	14
Soccer intérieur.....	14
<b>Adultes</b> .....	<b>15</b>
Abdos et fesses de fer.....	15
Anglais (cours) pour tous niveaux et tous âges .....	15
Atelier d'arts créatifs .....	15
Badminton (ligue de).....	15
Batterie .....	15
Brûleur 30.....	16
Danse de ligne Country Pop pour débutants .....	16
Femmes en santé.....	16
Intervalles / Intensity.....	16
Mise en forme pour 50 ans et plus.....	16
Peinture cours privés pour adultes.....	16
Piano.....	17
Stretching et tonus pour 50 ans et plus .....	17
TRX.....	18
Yoga.....	18
Zumba .....	18
<b>Activités libres (sans inscription)</b> .....	<b>18</b>
Patinage intérieur .....	18
Badminton libre.....	18

## Pour s'inscrire

Les modalités d'inscription sont spécifiées pour chaque activité. Pour certaines activités, l'inscription se fait directement auprès du professeur.

## Inscription directement à la Municipalité Avant le 8 janvier

Trois façons simples pour vous inscrire :

Trois façons simples pour vous inscrire :

1. Par Internet <https://www.saint-henri.ca/>. Paiement par carte de crédit Visa ou MasterCard lors de l'inscription en un seul versement
2. Par téléphone au 418-882-2401 poste 501 de 8h00 à 12h00 et 13h00 à 16h00

Paiement par carte de crédit Visa ou MasterCard lors de l'inscription en un seul versement

3. A l'administration du Centre récréatif (120 rue Belleau) 8h00 à 12h00 et 13h00 à 16h00

Paiement en chèque, en argent ou carte de crédit (Visa ou MasterCard) sur les heures d'ouverture

## Politique de remboursement

Il n'y a aucun remboursement, sauf lors des situations suivantes :

- annulation de l'activité par la Municipalité;
- cas de force majeure (blessure, maladie) sur présentation d'un billet médical. Notez que le montant représentant les cours déjà suivis ne sera pas remboursé.



## Enfants

### BALLE RAPIDE

Cours de perfectionnement intensif de balle rapide. Technique défensive et offensive (bâton/course)

Clientèle : Tous ceux qui ont joué au moins 1 an à la balle niveau atome minimum  
Endroit : Centre récréatif de Saint-Henri (120 rue Belleau)  
Jour : Lundi  
Horaire : 17h à 18h  
Dates : Lundi 6 janvier au 24 février  
Durée : 8 semaines  
Coût : 70\$ / session (profit au club de balle de St-Henri)  
Participants : Minimum 4 et maximum 8  
Entraîneur : Yannick Leclerc (yannicleclerc@hotmail.com)  
Inscription : yannicleclerc@hotmail.com

### BALLET PRÉPARATOIRE



Le ballet classique est la base de toutes les formes de danse. Cette technique développe le contrôle musculaire, la souplesse, l'équilibre et la grâce. La rigueur de ce style développe chez l'élève une bonne discipline personnelle. Les exercices exécutés favorisent un bon maintien et le développement harmonieux du corps.

Clientèle : 5 à 8 ans (âge minimum requis au 30 septembre 2019)  
Endroit : Centre récréatif de St-Henri (Salle des Bâtisseurs)

#### BALLET PRÉPARATOIRE 1

Préalable : Aucun  
Clientèle : 5 à 6 ans (âge minimum requis au 30 septembre 2019)  
Jour/heure : Samedi 12h00 à 13h00  
Coût : 125,50\$ Ajouter 12\$ en frais d'inscription  
Hiver : 11 janvier au 2 mai 2019  
Pas de cours le 25 janvier et 11 avril (congé de Pâques)  
Infos Spectacle de mai : à venir  
Participants : Minimum 8 Maximum 15  
Animation : École Éledanse [www.eledanse.com](http://www.eledanse.com)  
Inscription : En ligne, eledanse.com, à partir du 4 décembre

### BATTERIE

Le cours est personnalisé et adapté selon vos besoins. Aucuns frais d'inscription. Description des cours : théorie musicale, technique et rudiments, exercices de lecture de partitions de batterie avec ou sans musique, exercices de coordination, transcription de partitions de batterie.

Clientèle : Pour tous (tous les niveaux)  
Endroit : Maison de la culture (217 rue Commerciale)  
Jour/heure : Horaire à déterminer avec le professeur  
Coût : 14\$/30 minutes ou 19\$/45 minutes ou 24\$/60 minutes  
Animation : Michel Ouellet, professeur diplômé  
Inscription : Auprès de Michel Ouellet au 418-387-8409 ou 418-209-1175 (cellulaire)

### ÇA ME DIT DE CUISINER

Ça me dit de cuisiner veut rendre la cuisine accessible à tous dans un environnement convivial. Anne Baillargeon, passionnée de cuisine diplômée de l'ITHQ (Institut du tourisme et de l'hôtellerie du Québec), partage ses découvertes et ses coups de cœur en les enseignant. Votre enfant a envie de mettre la main à la pâte? La cuisine le stimule? C'est un bon départ. Votre cuisinier apprendra à cuisiner de façon autonome et sécuritaire, le tout dans le plus grand plaisir et l'entraide. Après chaque cours, les enfants rapportent leur création à la maison pour partager leur plat. Différentes activités sont planifiées, mais d'autres suivront pendant l'année. Nous vous invitons à suivre la page Facebook : Ca me dit de cuisiner.

Clientèle : 8 ans et plus  
Endroit : Polyvalente de Saint-Anselme (local économie familiale)  
Jour : Samedi  
Durée : 1h00 à 1h30 variable selon le thème  
Horaire :

Samedi 25 janvier Barre tendre maison  
Samedi 1 février Cup Cake  
Samedi 8 février Raviolis Maison (pâte fraîche)  
Samedi 15 février Gâteau marbré  
Samedi 22 février Pommes de terre dauphinoise  
Samedi 29 février Poisson en papillote  
Samedi 14 mars Tarte au citron  
Samedi 21 mars Muffin  
Samedi 4 avril Salades

Coût : 30\$ par atelier  
Participants : Minimum 4 et maximum 12  
Animation : Anne Baillargeon  
Inscription : [annebaillargeon@outlook.fr](mailto:annebaillargeon@outlook.fr)

### DANSE CRÉATIVE



La danse créative sensibilise les petits aux différentes composantes que constitue la danse par le jeu. Par des stimulants tels que les sons, les rythmes, les objets, les mouvements, la notion de l'espace, la danse créative amène les enfants à développer leur expression corporelle et leur créativité.

Clientèle : 4 à 5 ans (âge minimum requis au 30 septembre)  
Préalable : Aucun  
Jour/heure : Samedi 9h45 à 10h45  
Endroit : Centre récréatif – salle des Bâtisseurs (120 rue Belleau)  
Coût : 125,50\$ Ajouter 12\$ en frais d'inscription  
Hiver : 11 janvier au 2 mai 2019  
Pas de cours le 25 janvier et 11 avril (congé de Pâques)  
Infos Spectacle de mai : à venir  
Participants : Minimum 8 Maximum 15  
Animation : École Éledanse [www.eledanse.com](http://www.eledanse.com)  
Inscription : En ligne, eledanse.com, à partir du 4 décembre



## DANSE ENFANTINE AVEC PARENT



La danse enfantine avec parent s'adresse aux petits de 2 ans. Par des stimulants tels que les sons, les rythmes, les objets, les mouvements, la notion de l'espace, etc., elle amène les enfants à développer leur expression corporelle et leur créativité. Le parent accompagne son enfant dans les activités du cours.

Clientèle : 2 ans (âge requis au 30 septembre 2019)  
 Préalable : Aucun  
 Jour/heure : Samedi 8h55 à 9h40  
 Endroit : Centre récréatif de Saint-Henri - Salle des Bâtisseurs (120 rue Belleau)  
 Coût : 94\$ Ajouter 12\$ en frais d'inscription  
 Hiver : 11 janvier au 25 avril 2020  
 Pas de cours le 25 janvier et 11 avril (congé de Pâques)  
 Participants : Minimum 8 Maximum 12  
 Animation : École Éledanse [www.eledanse.com](http://www.eledanse.com)  
 Inscription : En ligne, eledanse.com, à partir du 4 décembre

## DANSE ENFANTINE



La danse enfantine s'adresse aux petits de 3-4 ans. Par des stimulants tels que les sons, les rythmes, les objets, les mouvements, la notion de l'espace, etc., elle amène les enfants à développer leur expression corporelle et leur créativité.

Clientèle : 3-4 ans (âge requis au 30 septembre 2019)  
 Préalable : Aucun  
 Jour/heure : Samedi 10h50 à 11h35 – Centre récréatif de Saint-Henri - Salle des Bâtisseurs (120 rue Belleau)

Clientèle : 3-5 ans (âge requis au 30 septembre 2019)  
 Préalable : Aucun  
 Jour/heure : Samedi 13h05 à 13h50 – Centre récréatif de Saint-Henri - Salle des Bâtisseurs (120 rue Belleau)

Coût : 101\$ pour une session, Ajouter 12\$ en frais d'inscription  
 Hiver : 11 janvier au 2 mai 2020  
 Pas de cours le 25 janvier et 11 avril (congé de Pâques)  
 Infos Spectacle de mai : à venir  
 Participants : Minimum 8 Maximum 15  
 Animation : École Éledanse [www.eledanse.com](http://www.eledanse.com)  
 Inscription : En ligne, eledanse.com, à partir du 4 décembre

## NOUVEAU COURS DANSE HIP-HOP DÉBUTANT

Les élèves ont pour objectif de faire des exercices techniques et d'apprendre une chorégraphie sur la musique de leurs artistes préférés avec des styles et des mouvements qui s'apparentent à ce que l'on voit dans les vidéoclips. Au cours de la session, l'exécution des mouvements devient de plus en plus complexe et la cadence augmente graduellement, ce qui permet aux étudiants de se perfectionner et de développer leur style d'expression corporelle.

Clientèle : 7-9 (âge requis au 30 septembre 2019)  
 Préalable : Aucun  
 Jour/heure : Samedi 13h55 à 14h55 – Centre récréatif de Saint-Henri - Salle des Bâtisseurs (120 rue Belleau)  
 Coût : 125,50\$ Ajouter 12\$ en frais d'inscription  
 Hiver : 11 janvier au 2 mai 2020  
 Pas de cours le 25 janvier et 11 avril (congé de Pâques)  
 Infos Spectacle de mai : à venir  
 Participants : Minimum 8 Maximum 15  
 Animation : École Éledanse [www.eledanse.com](http://www.eledanse.com)  
 Inscription : En ligne, eledanse.com, à partir du 4 décembre

## DESSIN/PEINTURE

Cours de groupe ou privés. Dessin uniquement si c'est votre souhait, ou un mélange de dessin et peinture (**préciser votre choix au moment de l'inscription, les groupes dessins et dessins et peinture seront séparés**). Ateliers dirigés ou différents thèmes seront abordés comme les animaux, les fleurs, les personnages, Noël (toujours en fonction de l'âge, des aptitudes et des choix de jeunes participants). Pour la peinture, maximum trois tableaux seront réalisés. L'enfant, tout en s'amusant, apprendra comment mélanger les couleurs et les notions de base sur la composition d'un tableau.

**APRÈS L'ÉCOLE** : Les cours de groupe après l'école sont de retour (très appréciés en septembre 2019). Le professeur va chercher votre enfant au service de garde (Gagnon ou Belleau), à 15h05, et le raccompagne après le cours à 16h30 au besoin. Les **mardis et mercredis, dessins seulement ou dessins et peinture** (selon la demande).

### COURS DE GROUPE :

Clientèle : Dessin, enfants de 6 ans et plus  
 Peinture à partir de 8 ans  
 Endroit : Salle d'animation de la Maison de la culture (217 rue Commerciale)  
 Horaire : Samedi 9h00 à 10h15 (possibilité de 2 groupes, dessin seulement, le 2e groupe, peinture, serait à 10h30)  
 Mardi 15h05 à 16h30  
 Mercredi 15h05 à 16h30  
 Dates : Les samedis 11 janvier 2020 au 29 février 2020  
 Les mardis 7 janvier 2020 au 25 février 2020  
 Les mercredis 8 janvier 2020 au 26 février 2020  
 Durée : 8 semaines  
 Coût : 130\$  
 Matériel :  
 Peinture : 10\$ payable au professeur au début du cours pour l'achat de toiles.  
 Peintures acryliques et pinceaux fournis par le professeur pour tous (si vous avez du matériel, bien vouloir l'apporter s.v.p.)  
 Pour tous : Non fourni (tablette à dessins (9 po x 12 po), crayons, crayon Sharpie, règle et efface)  
 Participants : Minimum 5 maximum 7  
 Informations : Ginette Bouffard 418-882-2312 ou [giefbv@globetrotter.net](mailto:giefbv@globetrotter.net)  
**IMPORTANT INSCRIPTION:** Avant de vous inscrire auprès de la municipalité, vous devez communiquer avec le professeur pour une meilleure répartition des groupes (dessins, peinture, âges, anciens élèves ou nouveaux).

