

# INFO-ÉCOF-CDEC INFO-ÉCOF-CDEC

Le bulletin de nouvelles de la CDEC de Trois-Rivières

## La tradition dans votre assiette!



Suite au grand succès de l'an dernier, la Démarche des premiers quartiers a décidé de reconduire son activité de financement. Cette année encore, l'événement sera un souper gastronomique pendant lequel des chefs cuisiniers réinventeront un mets typiquement québécois : le pâté chinois.

L'activité de financement aura lieu le **jeudi 23 février 2012**, à compter de 18h, dans les locaux de Théo traiteur. Au même titre que l'an dernier, plusieurs grands restaurateurs de Trois-Rivières vous proposeront leur pâté chinois réinventé, tels que : Le Castel des Prés, Le Carlito, Le Moose Bar & Grill, Le Grill, Buffets Bouff'elles, Théo traiteur, Le Delta - Centre des Congrès, Le Steak frites St-Paul Trois-Rivières, L'Oriflamme, Paul Piché traiteur, Olive et Papaye, El Diablo et Le Lupin. Le coût du billet est de 50 \$, réservez-vite, les places s'envolent!

Cette année, l'événement sera sous la présidence d'honneur d'une représentante de la Jeune Chambre de Commerce de la Mauricie, la directrice générale, Mme Kathy Béliveau, ainsi que Monsieur Renaud du Collège Lafèche. Les porte-paroles seront M. Stéphane Beaulac et Mme Sélina Prévost de la radio Rouge FM. Notons aussi le support de Sonofun.

La Démarche des premiers quartiers de Trois-Rivières est une coalition d'organismes, de citoyens et citoyennes du milieu, dont la mission est d'améliorer la qualité et les conditions de vie de ses habitant(e)s par différents projets de revitalisation : programme d'accès à la propriété, groupe d'achats collectifs, accès informatique gratuit, jardins communautaires, reconversion de l'église Sainte-Cécile, bulletin communautaire, Communo-Gym, prêt de vélos, maisons de quartiers, etc.

Venez encourager cet organisme qui œuvre auprès des citoyens et citoyennes et délecter vos papilles dans une ambiance festive!

Pour réserver vos billets, contactez  
Caroline Guay au 819 373-1473 poste 2314  
ou par courriel: [caroline.guay@ecof.qc.ca](mailto:caroline.guay@ecof.qc.ca).

Offre spéciale! À l'achat de 7 billets,  
recevez-en un 8<sup>e</sup> gratuitement!



## Sommaire

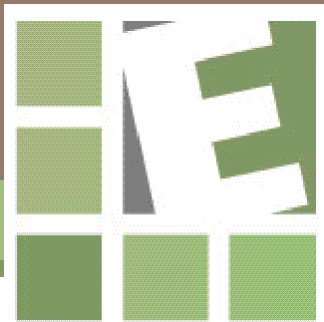
Facili**TEMPS** ..... p.2

Des nouvelles de nos  
quartiers ..... p.3

Deux services,  
une même  
adresse..... p.6

Survivre au  
progrès..... p.8

page 1



# INFO-ÉCOF-CDEC INFO-ÉCOF-CDEC

Le bulletin de nouvelles de la CDEC de Trois-Rivières

## Le service FaciliTEMPS vu par Marie-Claude Guilbert, conseillère principale au Groupe Conseils MCG



Malka Roy

*Le Groupe Conseils MCG accompagne les dirigeants et partenaires dans la recherche de solutions personnalisées, concrètes et durables pour propulser le plein potentiel de leur organisation. Il offre un accompagnement en gestion des ressources humaines, gestion de projet et développement organisationnel. Le Groupe Conseils a toujours été très impliqué dans les activités de la Jeune Chambre de Commerce de la Mauricie, ils ont d'ailleurs collaboré sur un mandat régional en lien avec la conciliation travail-famille-études.*

### **M.R. D'où vient l'idée du service FaciliTEMPS offert par la Jeune Chambre de Commerce de la Mauricie (JCCM)?**

**M-C.G.** : La JCCM était préoccupée par la conciliation travail/famille pour ses membres. Le CSSS de Trois-Rivières a souhaité créer un partenariat avec la JCCM pour favoriser la rétention de ses employé(e)s et de là est né le projet FaciliTEMPS.

### **M.R. À qui s'adresse le service? Qui peut en bénéficier?**

**M-C.G.** : À toutes les entreprises de la Mauricie dont les employé(e)s manquent de temps!

### **M.R. Pouvez-vous nous donner quelques exemples de services offerts par le projet FaciliTEMPS?**

**M-C.G.** : Seuls les membres de la JCCM peuvent offrir leurs services dans le cadre du projet FaciliTEMPS. On retrouve, entre autres, des **traiteurs** : l'employé(e) qui manque de temps pour préparer un souper en rentrant à la maison, peut appeler l'entreprise référée

par la JCCM pour se faire livrer un repas directement à son entreprise. Il y a aussi des **garages** : le garagiste peut venir chercher la voiture de l'employé(e) directement à son entreprise.