### DESSIN COURS PRIVÉS OU SEMI-PRIVÉS POUR ENFANTS :

Dessinez avec le professeur pendant 1 heure et apprenez les principes de base du dessin : ombres et lumières, lignes et formes, perspectives et proportions.

Endroit : Atelier du professeur  
(120 rue De Vinci Saint-Henri)  
Horaire : Jour ou soir, sur semaine, à déterminer à la convenance du professeur et des participants  
Participant : Cours privés 7 ans et plus  
Durée : 1 heure, semi-privés 1h15  
Coût : 26\$ de l'heure ou 5 cours pour 125\$  
Semi-privés : 20\$/participant, 2 participants maximum  
Matériel : Non fourni (tablette à dessin 9 po x 12 po, crayons, crayon Sharpie et efface)  
Animation et inscription : Auprès du professeur  
Ginette Bouffard 418-882-2312 ou [gleftbv@globetrotter.net](mailto:gleftbv@globetrotter.net)

Si votre enfant est inscrit au service de garde scolaire, vous devez remplir une autorisation de sortie – activité parascolaire (disponible par le lien suivant <https://www.saint-henri.ca/programmation-des-loisirs/>)

## ENSEIGNEMENT PRÉSCOLAIRE (PRÉMATERNELLE)



### ***SON ENTRÉE À L'ÉCOLE NE SE PRODUIRA QU'UNE SEULE FOIS. MIEUX VAUT EN ASSURER LA RÉUSSITE!***

Clientèle : Enfants qui commenceront la maternelle en septembre 2020  
Endroit : Maison de la culture de Saint-Henri (217 rue Commerciale)  
Horaire : 1 ou 2 fois par semaine  
Jour/heure : Lundi 8h00 à 11h00 - Vendredi 8h00 à 11h00  
Coût : 1 fois par semaine : 240\$ / 2 fois par semaine : 480\$  
Durée : 12 semaines

#### **Session Hiver**

Groupe du lundi = 6 janvier au 23 mars  
Groupe du vendredi = 10 janvier au 27 mars

#### **Session Printemps**

Groupe du lundi = 30 mars au 22 juin (congé le 13 avril)  
Groupe du vendredi = 3 avril au 19 juin

#### **Inscription :**

En ligne

1. Se rendre sur le site de [www.lahautevoltige.ca](http://www.lahautevoltige.ca).
2. Cliquer dans le menu de haut de page «Nos programmes».
3. Aller au bas de la page pour trouver le programme à l'année.

4. Cliquer sur le bouton rouge «Allons-y» dans la section jaune intitulée «Inscrivez votre enfant dès maintenant».
5. Remplir le formulaire en ligne.
6. Vous recevrez quelques jours plus tard les informations de l'enseignante par courriel.

#### **Par téléphone**

1. 1-866-558-3656
2. Demander de faire l'inscription au programme préscolaire à la municipalité de Saint-Henri.
3. Vous recevrez quelques jours plus tard les informations de l'enseignante par courriel.

## NOUVEAU COURS HULA-HOOP

Le hula-hoop se rapproche beaucoup de la danse au moment d'enchaîner des mouvements, mais aussi du cirque. Les bienfaits de cette activité à la fois physique et artistique sont nombreux, mais avant tout elle permet de bouger, d'avoir du plaisir, elle développe les capacités du système cardio-respiratoire, le sens du rythme, la créativité, l'estime de soi, travaille la coordination, la proprioception, la souplesse, l'équilibre... Les enfants vont adorer.

Clientèle : Enfants de 1ère à 6e année  
Endroit : Centre récréatif de Saint-Henri (120 rue Belleau)  
Jour : Mercredi  
Horaire : Pendant l'heure du dîner  
Dates : Mercredi 8 janvier au 26 février  
Durée : 8 semaines  
Coût : 75\$/session  
Formulaire : Il est important de remplir le formulaire d'autorisation de sortie si votre enfant est inscrit au service de garde scolaire (disponible par le lien suivant <https://www.saint-henri.ca/programmation-des-loisirs/>)  
Participants : Minimum 7 et maximum 15  
Animation : Céline Benjamin 418-261-1443 [celinabenjamin@hotmail.com](mailto:celinabenjamin@hotmail.com)  
Inscription : Directement à la Municipalité (voir modalités en page 10)

## KARATÉ KENPO

Clientèle : Enfants de la Maternelle à 6e année  
Endroit : Centre récréatif de Saint-Henri (120 rue Belleau)  
Jour : Jeudi  
Horaire : Maternelle 14h10 à 15h00  
1ère à 6e année : 15h15 à 16h00  
Dates : 9 janvier au 30 avril 2020 (congé 5 mars et 9 avril)  
Durée : 15 semaines  
Coût : 190\$/session  
Formulaire : Il est important de remplir le formulaire d'autorisation de sortie si votre enfant est inscrit au service de garde scolaire (disponible par le lien suivant <https://www.saint-henri.ca/programmation-des-loisirs/>)  
Participants : Minimum 5 et maximum 40  
Message : Prévoir des frais pour les passages de grade de 40\$  
Animation : Dojos d'Arts Martiaux, Martin Paquet 418-554-0198  
Inscription : Directement à la Municipalité (voir modalités en page 10)



## KATAG

Le jeu d'épées-mousse offre une session d'activités parascolaires de 8 rencontres. Le Katag est un mélange sécuritaire entre un sport d'équipe, un grand jeu et la tag où deux équipes s'affrontent à l'aide d'épées-mousse. L'objectif est de mettre hors-jeu les joueurs de l'autre équipe en les touchant avec son épée-mousse. Chaque semaine, des variantes (matériel et personnages) permettent de faire évoluer la dynamique du jeu. Il est facile et rapide, pour les filles et garçons sans expérience, d'apprendre à jouer au Katag qui se pratique en gymnase.

Clientèle : 1<sup>ere</sup> et 2<sup>e</sup> année primaire  
 Durée : 8 semaines  
 Dates : Mardi 7 janvier au 25 février  
 Horaire : pendant l'heure du dîner

Clientèle : 3<sup>e</sup>, 4<sup>e</sup>, 5<sup>e</sup> et 6<sup>e</sup> année primaire  
 Durée : 8 semaines  
 Dates : Mardi 7 janvier au 25 février  
 Horaire : 15h15 à 16h15  
 Formulaire : Il est important de remplir le formulaire d'autorisation de sortie si votre enfant est inscrit au service de garde scolaire (disponible par le lien suivant <https://www.saint-henri.ca/programmation-des-loisirs/>).

Coût : 77\$  
 Participants : Minimum 15 et maximum 55  
 Animation : François Moffet [www.katag.ca](http://www.katag.ca)  
 Inscription : Directement à la Municipalité (voir modalités en page 10)

## GUIWARE

Cours de guitare électrique ou acoustique offert par un élève du CNDF. Il offre une approche didactique amusante et un répertoire selon vos goûts. Viens apprendre la guitare, c'est cool!

Clientèle : Enfants, adolescents et adultes  
 Endroit : Maison de la culture St-Henri (217 rue Commerciale)  
 Horaire : jeudi, vendredi, samedi soir ou dimanche en journée  
 Heures : À déterminer avec le professeur  
 Coût : 15\$/30 minutes ou 20\$/45 minutes ou 25 \$/60 minutes  
 Durée : 13 semaines  
 Dates : Lundi 13 janvier au dimanche 12 avril  
 Animation : Étienne Lacasse  
 Inscription : Au près du professeur au 418-882-8785 [etiennelacasse7@gmail.com](mailto:etiennelacasse7@gmail.com)

## PIANO

Cours privés de piano pour les niveaux débutant, intermédiaire et avancé. Possibilité pour l'élève de suivre le programme de l'extension de l'École de musique de l'Université Laval. Préparation en technique, en lecture, en accompagnement, en solfège et théorie. Possibilité d'étudier différents genres musicaux (classique, populaire, accompagnement et jazz). Le professeur possède un diplôme de Baccalauréat en musique et possède plusieurs années d'expérience en enseignement du piano.

Clientèle : Enfants, adolescents et adultes  
 Endroit : Centre récréatif de Saint-Henri (120 rue Belleau)  
 Horaire : Mardi, jeudi ou vendredi  
 Heures : À déterminer avec le professeur  
 Coût : 15\$/30 minutes ou 21\$/45 minutes ou 29 \$/60 minutes

Durée : 16 semaines  
 Dates : Lundi 13 janvier au vendredi 15 mai  
 Congé : Semaine de relâche et semaine de Pâques  
 Animation : France Marquis  
 Inscription : Au près du professeur au 581-996-1468 (cellulaire)  
 Formulaire : Il est important de remplir le formulaire d'autorisation de sortie si votre enfant est inscrit au service de garde scolaire (disponible par le lien suivant <https://www.saint-henri.ca/programmation-des-loisirs/>).

## SOCCER INTÉRIEUR

Clientèle : 2<sup>e</sup> à 6<sup>e</sup> année scolaire  
 Endroit : Gymnase de l'école Belleau - 121 rue Belleau  
 Jour : Jeudi  
 Heure : 18h30 à 19h30 : 2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> année  
 19h30 à 20h30 : 4<sup>e</sup>, 5<sup>e</sup> et 6<sup>e</sup> année  
 Coût : 60\$/session  
 Durée : 12 semaines  
 Dates : 16 janvier au 9 avril (congé 5 mars)  
 Participants : Minimum 10 et maximum 14 par groupe  
 Équipement obligatoire : Protège-tibias, chaussures de sport, short, bas noirs et un ballon  
 Animation : Marie-Pier Ratthé  
 Inscription : Directement à la Municipalité (voir modalités en page 10)



## ABDOS ET FESSES DE FER

Un entraînement de 30 minutes axé sur le renforcement des muscles abdominaux, du dos et des fessiers. Déroulement du cours : Enchaînements de séries d'exercices musculaires spécifiques au sol et/ou debout en effectuant des séquences de 30 secondes à 1 minutes 30 secondes présenté sous forme de blocs. Renforcement de la posture et des muscles abdominaux/dorsaux aidant à l'affinement de la taille et au raffermissement des fesses.

Endroit : Centre récréatif de Saint-Henri (120 rue Belleau) - salle Desjardins

Clientèle : 16 ans et plus, toute personne voulant améliorer sa posture à l'aide d'exercices de gainage permettant de solidifier la ceinture abdominale et fessiers

Jour/heure : Lundi 18h45 à 19h15

Participants : Minimum 11 Maximum 25

Hiver 2020 : 13 janvier au 16 mars (cours a lieu durant la semaine de relâche)

Durée : 10 semaines (à cause de possibles tempêtes)

Coût : 52\$

Si inscription également au cours Brûleur 30= 83\$

Animation : Danielle Bédard de Oxygène Santé Forme (oxygenesanteforme.com)

Inscription : Directement à la Municipalité (voir modalités en page 10)

## ANGLAIS (COURS) POUR TOUS NIVEAUX ET TOUS ÂGES

Aucun contrat ni frais d'inscription. Les cours débutent en tout temps.

Privés, semi-privés ou en petits groupes.

Application pratique de l'anglais.

Simplification grammaticale qui vous fera progresser rapidement.

Cours adaptés selon vos besoins (travail, voyage, etc.)

Contactez Marie-Claude Lacroix pour plus de détails : [marieclaudelacroix@yahoo.com](mailto:marieclaudelacroix@yahoo.com) ou 418-806-8597

## NOUVEAU COURS ATELIER D'ARTS CRÉATIFS

Voici une activité favorisant la créativité et la dextérité. Ayez du plaisir et soyez fier de réaliser votre propre chef-d'œuvre. Offert aux retraités qui désirent laisser libre cours à leur imagination.



Endroit : Centre récréatif de Saint-Henri (120 rue Belleau) -

Clientèle : 50 ans et plus

Jour/heure : Vendredi 14h00 à 15h00

Participants : Minimum 12 Maximum 20

Hiver 2020 : 17 janvier au 14 février

Durée : 5 semaines

Coût : 87\$

Animation : Danielle Bédard de Loisirs Cœur Atout ([www.loisir-scoeuratout.net](http://www.loisir-scoeuratout.net))

Inscription : Directement à la Municipalité (voir modalités en page 10)

## BADMINTON (LIGUE DE)

Clientèle : Ligue double mixte pour adultes

Endroit : Centre récréatif de Saint-Henri (120 rue Belleau)

Jour/heure : Jeudi entre 19h30 et 21h30

Durée : 12 semaines

Coût : 20\$/personne

Dates : 16 janvier au 2 avril

Participants : Maximum 24 joueurs

Message : Possibilité de s'inscrire seul ou en équipe. Chaque équipe joue 1h/semaine. L'horaire des parties est remis au début de la session.

Inscription : Nicole Roussin 418-882-2622 ou [nicorou@videotron.ca](mailto:nicorou@videotron.ca)

Paiement : Remettre au responsable le premier soir.



## BATTERIE

Le cours est personnalisé et adapté selon vos besoins. Aucuns frais d'inscription. Description des cours : théorie musicale, technique et rudiments, exercices de lecture de partitions de batterie avec ou sans musique, exercices de coordination, transcription de partitions de batterie.

Clientèle : Pour tous (tous les niveaux)

Endroit : Maison de la culture (217 rue Commerciale)

Jour/heure : Horaire à déterminer avec le professeur

Coût : 14\$/30 minutes ou 19\$/45 minutes ou 24\$/60 minutes

Animation : Michel Ouellet, professeur diplômé

Inscription : Auprès de Michel Ouellet au 418-387-8409 ou 418-209-1175 (cellulaire)



## BRÔLEUR 30

Un entraînement de 30 minutes donné sous forme d'intervalle de temps actif et passif. Déroulement du cours : 5 blocs d'une durée d'environ 5 minutes durant lesquels s'enchaînent les exercices cardiovasculaires (avec et sans sauts) et musculaires. Amélioration et/ou maintien du système cardiovasculaire, tonification, endurance musculaire et grande dépense énergétique. Un entraînement complet en 30 minutes seulement!

Endroit : Centre récréatif de Saint-Henri (120 rue Belleau) salle Desjardins  
 Clientèle : 16 ans et plus  
 Jour/heure : Lundi 18h15 à 18h45  
 Participants : Minimum 11 Maximum 25  
 Hiver 2020 : 13 janvier au 16 mars (cours a lieu durant la semaine de relâche)  
 Durée : 10 semaines (à cause de possibles tempêtes)  
 Coût : 52\$  
 Si inscription également au cours Abdos et fesses de fer= 83\$  
 Animation : Danielle Bédard de Oxygène Santé Forme (oxygenesanteforme.com)  
 Inscription : Directement à la Municipalité (voir modalités en page 10)

## DANSE DE LIGNE COUNTRY POP POUR DÉBUTANTS

Venez vous initier aux danses en ligne country les plus populaires. Le cours de danse en ligne country est vraiment unique en son genre. C'est facile, efficace, parfois énergique et absolument exaltant! Ses chorégraphies sont précises, répétitives et dansées en ligne, et ce, sans partenaire.

Endroit : Centre récréatif de Saint-Henri (120 rue Belleau) salle Rivière Etchemin  
 Clientèle : 16 ans et plus  
 Jour/heure : Mardi 19h00 à 20h00  
 Participants : Minimum 10 Maximum 30  
 Hiver 2020 : 14 janvier au 18 février  
 Durée : 6 semaines  
 Coût : 55\$  
 Animation : Laurent Allen [laurentallen2177@hotmail.com](mailto:laurentallen2177@hotmail.com)  
 Inscription : Directement à la Municipalité (voir modalités en page 10)

## FEMMES EN SANTÉ

Le Centre-Femmes vous invite à venir vous entraîner avec des exercices simples et adaptés à votre rythme. Niveau d'intensité modérée qui comprend un échauffement, une période d'aérobic sans saut suivi d'exercices musculaires et fonctionnels. Le tout se termine avec des étirements légers.

Clientèle : Idéal pour les femmes qui veulent reprendre la forme en douceur  
 Endroit : Centre récréatif de Saint-Henri (120 rue Belleau)  
 Jour/heure : Vendredi 10h30 à 11h30

Hiver 2020 : 10 janvier au 13 mars  
 Durée : 10 semaines  
 Cout : 25\$ + 5\$ pour la carte annuelle  
 Matériel : Espadrilles, bouteille d'eau et une grande serviette  
 Animation : Myriam Labrecque  
 Inscription : 418-883-3633 au Centre-Femmes de Bellechasse ou 418-882-7739 (Myriam Labrecque)

## INTERVALLES / INTENSITY

L'entraînement par intervalles est une forme d'entraînement pendant laquelle les périodes d'effort sont entrecoupées de périodes de repos passives ou actives. Le cours est présenté en plusieurs blocs de séries d'exercices musculaire et cardiovasculaire. Cela permet aux participants de s'améliorer rapidement.

Clientèle : 16 ans et plus qui désire avoir des résultats rapides  
 Jour/heure : Mardi 18h15 à 19h15  
 Endroit : Centre récréatif de Saint-Henri (120 rue Belleau)  
 Participants : Minimum 11 Maximum 30  
 Hiver 2020 : 14 janvier au 17 mars  
 Durée : 10 semaines (à cause de possibles tempêtes)  
 Coût : 85\$  
 Si inscription également au cours TRX (Mercredi) = 154\$ pour les 2 cours  
 Animation : Myriam Carrier Oxygène Santé Forme (oxygenesanteforme.com)  
 Inscription : Directement à la Municipalité (voir modalités en page 10)





## MISE EN FORME POUR 50 ANS ET PLUS

Mise en forme sur musique dans le but d'améliorer votre condition physique et votre bien-être. Un entraînement typique comprend : échauffement, partie aérobique à votre rythme, musculation et relaxation. En groupe, une belle façon de se motiver.

Clientèle : 50 ans et plus  
 Endroit : Centre récréatif de Saint-Henri (120 rue Belleau)  
 Jour/heure : Lundi 8h45 à 9h45  
 Durée : 12 semaines  
 1 cours de Rest'Actif : 101,50\$  
 2 cours de Rest'Actif (Mise en forme + Stretching et tonus) : 179,50\$  
 Hiver 2020 : 13 janvier au 30 mars  
 Participants : Minimum 8 et maximum 22  
 Animation : Rest'Actif, 418-834-7312  
 Inscription : Directement à la Municipalité (voir modalités en page 10)

## PEINTURE COURS PRIVÉS POUR ADULTES

Ateliers dirigés de peinture, notions de base sur les couleurs, la composition d'un tableau, la perspective, selon un sujet choisi ou que le professeur vous suggère. Peinture à l'huile ou à l'acrylique.

Clientèle : Débutants ou pour ceux dont la peinture est un hobby  
 Endroit : Atelier du professeur (120 Rue De Vinci, Saint-Henri)  
 Horaire : Jour ou soir, sur semaine, à déterminer à la convenance du professeur et des participants  
 Participants : Cours privés ou semi-privés (2 personnes maximum)  
 Durée : 2 heures **Note : Les participants doivent s'inscrire pour 4 blocs de cours de 2 heures**  
 Coût : Privés : 37,50\$ (1 bloc de 2 heures), total : 150\$ (taxes incluses)  
 Semi-privés : 30\$ (1 bloc de 2 heures), total : 120\$ (taxes incluses)  
 Matériel : Non fourni (toutefois, si vous ne souhaitez pas investir pour l'achat de matériel, pour quelques dollars de plus, le professeur vous fournira le matériel nécessaire pour vos cours (toile, peinture, pinceaux etc.)  
 Animation et inscription : Auprès du professeur Ginette Bouffard 418-882-2312 ou [glefbv@globetrotter.net](mailto:glefbv@globetrotter.net)

## PIANO

Cours privés de piano pour les niveaux débutant, intermédiaire et avancé. Possibilité pour l'élève de suivre le programme de l'extension de l'École de musique de l'Université Laval. Préparation en technique, en lecture, en accompagnement, en solfège et théorie. Possibilité d'étudier différents genres musicaux (classique, populaire, accompagnement et jazz). Le professeur possède un diplôme de Baccalauréat en musique et possède plusieurs années d'expérience en enseignement du piano.

Clientèle : Enfants, adolescents et adultes  
 Endroit : Centre récréatif de Saint-Henri (120 rue Belleau)  
 Horaire : Mardi, jeudi ou vendredi  
 Heures : À déterminer avec le professeur  
 Coût : 15\$/30 minutes ou 21\$/45 minutes ou 29 \$/60 minutes

## Session hiver 2020

Durée : 16 semaines  
 Dates : Lundi 13 janvier au vendredi 15 mai  
 Congé : Semaine de relâche et semaine de Pâques  
 Animation : France Marquis  
 Inscription : Auprès du professeur au 581-996-1468 (cellulaire)

## STRETCHING ET TONUS POUR 50 ANS ET PLUS

S'étirer tout en gagnant du tonus musculaire, quelle bonne idée! Ce cours comprend, d'une part, des exercices d'étirement afin d'améliorer votre souplesse musculaire et une mobilité articulaire et, d'autre part, des exercices musculaires visant à renforcer vos muscles posturaux et stabilisateurs. Idéal pour les personnes qui ont des raideurs et pour les débutants (plus doux que la mise en forme).

Clientèle : 50 ans et plus  
 Endroit : Centre récréatif de Saint-Henri (120 rue Belleau)  
 Jour/heure : Jeudi 8h30 à 9h30  
 Durée : 12 semaines  
 Coût : 1 cours de Rest'Actif : 101,50\$  
 2 cours de Rest'Actif (Mise en forme + Stretching et tonus) : 179,50\$  
 Hiver 2020 : 16 janvier au 2 avril  
 Participants : Minimum 8 et maximum 22  
 Animation : Rest'Actif, 418-834-7312  
 Inscription : Directement à la Municipalité (voir modalités en page 10)

## TRX

Une forme d'entraînement en suspension au cours duquel votre corps sert à la fois de levier et de résistance. En utilisant des sangles suspendues à un point d'ancrage, l'instructeur vous aide à accomplir des exercices qui sollicitent chacun de vos muscles. C'est un entraînement complet et rapide pour tous les muscles. Convient à tous, quel que soit votre niveau de forme physique

Clientèle : Toute personne (16 ans et plus)  
 Endroit : Centre récréatif de Saint-Henri (120 rue Belleau)  
 Jour/heure : Lundi 19h20 à 20h20  
 Mercredi 18h15 à 19h15  
 Mercredi 19h20 à 20h20  
 Participants : Minimum 9 Maximum 12  
 Hiver 2020 : 15 janvier au 18 mars  
 Durée : 10 semaines (à cause de possibles tempêtes)  
 Coût : 90\$  
 Si inscription également au cours Intensity (Mardi) = 154\$ pour les 2 cours  
 Animation : Danielle Bédard de Oxygène Santé Forme ([oxygenesanteforme.com](http://oxygenesanteforme.com))  
 Inscription : Directement à la Municipalité (voir modalités en page 10)

## YOGA

Un yoga en douceur et non-acrobatique, adapté aux possibilités de chacun et chacune quel que soit l'âge ou la forme physique. Médicalement reconnu et recommandé, il permet de réduire la fatigue, le stress et la tension nerveuse, de prévenir l'épuisement, d'améliorer santé et vitalité, de développer calme et mieux-être. Respirer librement et recharger ses «batteries». Assouplir, tonifier et libérer le dos. Apprendre à se détendre complètement (physiquement et mentalement) et mieux dormir.

Clientèle : 16 ans et plus  
Niveaux : Multi-niveaux  
Endroit : Centre récréatif, salle Desjardins  
Jour/heure : Mercredi 19h00 à 20h30  
Coût : 150\$/session  
Durée : 10 semaines  
Dates : 15 janvier au 25 mars (congé 4 mars)  
Participants : Minimum 6 et maximum 12  
Message : Apportez une serviette de plage et une grande couverture chaude. Le tapis de sol est fourni. Prévoir des vêtements souples.  
Animation : Sylvie Beaudoin au 418-882-0248  
Inscription : Directement à la Municipalité (voir modalités en page 10)

## ZUMBA

La Zumba est un programme d'entraînement physique complet, alliant tous les éléments de la remise en forme tel que le cardio, la préparation musculaire, l'équilibre et la flexibilité. Les chorégraphies s'inspirent principalement des danses latines, mais aussi de styles variés. Un regain d'énergie et un bien-être absolu après chaque session! Venez-vous entraîner tout en vous amusant!