### **M.R. Quels sont les avantages de ce service?**

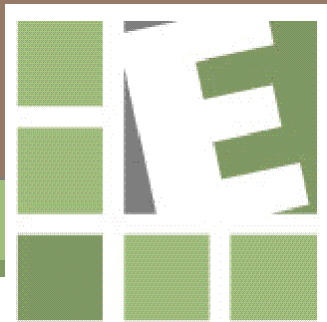
**M-C.G.** : Cela permet de faire gagner du temps aux employé(e)s pour mieux concilier les obligations familiales avec l'horaire de travail et ce, sans occasionner de frais supplémentaires pour le service.

### **M.R. Quelles sont les démarches à effectuer pour bénéficier du projet FaciliTEMPS?**

**M-C.G.** : La JCCM a déjà une liste de services offerts dans le cadre du projet FaciliTEMPS. Une entreprise intéressée par l'un de ces services doit prendre contact

La JCCM joue le rôle de pivot entre ses membres et les responsables d'entreprises voulant faire gagner du temps à leurs employés.

page2



# INFO-ÉCOF-CDEC

## INFO-ÉCOF-CDEC

Le bulletin de nouvelles de la CDEC de Trois-Rivières

avec la JCCM pour en bénéficier. Si une entreprise a identifié d'autres besoins avec ses employés, la JCCM informera ses membres de ce nouveau besoin afin d'y répondre.

**M.R. Quels sont le ou les éléments que vous avez le plus appréciés dans ce projet?**

**M-C.G. :** C'est gagnant/gagnant pour tout le monde : les employeurs aident leurs employés à concilier leur vie professionnelle et familiale; les employés gagnent du temps; les membres de la JCCM ont de nouveaux clients et la JCCM développe son membership tout en collaborant au développement de la conciliation travail/famille pour la Mauricie.

**FaciliTEMPS!**

Projet Conciliation travail/famille

>>>>> Pour un **retour du boulot facilitant!**

*« Ça favorise la conciliation travail/famille, ça diminue des zones de stress et ça permet de régler des petits problèmes au quotidien. »*

*Marie-Claude Guilbert*

**M.R. En quelques mots, comment pourriez-vous définir ce projet?**

**M-C.G. :** C'est un projet porteur de la conciliation travail/famille.

Je voudrais aussi souligner l'audace de la JCCM et de sa directrice pour avoir lancé un tel projet. Un grand bravo!

Vous pouvez retrouver toutes les informations nécessaires sur le projet FaciliTEMPS en visitant la page Web : <http://www.jccm.qc.ca/projets/1/FaciliTEMPS> ou en appelant la JCCM au 819 372-1411.

Toute l'équipe  
d'ÉCOF-CDEC  
de  
Trois-Rivières

VOUS  
souhaite  
un très  
joyeux temps  
des Fêtes!



page 3



# INFO-ÉCOF-CDEC INFO-ÉCOF-CDEC

Le bulletin de nouvelles de la CDEC de Trois-Rivières

## Marché de Noël de Trois-Rivières



Pour la troisième année consécutive, ÉCOF-CDEC de Trois-Rivières a une maisonnette au Marché de Noël de Trois-Rivières, qui permet d'offrir un espace de visibilité et de vente à des entreprises et artistes locaux. Cette année, la maisonnette accueillera :

- Les créations D'Élis'Art
- Catherine Vaugeois, artiste
- Josée Brisson et Michèle Dugré
- Maison la Tradition
- Marie-Josée Maltais Artiste Illustratrice
- Belle à croquer
- Les vitraux du coin

Venez encourager nos entreprises et artistes locaux en les visitant du 8 au 18 décembre 2011, au parc Champlain de Trois-Rivières.

Voir le site Internet pour la programmation complète :

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

## Des nouvelles de nos quartiers...

La Gazette de la Mauricie et Imprimage vous accueillent désormais à l'édifice Lampron en plein cœur des « cinq coins ».

### La Gazette de la Mauricie

1610, rue Bellefeuille, local 001

Trois-Rivières, Qc G9A 6H7 Téléphone : 819 375-4012

### Imprimage

1610, rue Bellefeuille, local 002

Trois-Rivières, Qc G9A 6H7 Téléphone : 819 375-2205

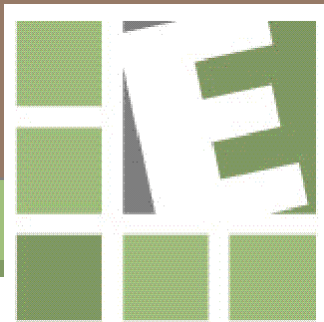
**La lanterne** vous accueille dans ses nouveaux locaux :

17, rue Fusey, local 208,

Trois-Rivières, Qc G8T 2T3

Le **Fonds communautaire d'emprunt de la Mauricie** a une nouvelle façade!