Clientèle : 16 ans et plus  
Jour : Lundi 19h30 à 20h30 – Centre récréatif de Saint-Henri (120 rue Belleau)  
Durée : 12 semaines  
Hiver 2020 : 13 janvier au 30 mars  
Coût : 96\$  
Animation : Isabelle Faucher - Instructeur ZumbaZIN  
Participants : Minimum 10 et maximum 40  
Inscription : Directement à la Municipalité (voir modalités en page 10)

## Activités libres

(sans inscription)

### PATINAGE INTÉRIEUR

Endroit : Centre récréatif de Saint-Henri (120 rue Belleau)  
Jour/heure : Jeudi 15h30 à 17h30  
Dimanche 16h00 à 17h00  
Coût : Gratuit  
D'autres heures pourraient s'ajouter (<https://www.saint-henri.ca/activites-libres/>)

### BADMINTON LIBRE

Location de terrains de badminton pour la pratique libre.

Clientèle : Tous  
Endroit : Centre récréatif de Saint-Henri (120 rue Belleau)  
Horaire : Mardi entre 18h00 et 22h00  
Du 14 janvier au 31 mars  
- Jeudi entre 18h30 et 19h30  
- Du 16 janvier au 2 avril  
Terrains : Trois terrains disponibles par heure  
Coût : 60\$/session ou 6\$/heure/terrain (taxes incluses)  
Durée : 12 semaines  
Inscription : Directement à la Municipalité (voir modalités en page 10)



## DU CHANGEMENT CONCERNANT L'ANNEAU DE GLACE DE LA RUE BELLEAU

Nouveauté pour l'hiver 2019-2020 : la Municipalité n'aménagera pas l'anneau de glace. L'anneau de glace sera donc remplacé par une grande glissade permanente et une mini-patinoire, toutes deux éclairées en soirée. Elles seront aménagées dès que la température le permettra. Des heures supplémentaires de patinage libre et de hockey libre seront offertes à l'intérieur de l'aréna.

Le saviez-vous? Un sentier de glace de 850 mètres est offert à Saint-Anselme. Stationnez votre auto à l'aréna de Saint-Anselme et entrez chausser vos patins à l'intérieur du complexe sportif.

Bonne période hivernale à tous et toutes!

## ACTIVITÉS LIBRES AU CENTRE RÉCRÉATIF DURANT LE TEMPS DES FÊTES

Coût : Gratuit

Équipement obligatoire pour le patinage: casque

Équipement obligatoire pour le hockey et la ringuette: casque, protecteur facial et protège-cou

Patinage libre spécial Noël  
22 décembre 16h à 18h

Hockey libre Mahg à Atome  
23 décembre 10h30 à 11h30

Hockey libre Pee-wee à adultes  
23 décembre 14h30 à 15h30

Ringuette libre  
23 décembre 15h30 à 16h30

Patinage libre  
30 décembre 13h00 à 14h00

Ringuette libre  
30 décembre 14h00 à 15h00

Hockey libre Mahg à Atome  
30 décembre 15h00 à 16h00

Hockey libre Pee-wee à adultes  
30 décembre 16h00 à 17h00



**Pierre-Luc Masson**  
Arpenteur-Géomètre

**Certificat de localisation • Cadastre-Bornage  
Plan d'implantation**

1391, chemin du Bord-de-l'eau  
Saint-Henri (Québec) G0R 3E0

Tél.: 418 254-0615

plmasson@arpentagebellechasse.ca

www.arpentagebellechasse.ca



**Claudette Fournier**

Educatrice spécialisée  
Coach familiale et individuel  
35 ans d'expérience

*Pour apprivoiser la différence*



ournesoicf@gmail.com

tournesoicf.com

f /Tournesoic

Cell: 418-554-8077

Bureau: 418-895-0428



183 rue Commerciale  
Saint-Henri (Québec)

**(418) 882-2405**

Prop.: Clermont Lachance

**BUANDERIE PUBLIQUE**

**OUVERT 7 JOURS - 8H À 21H**

**À LOUER** 2 1/2 CHAUFFÉE, ÉCLAIRÉ, MEUBLÉ  
3 1/2 CHAUFFÉE, ÉCLAIRÉ, MEUBLÉ ET CLIMATISÉ  
4 1/2 CHAUFFÉE, ÉCLAIRÉ, SEMI-MEUBLÉ

**NOUVEAU PRODUITS DE  
MICRO BRASSERIE BELLECHASSE**

PROGRAMME

# ACCÈS-LOISIRS

Activités de loisirs gratuites  
pour les citoyens à faible revenu  
de Bellechasse

Des activités variées  
**pour tous les âges!**

## Critères

### d'admissibilité au programme

- Être résident de la MRC de Bellechasse
- Avoir un revenu familial brut (avant impôt) inférieur au seuil\* ci-dessous:

1 personne /	25 921\$
2 personnes /	32 270\$
3 personnes /	39 672\$
4 personnes /	48 167\$
5 personnes /	54 630\$
6 personnes /	61 613\$
7 personnes /	68 598\$

- Fournir une preuve de revenu **(OBLIGATOIRE)** lors de l'inscription

\*Seuil de revenu selon Statistiques Canada 2018 pour une région de 500 000 habitants et plus

Plus d'informations:

Ariane Goupil à 418-883-1587 #205  
cdc.agent@globetrotter.net

## INSCRIPTION

→ **16 janvier 2020**  
de 15 h à 19 h

\*En cas de tempête  
remis au 20 janvier 2020 (15h à 19h)

- **Complexe récréatif de Saint-Henri**  
120 Rue Belleau, Salle Rivière à la scie
- **Aréna de Saint-Charles**  
26 avenue commerciale, Saint-Charles
- **Complexe sportif et culturel de Sainte-Claire**  
160 rue de l'Église, Salle Jean Bernard
- **Aréna de Saint-Anselme**  
39 rue des Marianistes, Saint-Anselme
- **Centre communautaire de St-Raphaël**  
104 rue du Foyer, Saint-Raphaël
- **Municipalité de St-Damien**  
75 Route Saint-Gérard, Saint-Damien-de-Buckland

Ce programme est rendu possible grâce à  
la collaboration des municipalités de Bellechasse et



Suivez CDCbellechasse  
sur facebook



# Spectacle de Noël

## Dans nos maisons

Venez démarrer les festivités  
de Noël avec nous!



« *Dans nos maisons* est un spectacle solo situé entre le conte pour enfant et la marionnette. Un voyage vers le sens profond de cette fête qui, malgré ses artifices, demeure fondamentalement un moment de partage et de bonheur en famille. »

**Le mardi 24 décembre, 10h**  
**Au Centre récréatif de St-Henri,**  
**Pour toute la famille à partir de 3 ans,**  
**C'est gratuit!**





## INSCRIPTION SCOLAIRE 2020-2021

Pour les élèves qui fréquentent présentement l'École Belleau, Gagnon :

### **La période de réinscription se fera du 23 janvier au 14 février inclusivement**

Vous recevrez des indications par courriel le 23 janvier afin de faire la réinscription de votre enfant par internet sur Mozaik.

### **Pour les nouveaux élèves qui fréquenteront une classe du préscolaire en 2020-2021 :**

### **La période d'inscription se fera du 3 au 14 février inclusivement. Pour cette période,**

l'horaire du secrétariat sera : 7h45 à 11h30 et de 12h45 à 16h00

Lorsque vous vous présenterez au pavillon Gagnon, vous devez **OBLIGATOIREMENT** fournir :

• **L'original d'un certificat de naissance grand format** comportant obligatoirement les noms et prénoms des parents.

Pour l'enfant né à l'extérieur du Québec, le(s) document(s) à fournir peuvent être différents, les parents doivent s'en informer auprès de l'école sans délai.

### **•Catégorie 1 : 1 seul document est nécessaire à présenter**

- Permis de conduire du Québec;
- Avis de cotisation de Revenu Québec (RQ);
- Revenus d'emploi (relevé 1) ou relevé d'assurance-emploi;
- Avis de paiement de soutien aux enfants de la Régie des rentes du Québec (RRQ);
- Document officiel provenant d'un ministère ou d'un organisme gouvernemental.

### **•Catégorie 2 : 2 documents sont nécessaires à présenter**

- Bail;
- Facture ou état de compte (téléphone, électricité ou de câblodistribution, etc.);
- Comptes de taxes scolaire ou municipale;
- Acte d'achat notarié;

- Preuve d'assurance habitation.

Nous voulons vous simplifier la tâche en vous donnant toutes les informations et tous les documents **que vous pouvez compléter avant de vous présenter au pavillon Gagnon**. Ces documents seront en ligne le 31 janvier et une version papier sera aussi disponible au secrétariat :

• Le formulaire d'inscription 2020-2021 complété, que vous trouverez sur le site de la commission scolaire des Navigateurs : <http://web.csdn.qc.ca/inscription-scolaire>.

• Les documents de l'école et du service de garde disponibles sur le site internet <https://web.csdn.qc.ca/ecoles/ecole-belleau-gagnon> dans l'onglet «Informations aux parents» et «Retour scolaire». Ceux-ci nous aideront à mieux connaître votre enfant et à répondre adéquatement à ses besoins.

• Une copie des rapports de spécialistes, s'il y a lieu (orthophoniste, psychologue, pédopsychiatre, etc.).

---

### **Une journée spéciale pour l'inscription du préscolaire aura lieu**

**Le mardi 4 février de 7 h 45 à 10 h 45 et de 12 h 45 à 16 h 15.**

**Lors de cette journée, vous et votre enfant aurez la possibilité de visiter une classe du préscolaire, rencontrer une enseignante ainsi qu'une éducatrice du service de garde et bien sûr, compléter tous les documents nécessaires à l'inscription si ce n'est déjà fait.**

---

Si toutefois vous avez des questions, vous pouvez communiquer avec nous.

• Madame Karine Laliberté, secrétaire pavillon Gagnon, au 418-834-2468

• Madame Leslie Bélanger, secrétaire pavillon Belleau, au 418-834-2465

Merci pour votre collaboration!

**L'équipe et la direction de l'École Belleau, Gagnon**



## NOUVELLE ANNÉE, NOUVELLE ÉQUIPE ET UN GRAND PROJET

Déjà plus de trois mois depuis le lancement de cette année scout 2019/20. Une année marquée par un renouvellement important de l'équipe d'animation, une

rationalisation de nos inscriptions afin d'assurer la qualité en rapport avec les ratios d'animateurs/scouts exigés par l'Association Scout Canada et la décision d'entamer un grand projet pour le niveau aventurier qui vise une participation au rassemblement Jamboree 2020 (Pirates à la protection du Pacifique) à Sooke en Colombie-Britannique l'été prochain.

Au même titre que bien d'autres organismes de loisir, le 140e compte sur des bénévoles afin de livrer son programme au sein de la communauté. Et, chez les scouts, ceux-ci sont principalement les parents de nos jeunes, désireux de faire vivre l'aventure du scoutisme à leurs jeunes. Après de nombreux départs à la fin de l'année 2018/19, le 140e a dû recomposer entièrement son équipe d'animation au niveau Louveteaux ainsi qu'une grande partie de son équipe Castor. Malgré les défis d'une telle situation, nos jeunes sont choyés par des nouvelles équipes d'animation diversifiées, dynamiques, attentives et surtout engagées. Ces nombreux changements ont aussi provoqué une réduction de nos effectifs. Ainsi, cette année, le 140e compte 11 castors, 16 louveteaux et 12 aventuriers appuyés par 17 bénévoles...les plus beaux bijoux sont parfois ceux retrouvés dans les plus petits baluchons.

Fidèle à nos traditions, les jeunes ont maintenant terminé les étapes importantes de la Montée, la Promesse et leur camp d'automne. Le groupe s'est aussi impliqué au niveau communautaire en appuyant le Marché de Noël de St-Henri par l'entremise d'un kiosque, sous l'égide des louveteaux, pour

les jeunes, permettant aux parents de profiter de l'expérience des exposants ainsi qu'un point de vente de cartes de Noël façonnées par les aventuriers.

Le 140e, désireux de faire vivre une activité culminante aux aventuriers (les aînés) en fin de parcours au sein du groupe, se mobilise afin de les appuyer durant les préparatifs d'une grande aventure dans l'Ouest canadien. Cet important projet, auquel l'équipe de gestion, d'animation ainsi que les parents se sont tous ralliés, permettra aux aventuriers de mieux connaître notre grand pays, de partager avec des jeunes provenant de toutes les régions canadiennes et de mettre à profit leur débrouillardise afin d'organiser et de conduire des activités de levée de fonds nécessaires au financement du voyage. Nous serons actifs dans la communauté au cours des prochains mois afin de solliciter nos fidèles commanditaires et conduire des activités de financement visant la réussite du projet. Nous vous remercions d'avance pour votre générosité et votre appui envers nos jeunes.

Le 140e Groupe Scout demeure un maillon communautaire important en Bellechasse. Nous sommes engagés dans cette communauté et nous anticipons nos prochaines activités régionales où nous pourrons faire valoir le dynamisme et l'énergie de nos jeunes, car l'objectif reste le même; nous visons tous - UN MONDE MEILLEUR.

**François Riffou - Président 140e Groupe Scout**  
**(418) 700-0676**

**ROY BECHARD FLEURY**

Société de comptables professionnels agréés

CPA INC.

- » Nicolas Roy, CPA auditeur, CGA
- » Marc-Étienne Bécard, CPA auditeur, CGA
- » Maxime Fleury, CPA auditeur, CA

Sainte-Claire  
76 Boul. Bégin,  
Sainte-Claire (QC) G0R 2V0

Lévis  
1655 Boul. Alphonse-Desjardins,  
bur.280, Lévis (QC) G6V 0B7

T 418 | 883 | 4747  
[www.comptablesrbf.com](http://www.comptablesrbf.com)

**S | F Design**

- Service de design à domicile personnalisé
- Conception de mobilier sur mesure
- Plan d'aménagement & armoires en 3D
- Chargée de projet pour vos rénovations et plus encore ...

**Sara Fortier**  
sarafortierdesign@gmail.com  
418.575.2364  
f SF Design

## MAISON DES JEUNES L'ADOZONE

Salut à toi! Tu as entre 12 et 17 ans et tu souhaites faire de nouvelles rencontres, vivre de nouvelles expériences et être entouré de supers animateurs? Alors viens faire un tour à la maison des jeunes l'Adozone. Nous sommes ouverts mercredi et jeudi de 18h30 à 21h30, vendredi de 19h à 23h et samedi de 13h à 17h et 19h à 23h. Plusieurs activités sont offertes à l'intérieur de la MDJ comme des ordinateurs, un tapis roulant, une table de billard, de baby-foot et d'air hockey. Nous avons aussi les équipements nécessaires pour jouer à la Xbox ou écouter des films. Nous sommes aussi très ouverts à des activités qui ont lieu en dehors de la MDJ. Alors si tu as des idées, fais-nous en part lorsque tu viens nous voir ou sur notre page Facebook, mdj St-Henri. L'entrée à la maison des jeunes est gratuite et les activités que nous faisons à l'intérieur le sont aussi. Certaines activités peuvent parfois générer quelques coûts, comme aller à Valcartier, au laser tag, au cinéma, aux quilles, etc.

Pour le mois de décembre, nous allons décorer la MDJ pour le temps des Fêtes. Nous voulons aussi organiser un réveillon de Noël et vous offrir des cadeaux. Ce réveillon aura lieu le 21 décembre, nous serons ouverts de 13h à 23h sans fermer

durant l'heure du souper. Nous préparerons un souper de Noël. Venez en grand nombre pour courir la chance de gagner de belles surprises et pour célébrer le temps des Fêtes avec tes animateurs préférés!

Horaire pour le temps des fêtes :

Vendredi le 27 décembre de 19 h à 23h

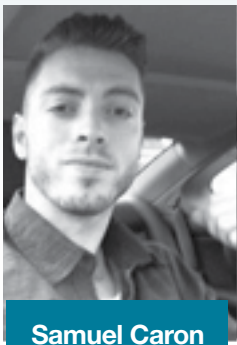
Samedi le 28 décembre de 13 h à 17 h et de 19 h à 23h

Vendredi le 3 janvier de 19 h à 23 h

Samedi le 4 janvier de 13h à 17 h et de 19h à 23 h

Nous avons aussi prévu des activités hivernales, comme Valcartier, du patinage, de la luge et plus encore.

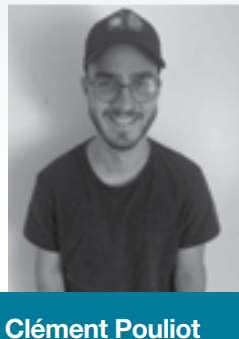
Voici les animateurs qui seront présents :



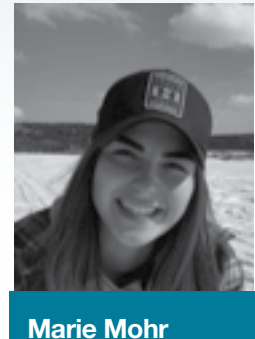
Samuel Caron



Jasmine Lamonde



Clément Pouliot



Marie Mohr




**Pilotis Excavation  
Lessard Inc**

Terrière de toutes dimensions  
(6 pouces à 12 pouces)  
Réparation de fissures de solage  
Réparations de drains

Déchaumage de la pelouse  
Installation de pieux vissés  
Mini excavation  
Déneigement

62, Route Kennedy, C.P. #512  
Saint-Henri (Qc) G0R 3E0  
Tél.: (418) 882-0664 Cell.: (418) 882-6951 Téléc.: (418) 882-1981



**Caroline Fournier** 418 575-2102

## Ostéopathie


*Douleurs, problèmes respiratoire, digestif, urinaire, hormonal, vertige, fracture, blessure sportive, post-chirurgie et tout autre problème de santé...*

**L'ostéopathie peut vous aider !**  
(Traitement aîné, adulte, femme enceinte, enfant, bébé)

Bébé: torticolis, plagiocéphalie, retard de développement, colique...  
Enfant: douleur, grippe, problème de concentration...  
Femme enceinte: préparation à l'accouchement, douleur...

- Ostéopathe - membre d'Ostéopathie-Québec  
- Diplômée en massothérapie et thérapeute en réadaptation physique  
- Reçu d'assurance disponible

**Caroline Fournier,**  
18, rue Auguste-Lavallée St-Anselme G0R 2N0





## CERCLE DES FERMIERES

### « LES CFQ, DES LIENS DE PARTAGE TISSÉS SERRÉS »

Chères membres,

Il n'y aura pas de réunion en janvier. Notre prochaine réunion aura lieu mercredi le 12 février 2020, à 19h00, à la salle #2 au Centre récréatif de Saint-Henri.

#### Marché de Noël

Nous tenons à remercier tous les exposants, tous nos commanditaires ainsi que tous les bénévoles qui ont fait de cet événement une réussite. Environ 1000 visiteurs sont venus encourager nos exposants. C'est grâce à vous tous si notre Marché de Noël fut une réussite.

Félicitations aux gagnants des 68 prix de participation.

La table <<Coup de cœur>> de cette année choisie par le public fut : Broderie Aimé Design, Amélie Lacasse. De plus, quatre prix ont été remis pour le concours de dessins; les gagnants sont Laurie Vachon 5 ans, Jacob Fontaine 4 ans, Léa Turcotte 5 ans et Tristan Chénard 10 ans.

#### Collecte de sang

Il y aura une collecte de sang organisée par les Fermières et les pompiers le 28 janvier 2020, de 13h00 à 20h00, au Centre récréatif de Saint-Henri. On vous attend en grand nombre. Un don de sang est un don de vie!

Que votre demeure soit remplie de joie et que la paix règne dans votre monde pendant la saison des Fêtes et à longueur d'année.



104, des Plaines  
St-Henri (Qc) G0R 3E0

- Excavation
- **Débroussailleuse**
- Déneigement
- Marteau hydraulique
- Désouchage
- Réparation de fissures
- Transport de gravier
- Installation de drains
- Nettoyage de drains

✓ **INSPECTION  
DE DRAINS  
PAR CAMÉRA**

Cell. **418 571-4449** Tél. **418 882-0862**

RBQ : 5630-5709-01

## GRANDE COLLECTE DE BOUTEILLES CONSIGNÉES



Bouteille  
en verre

Canette

Bouteille  
plastique

**Au profit des SCOUTS**

**du 140e de Bellechasse**

### À Saint-Henri, le 4 janvier de 9h à 16h

Les Aventuriers du 140e groupe scout de Bellechasse organisent une grande collecte de bouteilles consignées dans Bellechasse pour **financer leur voyage à Vancouver** pour participer au Jamboree 2020. Les Scouts passeront dans les rues du village de Saint-Henri recueillir vos bouteilles et canettes le samedi 4 janvier entre 9h et 16h. Si vous désirez faire un don de bouteilles ou canettes et prévoyez être absents la journée de la collecte ou encore, si vous habitez dans un rang, laissez un message sur la boîte vocale de

Rémi Poulin au 418-369-8061.

Merci de votre générosité!

\*Vos bouteilles feront du chemin! Tous les profits seront remis aux Aventuriers du 140e groupe scout de Bellechasse pour financer leur voyage à Vancouver à l'été 2020!

fadoq

## DANSE DU 31 DÉCEMBRE

La FADOQ DE ST-HENRI vous invite tous mardi le 31 décembre, à 20h00, au Centre récréatif de St-Henri (aréna) pour venir tourner la page à 2019 et accueillir la nouvelle année entre amis en chantant, dansant, s'amusant et terminer cette magnifique soirée avec un beau buffet froid en se souhaitant nos meilleurs vœux. Prix seulement de 20\$. S.V.P. Faites vite vos réservations avant le 27 décembre à Yvette Allen au 418-882-2886.

### BINGO

Vous êtes âgés de 18 ans et plus? Nous vous invitons au Bingo qui se tiendra lundi le 16 décembre, à 13h00, à la salle du HLM de St-Henri. Bienvenue à tous.

## CENTRE MARIANISTE D'ÉDUCATION DE LA FOI



Voici les voeux du temps des fêtes et les prochaines activités qui se vivront du Centre marianiste d'éducation de la foi pour le mois de janvier 2020.

### **Voeux de Noël**

L'équipe du Centre marianiste est heureuse de vous souhaiter un très joyeux Noël. Nous profitons de cette occasion pour vous rappeler que vous êtes toujours les bienvenus, mais aussi pour vous redire que nous prions sans cesse pour vous et vos intentions.

S'il vous arrivait de connaître une période plus difficile à traverser, passez-nous un coup de fil. La prière est puissante et apporte beaucoup de paix dans le coeur. Vous ne savez plus prier? Nous le ferons avec vous pour que se dénouent toutes sortes d'obstacles dans votre vie. Si votre situation ne vous permet pas de vous déplacer, quelqu'un de l'équipe pourra se rendre chez vous et prier avec vous.

**Un Enfant nous est né!** Il est le Roi des rois et le Seigneur des seigneurs. Nous en sommes témoins et, c'est pourquoi, il a la première et unique place dans nos vies. Ici, tout le monde est au service de Dieu et des autres et nous avons tous goûté à son Amour et ses tendresses. Aussi, nous ne refusons pas de marcher avec ceux et celles qui ont un besoin.

Notre équipe, prêtres et laïques, vous invite à la suivre sur Facebook ou via notre site Internet: [www.centremarianiste.org](http://www.centremarianiste.org). Vous connaîtrez toutes nos activités. Le Centre est financé par vos dons. Nous pouvons émettre des reçus pour l'impôt. Merci de supporter cette oeuvre d'éducation de la foi depuis sa fondation en 2000. Ensemble, nous

disons: Dieu soit béni pour toutes ces personnes qui ont retrouvé la joie de vivre, qui ont vu leurs épaules allégées, qui ont trouvé une famille spirituelle, qui ont appris à connaître le Seigneur et à le suivre pour leur plus grand bonheur. Que sous le regard attentif de la Vierge Marie et par son intercession, le Centre continue sa belle présence dans notre région. Merci pour vos prières; nous ne vous oublions pas.

Divine Volonté dimanche 5 et 26 janvier de 9h à 12h

Enseignement et prière selon les écrits de Luisa Piccarretta et la messe à 11h.

Luisa Piccarretta, également connue sous le nom de "Petite fille de la Divine Volonté", est à l'étude en vue d'une possible canonisation en tant que sainte de l'Église catholique. Elle était une mystique et auteur Wikipédia (anglais).

Animation par Paul-Arthur Gilbert s.m.

Pour vous inscrire 418-882-0002 ou [www.centremarianiste.org](http://www.centremarianiste.org)

Adoration samedi 18 janvier 2020 de 9h à 19h à la chapelle

"L'hostie nous invite à un double mouvement : à la fois rejoindre et adorer le Christ Ressuscité, glorieux près du Père, mais aussi rejoindre l'ensemble de l'humanité pour laquelle le Christ s'est offert. L'adoration eucharistique, même dans la solitude d'une chapelle, ne peut pas se limiter à un acte individuel : par le pain eucharistique, je rejoins le corps tout entier de mes frères humains, pour lequel le Christ est mort." P. Jacques Midy.