# INFO-ÉCOF-CDEC INFO-ÉCOF-CDEC

Le bulletin de nouvelles de la CDEC de Trois-Rivières

## L'église Ste-Cécile au rythme de Noël!

Julie Dumont

La Corporation Spect-Arts est fière de vous convier à sa première programmation de Noël!

Tout d'abord, les 10 et 11 décembre prochains, nous vous offrons la chance de découvrir des trésors faits à la main par des artistes et membres d'organismes de chez nous. De quoi trouver des cadeaux de Noël uniques à offrir à vos proches!

### Expo-vente Créations et Traditions

**Samedi 10 décembre : 13 h à 19 h**

**Dimanche 11 décembre : 13 h à 17 h**

Entrée gratuite!

### Grand Noël Choral

Ensuite, le **mardi 13 décembre**, vous aurez la chance d'assister à un événement UNIQUE à Trois-Rivières. Dans le cadre de sa soirée bénéfique, Spect-Arts vous offre un concert de Noël jamais vu : huit chœurs trifluviens (environ 300 choristes!) seront réunis sur scène pour vous chanter les plus beaux airs de Noël!

Les billets seront disponibles en prévente au coût de 25 \$ et à la porte (s'il en reste!) au coût de 30 \$.

Pour plus d'information, je vous invite à me contacter par courriel à l'adresse suivante : [corporationspectarts@gmail.com](mailto:corporationspectarts@gmail.com), par téléphone au 819 244-2079 ou encore via notre page Facebook Spect'Arts.

Au plaisir de célébrer avec vous!



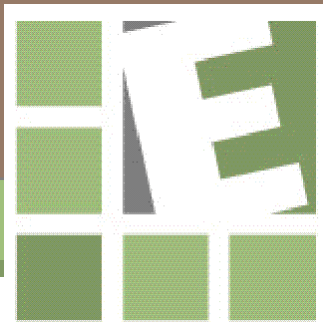
Lors de la dernière année, l'Auberge Internationale des premiers quartiers a mis sur pied un projet permettant aux personnes vivant l'exclusion culturelle de participer à un projet artistique et collectif. Après quelques ateliers avec une photographe professionnelle, les participants ont développé l'art de la photographie et ont su mettre en application leurs acquis.

Nous sommes très heureux de vous inviter à découvrir notre nouvelle exposition permanente sous le thème «zoom-culturel». Nous avons également une série de cartes postales provenant des photos de l'exposition en vente directement à l'auberge. Venez en grand nombre!

**Heures d'ouverture pour visiter l'exposition : lundi au dimanche de 16h à 21h.**

Pour plus d'information, veuillez communiquer avec Anne-Marie Verville au 819 378-8010.

page 5



# INFO-ÉCOF-CDEC INFO-ÉCOF-CDEC

Le bulletin de nouvelles de la CDEC de Trois-Rivières

## Deux services, une même adresse

Malka Roy

### Lave-auto sans contact



Ce type de lave-auto utilise une technologie impliquant un laser qui permet le nettoyage extérieur d'un véhicule sans contact. Au moyen de codes préalablement achetés, il vous suffira de choisir le type de lavage désiré et ainsi vous pourrez venir quand vous le voulez. Aussi, afin de répondre davantage aux besoins des clients, il est possible sur rendez-vous de bénéficier d'un lavage plus complet, incluant l'intérieur de la voiture.

L'entrée du lave-auto se situe rue Lahaye dans le secteur Cap-de-la-Madeleine.

### Le Café Glacé



Dans un décor d'inspiration new-yorkaise, le Café Glacé vous offre ses différents produits : cafés spécialisés, gelatos, paninis, déjeuners santé, boîtes à lunch, chocolats fins, etc.

Soucieux de la qualité, le Café Glacé vous propose une large gamme de

*« La qualité de mes produits est très importante et je favorise beaucoup les produits locaux. »  
Jean-François Trépanier, propriétaire.*

cafés qui respectent tous les critères de qualité de la SCAA (Specialty Coffee Association of America). De plus, le propriétaire favorise l'achat local en se procurant des produits provenant majoritairement d'entreprises trifluviennes.

Enfin, il est possible de vous procurer des cartes-cadeaux au Café Glacé utilisables aussi bien au café qu'au lave-auto. Vous pouvez déguster les produits du Café Glacé tous les jours à partir de 7h00 au 5, rue Duplessis ou contacter l'équipe au 819 909-6605.