Adorer Dieu... Lui ouvrir notre coeur pour ajuster notre vie et accueillir son Amour. Bienvenue à tous !

Rassemblement des familles dimanche 19 janvier 2020

- Prendre du temps pour "Notre famille"
- Partager avec d'autres
- Se ressourcer

3e dimanche du mois de 9h30 à 12h

Inscription obligatoire pour chaque rencontre 418-882-0002 ou directement au [www.centremarianiste.org](http://www.centremarianiste.org)

Mario Gagné, chargé de projets  
Tél. : 418 883-6912  
Courriel : [mario.ga@videotron.ca](mailto:mario.ga@videotron.ca)

ÉDITIONS  
**Labonté**



## CHEVALIERS DE COLOMB

En cette période de réjouissance, les Chevaliers ne demeurent pas moins que très actifs. Une messe country et gala amateur fut organisé le 8 septembre où cet événement fut un grand succès, les profits furent remis à la Fabrique de St-Henri. Notre messe annuelle suivie d'un brunch avec quelques surprises fut un succès grâce entre autres à vous les Henriçois(ses) qui ont participé à cette activité. La période des Fêtes approche à grands pas, plusieurs partys ont eu lieu ou auront lieu prochainement, demeurez prudents dans vos déplacements. J'aimerais vous remercier de vos participations à nos activités et celles futures. Les profits de nos activités sont toujours pour la population de Saint-Henri.

J'aimerais profiter également de cette occasion pour vous énumérer nos prochaines activités de l'année 2019-2020, votre présence sera encore une fois très appréciée.

Le 20 décembre 2019, les Chevaliers seront présents pour « **Fêtons Noël** » dans les écoles Belleau-Gagnon. M. Gilles L'Heureux, responsable, aura besoin de bénévoles pour cette activité. Ceux et celles qui ont quelques heures de leur temps à offrir à nos enfants, communiquez avec les Chevaliers, vous en connaissez sûrement un près de vous.

La vente de nos billets des œuvres va bien, au coût de 10,00\$ du livret auprès des vendeurs habituel du conseil. Au moment d'écrire notre mot, tout près de 800 livrets ont trouvé preneurs, nous vous en remercions à l'avance. Resp. Raymond Beaudoin

Le 23 février 2020 aura lieu une autre messe avec le Père Gustave Lamontagne suivie d'un gala. Pour plus de renseignements, communiquez avec Yvon Roy 418 885-9055.

Notre centre d'entraide roule à fond de train, car les rénovations du local sont terminées. Une petite visite vous permettra de voir les améliorations apportées et faire des achats à prix modique.

Une pièce de théâtre sur l'Alzheimer aura lieu à Saint-Henri aura lieu dans le mois de mars 2020, Je vous redonnerai plus de détails dans les prochains communiqués de L'Henriçois.

Au nom du Conseil #6416 des Chevaliers de Colomb, je vous souhaite ainsi qu'à vos proches un Joyeux Noël et une Bonne Année 2020 remplie de bonheur et de santé!!!

**Dany Bussièrès, relationniste**



## Une collecte de sang à Saint-Henri

La première collecte de sang de 2020 aura lieu le mardi 28 janvier. Soyez nombreux, on a besoin de vous! Parrainée par les pompiers et le cercle des fermières de St-Henri.

**DATE :** Mardi 28 janvier 2020

**ENDROIT :** Aréna (Centre récréatif de Saint-Henri) 120 rue Belleau

**HEURE :** 13h30 à 20h00 sans interruption

**OBJECTIF :** 115 DONNEURS

Les critères généraux sont les suivants:

- les donateurs doivent être âgés de 18 à 70 ans (jusqu'au 71e anniversaire);
- le premier don doit se faire entre 18 et 60 ans;
- l'intervalle entre deux dons est de 56 jours;
- il est important de bien manger avant le don;



### Avis important aux donneurs

Toute personne doit présenter une pièce d'identité portant son nom et sa signature ou sa photo pour effectuer un don de sang. Apportez votre carte de donneur de sang si vous en possédez une.

### Question santé :

Une personne peut donner du sang même si elle prend des médicaments pour :

- maux de tête (analgésiques)
- allergies (antihistaminiques)
- contraception (pilule contraceptive)
- insomnie (somnifères)
- glande thyro de (Synthroid accepté)
- nerfs (tranquillisants)
- ménopause (traitement hormonal)

### Acupuncture et électrolyse :

Les personnes utilisant l'acupuncture ou l'électrolyse peuvent donner du sang seulement s'il s'agit d'aiguilles jetables ou d'une trousse personnelle. Sinon vous devez attendre 12 mois.

### Grippe, rhume :

Les personnes souffrant d'une grippe ou d'un rhume peuvent donner du sang si elles ne font pas de fièvre.

### Cholestérol :

Les personnes souffrant de cholestérol peuvent donner du sang. Pour les personnes souffrant d'hypertension, de maladies du cœur ou d'hépatite, si vous avez des questions de santé, appelez info-collecte au numéro 418-780-4362.

Nous invitons tous ceux et celles qui peuvent faire un don de sang à venir nous encourager afin de faire de cette collecte un succès.

**Donnez du sang, Donnez la vie!**



## CERCLE DES FERMIERES

### 6<sup>E</sup> ÉDITION DE NOTRE MARCHÉ DE NOËL DU BON VIEUX TEMPS QUI A EU LIEU LES 9 ET 10 NOVEMBRE AU CENTRE RÉCRÉATIF DE ST-HENRI



**Le Cercle de Fermières remercie l'ensemble des personnes qui se sont mobilisées pour le succès de notre marché de Noël.**

**Merci beaucoup à tous les visiteurs pour leurs  
beaux encouragements!**

**Nous vous souhaitons de très joyeuses fêtes de fin d'année.**

#### **Merci à nos précieux supporteurs**

AUTO EXCELLENCE ST-HENRI  
BIBLIOTHÈQUE LA RELIURE  
BOUCHERIE MARIO ALLEN  
BOULANGERIE L'AMI D'ANTAN  
CAISSE DES JARDINS DE BELLECHASSE  
CHANTAL BROCHU, NOTAIRE  
CHEVALIERS DE COLOMB ST-HENRI  
CONSTRUCTION RÉJEAN MORIN  
DÉPANNEUR PÉTRO-CANADA  
ÉCOLE BELLEAU GAGNON  
ÉRABLIÈRE RÉAL BRUNEAU  
EXCELDOR ST-ANSELME  
HOME HARDWARE – L'OUTILLEUR ST HENRI  
IGA DERAÏCHE ST-HENRI  
INSTITUT MARISSA  
INSTITUT SOLÈNE TREMBLAY  
JEAN-PIERRE BOUFFARD, LAITIER  
LEBEAU VITRES D'AUTOS  
LEMIEUX ASSURANCES

LES IMPRESSIONS REFLET INC.  
LOCATION NG & FILS  
MALEX MÉCANIQUE  
MERCIER VALLIÈRES LAPOINTE, COMPTABLES  
MUNICIPALITÉ DE ST-HENRI  
OPTOMÉTRIE MICHÈLE MERCIER  
POTAGER YVANHOÉ BROCHU  
RANCH MYRAFE, LÉVIS  
RESTO LE P'TIT JEANNOT  
SALON ÉLISIANNE  
SALON JOHANNE BELLAVANCE  
STÉPHANIE LACHANCE,  
DÉPUTÉE PROVINCIALE  
STEVEN BLANEY, DÉPUTÉ FÉDÉRAL  
[www.stevenblaney.ca](http://www.stevenblaney.ca)  
STUDIO COIFFURE DOMINIQUE  
TRANSPORT MARC-HENRI BLOUIN  
TRANSPORT ST-ISIDORE  
ULTRAMAR ST-HENRI



Centre  
de Vie  
de  
Bellechasse

### Centre de Vie de Bellechasse

55B, rue de la Fabrique, Sainte-Claire, G0R 2V0  
Tel : (418) 883-4058

Courriel : [centrevie@outlook.com](mailto:centrevie@outlook.com)

## PÉRIODE DES FÊTES

Bonjour à tous! Veuillez prendre note que le Centre de Vie sera fermé du 20 décembre 2019 au 5 janvier 2020 pour la période des Fêtes. Pour la nouvelle année, nous vous invitons à un après-midi dansant du Jour de l'An, le mercredi 8 janvier 2020, avec rigodons!

Veuillez noter que la prochaine sortie de magasinage à Laurier Québec aura lieu le vendredi 10 janvier et qu'il nous reste de la place dans l'autobus. De plus, nous vous invitons à la conférence : Crédit d'impôts pour maintien à domicile le mercredi 15 janvier au Centre de Vie, 13h30 (gratuit)

Nous vous souhaitons à tous un merveilleux temps des Fêtes et une Bonne Année 2020!

Nathalie Bolduc, animatrice

Bureau : 418-883-4058

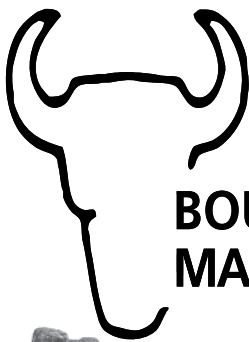
Site internet :

[centreviebellechasse.jimdo.com](http://centreviebellechasse.jimdo.com)

\*\*\* Prendre note que lorsque la Commission Scolaire Côte du Sud est FERMÉE pour cause de mauvaise température, le Centre de Vie est également FERMÉ.

**OUVERT LE DIMANCHE POUR LES MOIS  
DE MAI, JUIN, JUILLET ET AOÛT**

Mario Allen,  
propriétaire



**BOUCHERIE  
MARIO ALLEN**



- Tartare
- Mets préparés
- Méchoui

**GROS ET DÉTAIL • VIANDE FRAÎCHE ET CONGELÉE**

129, Commerciale, St-Henri, Qc G0R 3E0 • Tél. : 418 **882-0909**

## Claude Laliberté

PROPRIÉTAIRE



354, Boul. Campagna  
St-Henri (Qc)  
G0R 3E0

### Location de

- Locaux
- Machineries industrielles

### Vente et location à court et long terme

- Skyjack (intérieur & extérieur)
- Nacelles remorques
- Nacelles sur chenilles
- Pépines sur chenilles (petites & moyennes)



[lalibert22@hotmail.com](mailto:lalibert22@hotmail.com)

Cell.: 418 858-2809 | Fax: 418 882-2809



**ALPHA  
BELLECHASSE**

Groupe populaire en alphabétisation

**Gratuit!**

## **ATELIER DE CONVERSATION QUÉBÉCOISE / FRANÇAISE**

### **Saint-Anselme**

5, rue Morin  
Alpha Bellechasse

**Lundi:** 13h00 à 15h00 et 18h00 à 19h30

### **St-Damien-de-Buckland**

155, rue Commerciale  
Sœurs de Notre-Dame du Perpétuel Secours

**Horaire selon les disponibilités des participants et des bénévoles.**

**Nouveau**

### **Saint-Lazare-de-Bellechasse**

Bistro Lazaro (250, Rte 279)

**Horaire selon les disponibilités des participants et des bénévoles.**

**Des animatrices sont sur place pour vous accueillir !**

Pratiquez en petit groupe le français parlé au Québec, tout en vous amusant!

**Pour plus de détails et inscription  
Contactez-nous!**

**418 885-1587 / Sans frais 1-888-985-1587**

**immigration3@alphabellechasse.org**

Alpha Bellechasse est promoteur du service d'accueil et d'intégration des personnes immigrantes **Liaison Immigration Bellechasse**. Ce service est rendu possible grâce à la contribution financière de ministère de l'Immigration, de la Francisation et de l'Intégration.

## **LANCEMENT OFFICIEL DU PROJET BOYER NORD POUR LA RÉDUCTION DES RISQUES LIÉS AUX PESTICIDES**

L'Organisme des bassins versants de la Côte-du-Sud (OBVCdS) est à la recherche d'entreprises agricoles dans le bassin versant de la rivière Boyer Nord pour collaborer à un projet visant la réduction des risques liés aux pesticides. Le projet de la Boyer Nord vise un micro-bassin d'une soixantaine de producteurs agricoles représentant une superficie de 5 295 hectares. Les municipalités ciblées sont Saint-Anselme, Saint-Henri et Saint-Charles-de-Bellechasse. Toutes entreprises agricoles désirant faire le point sur ses pratiques actuelles en matière de gestion des pesticides sont invitées à communiquer avec l'OBVCdS. En collaboration avec l'agronome-conseil des participants, des actions concrètes et appropriées leur seront proposées afin d'adapter leurs méthodes. Ce projet mobilisateur se veut inclusif et tous les acteurs du milieu agricole seront invités à échanger sur des solutions pour la réduction des pesticides dans le cours d'eau, sans porter atteinte au rendement économique des cultures. Le projet s'échelonnera sur une période de quatre ans et vise une réduction de 25 % des risques liés à l'utilisation de pesticides pour chacune des entreprises participantes.

Un projet similaire a été réalisé en Montérégie de 2017 à 2019 et les résultats ont été très positifs. Selon les résultats préliminaires, il est possible de réduire les risques liés à l'application de pesticides sans compromettre les rendements des cultures. Vous êtes invité à visionner la capsule vidéo produite par le ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation (MAPAQ) pour plus d'informations : Réduire les risques des pesticides, c'est possible! (<https://www.youtube.com/watch?v=Q82JIIAcKC4>).

Lors des étés 2015 et 2016, le ministère de l'Environnement et de la Lutte contre les changements climatiques (MELCC) a procédé à l'échantillonnage de l'eau de quelques cours d'eau de la Chaudière-Appalaches dans le cadre de son réseau de suivi de la qualité de l'eau. Les échantillonnages ayant été réalisés dans la rivière Boyer démontrent la présence marquée d'atrazine et de néonicotinoïdes dépassant les normes en vigueur sur le plan des critères de vie aquatique chronique. Il est possible de faire les choses autrement et les producteurs agricoles accompagnés par leurs conseillers terrain seront les principaux vecteurs de ce changement! Pour atteindre une réduction de 25 % des risques liés à l'utilisation de pesticides, plusieurs actions concrètes peuvent être mises de l'avant.

Collectivement, nous pourrions avoir un impact réel sur la qualité de l'eau et améliorer la gestion des ennemis des cultures. Repensons nos façons de faire pour un avenir durable.

Ce projet a été financé par le MAPAQ dans le cadre du programme Prime-Vert.



## DU GAZ RADIOACTIF QUI S'INFILTRE DANS MON SOUS-SOL?

### SOYEZ BIEN INFORMÉ!



Saviez-vous que l'exposition au radon est la deuxième cause de cancer du poumon après le tabagisme? Et qu'un cancer du poumon sur six lui serait attribuable?

Le radon est présent dans tous les foyers, seule sa concentration varie. Naturellement présent dans le sol, il peut s'infiltrer dans les maisons, notamment par les fondations.

### Comment savoir si j'ai du radon chez moi en quantité pouvant présenter un risque pour ma santé ou celle de ma famille?

Le radon ne se voit pas, ne sent pas et ne goûte pas. Le SEUL moyen de savoir est de faire un test. Il est conseillé de faire cette mesure durant l'hiver sur une période d'au moins trois mois. Dans le cas où le niveau de radon mesuré serait supérieur à la recommandation de Santé Canada (200 Becquerels/m<sup>3</sup>), des mesures pour le réduire existent. Sachez aussi qu'il est possible de prévenir les infiltrations de radon à l'étape de la conception d'une maison.

### Où se procurer un appareil pour mesurer le radon (dosimètre)?

Sur le site de l'Association pulmonaire du Québec (<https://pq.poumon.ca/produit/dosimetre/>)

Sur le site de CAA-Québec (<https://www.caaquebec.com/fr/a-la-maison/conseils/outils-et-references/du-radon-dans-la-maison/dosimetres-et-autres-instruments-de-mesure-pour-le-radon/>)



# Plomberie J.P.R. inc.

Plomberie • Déco • Accessoires

- Salle de montre
- Boutique déco

**RBQ 5599-7589-01**

*Nous profitons de cette période de réjouissances pour vous offrir nos meilleurs vœux de bonheur santé et prospérité pour la nouvelle année.*



**Tél.: 418 882-6320**

**2511, route du Président-Kennedy, Saint-Henri (Québec) G0R 3E0**

**LOCATION NG & FILS**  
LOCATION D'OUTILS ET DE REMORQUES  
SERVICE DE LIVRAISON

418 700-1707  
locationng@videotron.ca  
2733 route Kennedy, St-Henri (Lévis) G0R 3E0

En cette période des Fêtes, nous pensons tout particulièrement à ceux qui ont contribué à notre succès. Nous vous remercions d'avoir été là et de nous avoir fait confiance.

Joyeux Noël et Bonne Année!



**AudiSon**  
Centre auditif Smith & Paradis  
audioprothésistes

418 885-1550 • 1 866 885-1550  
9, rue Gilles-Audet, suite 202, St-Anselme G0R 2N0  
1568H, route 277, Lac-Etchemin  
centre-auditif.ca



**PNEU SELECT**  
SERVICE PNEU ET MÉCANIQUE

**KENNEDY PNEUS ET MÉCANIQUE**  
147, route du Président Kennedy, St-Henri (Qc) G0R 3E0  
Téléphone : 418 882-2234  
kennedypneusmecanique@gmail.com

Il n'y a pas de moment mieux choisi pour vous dire merci de la confiance que vous nous avez témoignée tout au long de l'année.

De toute l'équipe  
*Joyeuses Fêtes et une Bonne et Heureuse Année*

Nom entreprise	Téléphone
Abattoir Rolland Pouliot & fils inc.	418-882-2370
AD Boivin	418-882-1946
Aiguissages R.M. Rive-Sud inc.	418-882-2465
Alain Vallée comptable	418-700-1547
Alarmes V.E.C.	418-882-2469
Alcool anonyme	418-386-7267
Allen Entrepreneur Général inc.	418-882-2277
Altesse Coiffure Stéphanie Grenier	418-700-1777
Atelier Michel Demers	418-882-2291
Atelier Multi-Drive (1999) inc.	418-882-5115
Auto Excellence	418-882-0355
Autobus B. Vallières	418-882-5953
Automobiles Norman Lee Pro Carrossier	418-882-2220
Banque nationale du Canada	418-882-2264
Bar Croteau	418-882-2405
Benoît Lambert auto inc.	418-882-0445
Bleuetière Aux Fruits des champs	418-882-5283
BM Service de traiteur inc.	418-882-5994
BME Techno Groupe Construction	418-895-0640
Boucherie Mario Allen	418-882-0909
Boulangerie artisanale L'Ami d'Antan	418-882-0461
Brochu Asselin Lajeunesse, notaires	418-882-3456
Broderie SA MI inc.	418-882-5272
Bruno Marcoux Électricité inc	418-802-7242
Buffets chez Paule (Les)	418-882-0664
CPE L'Amhironnelle	418-882-2831
Caisse Desjardins de Bellechasse	418-885-4421
Casse-croûte chez Dave	418-882-0350
Centre de formation en montage de lignes	418-834-2463
Centre de formation professionnel en esthétique automobile Carl Émond	418-802-2523
Centre d'esthétique en remise à neuf automobile Carl Émond	418-802-2523
Centre de rénovation Home Hardware	418-882-2231
Centre d'esthétique d'Auto	418-882-2178
Céramiques Mathieu Arbour inc.	418-670-9635
Cidrerie Le Somnambule	418-882-2929

Nom entreprise	Téléphone
Clinique d'Acupuncture Richard Létourneau	418-885-0011
Clinique de Massothérapie Anne-Marie Jomphe	581-999-0180
Clinique de soins infirmiers Marianne Lamontagne	418-700-0580
Clinique dentaire Saint-Henri	418-882-0221
Clinique médicale Saint-Henri	418-882-2268
Coifferie Michaëlle	418-882-3530
Coiffure Nouvel Éclat	581-308-6847
Comptabilité Nancy Bouffard	418-454-4846
Comptabilité & impôts Christiane Vincent	418-883-6640
Composts du Québec inc. (Les) - filiale de GSI	418-882-2736
Confections Amélie Lacasse	418-882-0522
Construction Anthony Lessard inc.	418-882-8277
Construction CHACAL inc.	418-956-3508
Construction Eric Lessard	418-858-0334
Construction et rénovation LG inc.	418-571-2024
Construction G. Lessard	418-882-7092
Construction M. Demers et fils inc.	418-882-0990
Construction NR	418-891-1120
Construction & Rénovation Vincent Asselin	418-956-9969
Construction Réjean Morin	418-882-6199
Construction Serge Pouliot Inc.	418-833-6875
Construction Sylvain Larose inc.	418-559-5467
Cordonnerie St-Henri	418-882-2879
Couvre-planchers Dany Bélanger inc.	418-882-2928
Couvre-toit D.R.	418-882-3712
Créations Melchiavel	418-265-0666
Déménagement AGB	418-833-8366
Demers G Auto inc.	418-882-2377
Déneigement Bruno Lessard	418-882-0664
Déneigement Jastien	418-572-2748
Déneigement Roberge	418-882-6566
Déneigement T.B. Multi-Services	418-572-2748
Denturologiste Nolet Jalbert inc.	418-882-0427
Dépanneur Péto-Canada	418-895-0871
Distribution DSA (2012) inc.	418-700-1056

Détails des entreprises sur [www.saint-henri.ca](http://www.saint-henri.ca)

Nom entreprise	Téléphone
Domaine Franco	418-882-2193
École Belleau	418-834-2465
Ébénisterie S.Pouliot Inc	418 882-0744
École de langues - Langues Illico	418 806-8597
École d'équitation La Chevalerie	418-882-0669
École Gagnon	418-834-2468
Enduits Carapace inc. (Les)	418-882-0712
Entreposage Etchemin	418-571-7632
Entreposage Johanne Labbé et Mathieu Buteau	418-882-0967
Entreposage Kennedy	418-421-0059
Entreposage G. Gosselin	418-882-3462
Entreprises Gosselin & Chouinard (Les)	418-700-3534
Entreprises Luc Mondoux inc. (Les)	418-882-0372
Epicerie L. Caron	418-882-2388
Équipements de ferme Raymond E. Laliberté (Les)	418-882-2408
Erablière Réal Bruneau	418-882-0630
Etoile du cœur	418-882-0770
Excavation Les Graviers Roy inc.	418-882-2509
Excavation Stephan Roy inc.	418-882-2864
F.B. Entrepreneur Électricien	418-882-2249
Fabri-Concept D.M. inc.	418-882-2122
Ferme Palyn	418-882-6184
Finitions de béton SJ	418-882-0126
Fix Auto	418-882-0333
Forages Nella inc. (Les)	418-882-2002
Forfaits Carlac	581-996-3099
Fortier 2000 Itée	418-882-2205
G.R. Service	418-882-6849
Garage Auto Plus SV	418-882-0007
Garage Pierre Allaire	418-882-3675
Garage Raymond Larose	418-882-0423
Gaz bar Ultramar	418-700-1771
Genest pneus et mécanique	418-262-7522
Germain Caron comptable	418-882-3453

Nom entreprise	Téléphone
 <p><b>Gervais Roy inc.</b> Achat-vente-location ■ CAMIONS ■ REMORQUES ■ BOÎTES ■ CONTENEURS</p> <p><b>418 882-0444</b></p>	<p><b>GERVAIS ROY</b> Saint-Henri-de-Lévis Tél. : (418) 882-0444</p>
Gestion Felma	418-882-0550
GoliathTech	418-700-1088
Gouttières Laliberté	418-882-6813
Hôtel Motel Le Manoir	418-882-5174
I.G.A. Deraîche Saint-Henri	418-882-5375
Industries de meubles Classic 2002 inc. (Les)	418-882-0841
Inspect Habitation	418-580-2500
Institut Beauté Chantal Lecomte	418-882-6151
Institut Cravate & Talons hauts	418-655-4356
Institut Marissa	418-882-0244
Institut Reflet Beauté	418-882-1978
Institut Solène Tremblay	418-882-0202
Jeld-Wen of Canada Ltd	418-882-2223
Kennedy pneu et mécanique	418-882-2234
La Niche à Luna	418-700-0700
Labonté Pare-brise d'auto	418-882-0851
Lave-auto automobile Carl Émond	418-802-2523
Lembex Import inc.	418-895-6333
Lemieux Assurances	418-882-0801
Liquidation C.K.L.D. inc.	418-700-0507
Location C.L.	418-858-2809
Location de garages Olivier	418-882-0910
Location Fortier inc.	418-882-1919
Location NG & fils	418-700-1707
Logispro Inc.	418-951-4655
Luc Ouellet électrique	418-700-1001
Malex Mécanique	418 882-2377
Marco Anctil Entrepreneur spécialisé ébénisterie	418-700-0735