Développement économique Canada  
appuie financièrement  
ÉCOF-CDEC de Trois-Rivières

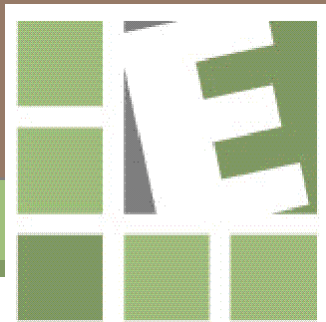


Développement  
économique Canada

Canada Economic  
Development

Canada

page 6



# INFO-ÉCOF-CDEC

## INFO-ÉCOF-CDEC

Le bulletin de nouvelles de la CDEC de Trois-Rivières

### Responsable à Noël?

Premier tapis de neige au sol et premières guirlandes aux balcons sonnent l'approche des festivités. Le temps des fêtes est l'occasion de célébrer, de rassembler famille et amis et de partager cadeaux et repas. Et si c'était aussi l'occasion de démontrer à la fois notre amour à nos proches et à notre environnement. Voici quelques idées pour un Noël plus responsable et une conscience plus légère.



- **Privilégiez la qualité à la quantité.** Un cadeau de qualité bien choisi qui fera la joie des petits et des grands pendant des années et qui risquera moins d'encombrer poubelles et bacs bleus. Même chose pour les décorations, pensez durable, sans compter qu'il n'est pas nécessaire d'éclairer tout le quartier.
- **Consommez localement.** Qu'il soit question de réjouir vos proches par un présent ou un bon repas, pensez aux artisans et producteurs d'ici. En plus de limiter les émissions de gaz à effet de serre engagées dans le transport, vous soutenez l'économie locale.
- **Covoiturez.** Le temps des fêtes réchauffe les cœurs et rassemble les gens. Rassemblez-vous dans une voiture en optant pour le covoiturage lors de vos déplacements et réduisez votre impact sur le réchauffement de notre planète. Moins de voiture sur les routes et un chauffeur désigné, de quoi obtenir des déplacements plus sécuritaires.
- **Évitez de jeter.** Vaisselle en carton, emballage à usage unique et produits sur-emballés ne font pas partie d'un Noël responsable réussi. N'est-ce pas plus agréable de manger dans des vraies assiettes et de profiter du moment de les laver pour placoter de façon privilégiée avec nos invités?

De petits gestes dites-vous? Permettez-vous de rêver que ces quelques gestes simples seront la norme de demain si chacun de nous en fait le choix aujourd'hui.

Joyeux Noël VERT à tous!



**roulons VERT**  
Centre de gestion des déplacements

#### INFO-ÉCOF-CDEC

Le bulletin de nouvelles de la CDEC de Trois-Rivières

Instauré en février 2001, INFO-ÉCOF-CDEC est un bulletin d'information destiné aux entreprises et organismes des premiers quartiers de Trois-Rivières. Il a pour objectif d'appuyer la revitalisation autant économique que sociale des entreprises et organismes.

Vous pouvez maintenant consulter en ligne chacun des INFO-ÉCOF-CDEC publiés depuis février 2001, à l'adresse suivante: [www.ecof.qc.ca](http://www.ecof.qc.ca).

Pour tout commentaire ou suggestion sur le contenu de l'INFO-ÉCOF-CDEC, n'hésitez pas à communiquer avec nous!

Rédaction et entrevues:  
Caroline Guay  
Malka Roy

Correction:  
Liette Gagnon  
Michel Héroux

Infographie:  
Julie Cossette

Pour nous rejoindre  
ÉCOF-CDEC de Trois-Rivières  
1060, rue St-François-Xavier, local 318  
Trois-Rivières, Québec, G9A 1R8  
Téléphone: 819 373-1473  
Télécopieur: 819 373-7711  
Courriel: [info@ecof.qc.ca](mailto:info@ecof.qc.ca)

INFO-ÉCOF-CDEC, numéro 58  
dépôt légal Hiver 2011

Dépôts légaux: BNQ et BNC  
ISSN 1703-7727 (imprimé)  
ISSN 1703-7735 (en ligne)



ÉCOF-CDEC de Trois-Rivières présente

# SURVIVRE au PROGRÈS

un film de MATHIEU ROY et HAROLD CROOKS  
producteur exécutif MARTIN SCORSESE  
produit par DANIEL LOUIS DENISE ROBERT

*« Le progrès est devenu  
une idéologie qui met en  
péril les institutions  
démocratiques et qui  
détruit les écosystèmes  
de la planète »*

- Mathieu Roy



en collaboration avec



Le 19 janvier 2012 à 18h30  
Au Ciné-Campus, 858, rue Laviolette (Séminaire St-Joseph)  
Inscription nécessaire auprès de Caroline Guay:  
[caroline.guay@ecof.qc.ca](mailto:caroline.guay@ecof.qc.ca) ou 819 373-1473 poste 2314