Nom entreprise	Téléphone
Martin Couture	418-563-3522
Massothérapie E-fleur la vie	418-700-0759
MCS Informatique inc.	418-882-2923
Mécanique Auto MB	418-700-0990
Melcy Coiffure	418-882-6400
Michel Lessard Débosselage Peinture	418-882-7448
Mini-excavation André Gilbert	418-882-0862
Mini-excavation Blouin	418-575-1760
Monsieur Muffler	418-882-2320
Motel Le Villageois	418-882-0434
Nadeau & Associés Pneus et Mécanique	418-700-1330
Niche à Luna	418-700-0700
Ninja Média	581-777-0329
Norac Transport	418-882-0457
Office municipal d'habitation de St-Henri	418-882-6157
Olymel	418-882-2282
Optométrie Michèle Mercier	418-882-6345
Pavages St-Henri (Les)	418-882-6023
Paysagiste S. Roberge	418-882-6566
Peinture Léo Brochu et Fils	418-882-0695
Pharmacie Marc Falardeau	418-882-2246
Phoenix Services Environnementaux	418-882-0014
Pierre-Luc Masson arpenteur-géomètre	418-254-0615
Pilotis Excavation Lessard Inc.	418-882-0664
Plante Agri-Concept inc.	418-882-3698
Plomberie JPR inc.	418-882-6320
Potager Yvanhoé	418-882-2342
Prestolam	418-882-2242
Produits métalliques Bussières	418-882-0812



**PUITS ARTÉSIENS  
ÉMILIE BLAIS**  
Saint-Henri  
Tél. : (418) 891-8021

Nom entreprise	Téléphone
Pure Point de vente Québec-Rive-Sud	418-802-2523
Réal Brochu inc.	418-882-0762
Recouvrements métalliques Bussières	418-882-0811
Rénovation Karl Mercier	418 895-6523
Rénovation Lavertu et fils	418-882-0932
Rénovations Mario Audesse	418 882-0201
Répartitions A. Lessard	418-882-0606
Restaurant Le Sagittaire	418-882-0750
Resto Le P'tit Jeannot	418-882-0667
Roland Caron & fils inc.	418-882-0457
Royal St-Henri (Le)	418-882-1314
Salon Élisianne	418-882-2110
Salon funéraire Gonzague Valois – Groupe Garneau Thanatologue	418-839-8823
Salon Johanne Bellavance	418-882-0281
Salon Lucia	418-882-0282
SAQ Agence (Dépanneur Pétro-Canada)	418-895-0871
Services de comptabilité CG	418-882-0126
S'IMPORT - Auto Importée Simon	418-882-0478
Solution Comptabili-T Inc	418-570-0861
SoluTrans Express	418-952-0125
Sos Allaitement Le Sein-Henri	418-882-0766 ou 418-858-0111
Soudure Davco	418-570-0056
Soudure Dion	418-882-2553
Studio coiffure Dominique	418-882-0835
Studio Delta	418-951-8601
Studio Pureté Beauté esthétique	418-700-0596
Tempérament Sauvage	418-882-0558
TMS Système	418-895-6877
Toitures Normand Gagné	418-891-1120
Tournesoi coaching familial	418-554-8077
Transport Alain Roy inc.	418-882-2509

Nom entreprise	Téléphone
Transport d'Agrégats du Québec inc.	418-741-1010
Transport Multivrac 1998 inc.	418-741-1000
Transport Serro	418-882-0074
Transport Stephan Roy	418-882-2864
Transport TriCam inc.	418-882-0059
Transport Saint-Isidore	418-882-5639
Valérie Fournier Photographe	418-700-0547
Vente et réparation d'ordinateurs	
Victor Fournier	418-883-6942

Nom entreprise	Téléphone
Verger et Vignoble Casa Breton	418-882-2929
Verger Saint-Patrice et Le Rucher Labrie	418-882-2812
Viandes Délecta (Les)	418-882-0821
Villa Couture (La)	418-882-2600
Vitrerie Décor	418-882-2151
Vitrerie et vitres d'auto mobile	418-998-7778
Vitres et accessoires d'auto Chrystian Héту	418-895-0415

PROMOTION JUSQU'AU 2 DÉCEMBRE 2019

## RAM 1500 QUAD 2019 CLASSIC NIGHT EDITION

- MOTEUR V6 3,6L PENTASTAR
- FORFAIT TOUT INCLUS
- ET BEAUCOUP PLUS...



**114\$ / SEMAINE\*\***  
0\$ ACOMPTE - ACHAT 8 ANS



PHOTO À TITRE INDICATIF. JUSQU'À ÉPUISEMENT DES STOCKS.

## FORFAIT TOUT INCLUS

- ✓ GARANTIE PROLONGÉE 5 ANS
- ✓ CHANGEMENTS D'HUILE 5 ANS
- ✓ PERMUTATION DES PNEUS 5 ANS
- ✓ PNEUS D'HIVER DE QUALITÉ\*

TOUJOURS  
LE PLUS PRÈS DE VOUS

# Daniel Paré

CHRYSLER Jeep DODGE RAM

**2E CHANCE AU CRÉDIT  
DISPONIBLE**  
À PARTIR DE 4,99%

**VOYEZ TOUTES NOS OFFRES**  
MAGASINEZ EN LIGNE SUR  
**DANIELPARE.COM**

**ST-MALACHIE**  
692, BOUL. HENDERSON  
1 888 721-4884

**STE-MARIE**  
615, RTE CAMERON  
1 888 746-9152

\*Sujet à l'approbation du crédit, versement plus taxes applicables, 96 mois, frais de crédit de 8127 \$. \*\* Contrat de service Mopar gratuit pour une utilisation personnelle, surcharge de 450 \$ pour utilisation commerciale légère.  
\*\*\* Goodyear UltraGrip Ice WRT de 17po montés sur 4 roues en acier de 17po. TRX 41880-Stock 19514



# JE SUIS LE MIEUX ASSURÉ!

MEILLEUR SERVICE, MEILLEUR CHOIX, MEILLEUR PRIX



- AUTO
- HABITATION
- ENTREPRISE

**LEMIEUX ASSURANCES**

**Saint-Henri :**  
186, rue Commerciale  
Saint-Henri (Québec) G0R 3E0

**418 882-0801**

CABINET DE SERVICES FINANCIERS

[lemieuxassurances.com](http://lemieuxassurances.com)

## GOLIATH TECH

SYSTÈME DE PIEUX VISSÉS



MINI-EXCAVATION GOLIATH-T

- Mini-excavation
- Terrassement
- Aménagement paysager
- Transport de terre en vrac
- Location de pelle mécanique Kubota
- Location pépinière Kubota
- Remorque dompeur

Franchisé indépendant

Québec Rive-Sud - Beauce

**418.700.1088**

FORCE & SAVOIR-FAIRE

RBQ - 5687-1247-01

[WWW.PIEUXGOLIATHTECH.COM](http://WWW.PIEUXGOLIATHTECH.COM)



**Vos partenaires en matière de produits de béton préfabriqués**



146, rue Commerciale  
Saint-Henri-de-Lévis (Québec)  
G0R 3E0  
Tél. : 418 882-2205  
Télé. : 418 882-2067

## SOUDEURE DAVCO INC.

ACIER INOXYDABLE SANITAIRE • ALUMINIUM • ACIER

**418 570.0056**

[souduredavco@videotron.ca](mailto:souduredavco@videotron.ca)

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

**David Couture**  
propriétaire

Conception • Fabrication • Sous-traitance

## Construction Sylvain Larose

ENTREPRENEUR GÉNÉRAL  
RÉSIDENTIEL • COMMERCIAL

**418 559-5467**

[ConstructionSylvainLarose.com](http://ConstructionSylvainLarose.com)

ENGAGEZ-VOUS AVEC NOUS ET PROFITEZ GRATUITEMENT de nos services de plans et de design

CONCEPTION DE PLAN SUR MESURE

*Marie-Christine Lizotte*  
Marie-Christine Lizotte  
Technologue en architecture  
Designer - Chargée de projets

RBQ: 5601-3956-01

## ROBERT PARÉ AUTOS

VÉHICULES D'OCCASION



VOLKSWAGEN GOLF 2016  
71 000 KM **12,995\$**



DODGE CARAVAN 2018  
59 500 KM **21 995\$**

[WWW.ROBERTPAREAUTOS.COM](http://WWW.ROBERTPAREAUTOS.COM)

6, RUE GILLES-AUDET, SAINT-ANSELME

**(418) 885-9500**



**Accessoires autos**  
**Vitres d'autos et camions**  
**Rembourrage-automobile**  
**SERVICE MOBILE**



**Lebeau Vitres d'autos MD**

98, boul. Campagna, St-Henri, Qc G0R 3E0

[leb6619@beltroncanada.com](mailto:leb6619@beltroncanada.com)

[lebeau.ca](http://lebeau.ca)

Valère Santerre & Carole Tremblay  
Propriétaires

**418 882-0851**  
**FAX : 418 882-5439**

# Brochu Asselin Lajeunesse, Notaires



Josianne Asselin, Karine Lavertu, Chantal Brochu, Annie Pelletier, Isabelle Lajeunesse

17, route du Président-Kennedy, Saint-Henri, Québec G0R 3E0  
Tél. : 418 882-3456 [www.notairesbal.com](http://www.notairesbal.com)



**Germain Caron**

Comptable, B.A.A. Lc. Sc. Ctb.

Comptabilité - Fiscalité

Corporation, particulier

17, route Kennedy  
Saint-Henri (Québec) G0R 3E0  
Tél.: 418 882-3453  
Télé.: 418 882-3454  
Courriel: [gcaron.ctb@videotron.ca](mailto:gcaron.ctb@videotron.ca)

## TOITURES

R.B.Q. : 5651-7550-01

### CONSTRUCTION M. DEMERS & FILS INC.

ENTREPRENEUR GÉNÉRAL

Tél. : 418 882-0990 Cell. : 418 929-6059

- CONSTRUCTION DE MAISONS NEUVE
- COUVERTURES DE BARDEAUX
- TÔLE ET MEMBRANE ÉLASTOMÈRE
- RÉPARATIONS DE TOUS GENRES
- REVÊTEMENT EXTÉRIEUR

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

URGENCE  
24/7

RÉSIDENTIEL - COMMERCIAL

## LOCATION NG & FILS

LOCATION D'OUTILS ET DE REMORQUES  
SERVICE DE LIVRAISON

418 700-1707

[locationng@videotron.ca](mailto:locationng@videotron.ca)

2733 route Kennedy, St-Henri (Lévis) G0R 3E0

Nancy et Ghislain pour vous servir



Fendeuse à bois  
Déchiqueteuse à branches  
Sableuse à plancher  
Service de fax et photocopies couleurs

NOUVEAUTÉ  
REMORQUE  
À MOTONEIGE  
8 1/2 X 20 FERME

Location d'outils de tout genre



## Plomberie J.P.R. inc.

Plomberie • Déco • Accessoires

Tél.: 418 882-6320

2511, route du Président-Kennedy  
Saint-Henri (Québec) G0R 3E0

- Salle de montre
- Boutique déco

RBQ 5599-7589-01



## CONSTRUCTION RÉJEAN MORIN .COM

PORTES OUVERTES LES DIMANCHES



TERRAINS À VENDRE  
MAISONS, JUMELÉS ET CONDOS  
MODÈLES À VISITER  
CONFECTION DE PLAN  
SELON VOTRE BUDGET  
SERVICE DE DÉCORATION

418 882.6199  
418 573.1588

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



RBQ : 5586-2221

## LES ENTREPRISES FRÉDÉRIC BOIVIN 2008 inc. ENTREPRENEUR ÉLECTRICIEN

Résidentiel-Commercial-Industriel

Tél.: 418 882-2249 Cell.: 418 891-1370 Fax: 418 700-0804  
210, rue du Parc, Saint-Henri, G0R 3E0  
[boivinelectrique@gmail.com](mailto:boivinelectrique@gmail.com)



Recevez 125\$ en argent\*  
pour tout changement de pare-brise

Remplacement et réparation  
de pare-brise directement à l'endroit  
que vous désirez **SANS FRAIS**

Pourquoi vous déplacer?

Aussi offert : Verre de meuble,  
Thermos, moustiquaire etc.

\* pour clients assurés

[www.vitrieriemobile.com](http://www.vitrieriemobile.com)  
103, de la Rive, Saint-Henri

Frédéric Boutin prop.  
cell : 418 998-7778