

JOURNAL *La Rochelle*  
Mensuel de Saint-Louis-de-France depuis 1978

Novembre 2016 · Volume 38 · Numéro 08 · 3 344 copies

Dépôt légal - Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2016



MOT DU CONSEILLER

## UN VÉRITABLE HÉROS DANS L'ÉQUIPE DES LOISIRS

Michel Cormier, conseiller | secteur Saint-Louis-de-France  
819 909-1454 | michel.cormier@v3r.net

Jean-Baptiste Guilbert technicien en loisirs et membre du comité des fêtes de Saint-Louis-de-France, est aujourd'hui un véritable héros. Le 1er septembre dernier, il n'a pas hésité à sauter à l'eau pour sauver un homme qui flottait sur la rivière Saint-Maurice.

Ce dernier tient à mentionner que « ça a été un vrai travail d'équipe » entre lui et trois hommes présents sur la rive. Chacun se relayait lors des manœuvres de réanimation. Jean-Baptiste spécifie qu'il a eu la chance d'avoir reçu des cours de natation étant plus jeune, mais surtout, et grâce à la Ville, d'avoir suivi des formations de secourisme et de RCR dans le cadre de ses fonctions. Un investissement qui a sauvé une vie!

Même s'il ne se considère pas comme un héros, la Ville tient à le féliciter pour son courage et son sang-froid. Voici un acte de bravoure qui mérite d'être souligné. Bravo!

### UN SUCCÈS RETENTISSANT

La venue de Céline Dion à l'Amphithéâtre Cogéco aura permis, grâce à la générosité des spectateurs, de contribuer à une somme de 1,7 M \$ pour la Fondation Céline Dion, cette fondation qui appuie différents organismes de bienfaisance touchant les enfants.

Merci Production Feeling, Aldo Giampaolo et toute son équipe qui ont accepté la réalisation de ce projet et la confiance accordée à M. Alain Lamarre d'ALBG Communications sans qui, cet événement n'aurait pu se réaliser. Merci aux entreprises de la région qui de près ou de loin se sont impliquées dans la magnifique aventure. Merci à la corporation de l'Amphithéâtre Cogéco, ses employés(ées) et les mille bénévoles pour les deux soirées.

### TECHNOLOGIE RFID

La technologie RFID prend d'assaut les bibliothèques. Depuis le premier juin, la technologie RFID a été intégrée à la bibliothèque Maurice-Loranger, les sourires en disent long sur la réussite du projet!

À la mi-novembre, ce sera au tour des bibliothèques Simone-L.-Roy, La Franciade et Aline-Piché d'opérer avec cette technologie qui permet aux citoyens, entre autres d'emprunter eux-mêmes leurs documents. Pour plus d'information, consultez le site Web des Bibliothèques de Trois-Rivières à l'adresse biblio.v3r.net.

### AFÉAS

L'exposition artisanale de l'AFÉAS de Saint-Louis-de-France a eu lieu dernièrement. Ce fut beaucoup d'exposants et un excellent succès. Des dizaines de personnes ont visité l'emplacement où l'on pouvait regarder les réalisations de chacun, on pouvait même y acheter plusieurs belles pièces artisanales.



Sur la photo ci-bas nous apercevons Josée Martin, exposante, Jeannine Guillemette vice-présidente, Louise Martin responsable informatique et la présidente Ginette Dessureault. Bravo aux gens de l'AFÉAS!

## VOS SERVICES



### BIBLIOTHÈQUE LA FRANCIADE

100, rue de la Mairie, secteur Saint-Louis-de-France  
Téléphone : 819 374-6419 | Services en ligne au [www.biblio.catalogue.v3r.net](http://www.biblio.catalogue.v3r.net)

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
10 H À 17 H	FERMÉ	13 H À 20 H	13 H À 20 H	13 H À 17 H	13 H À 17 H	10 H À 17 H



### SERVICES DES PERMIS, INSPECTIONS EN ENVIRONNEMENT DIVISION GESTION DU TERRITOIRE

Saint-Louis-de-France (100, rue de la Mairie) : mercredi de 8 h 30 à 12 h et 13 h à 16 h 30  
Paiements par chèque et argent comptant

Cap-de-la-Madeleine (200, rue Grandmont) : jeudi de 8 h 30 à 12 h et 13 h à 16 h 30  
Paiements par chèque, argent comptant et paiement direct

Trois-Rivières (4655, rue Saint-Joseph) : du lundi au vendredi de 8 h 30 à 12 h et 13 h à 16 h 30  
Paiements par chèque, argent comptant et paiement direct



### DIRECTION DE LA CULTURE, DES LOISIRS ET DE LA VIE COMMUNAUTAIRE

Pour toute demande concernant la réservation des salles :  
Complexe de La Franciade, Pavillon Saint-Louis, Centre Des Ormeaux, Centre Félix-Leclerc.

100, rue de la Mairie, secteur Saint-Louis-de-France  
Téléphone : 819 378-8039 poste 4140 | Courriel : [lsevigny@v3r.net](mailto:lsevigny@v3r.net)  
Lundi au vendredi de 8 h 30 à 12 h et 13 h 30 à 16 h 30



### SOCIÉTÉ DE GÉNÉALOGIE DU GRAND TROIS-RIVIÈRES

100, rue de la Mairie, secteur Saint-Louis-de-France  
Téléphone : 819 376-2691 | Courriel : [info@sggtr.com](mailto:info@sggtr.com)  
Mardi de 9 h 30 à 16 h 15; Mercredi de 13 h à 21 h; Jeudi de 9 h 30 à 1; 6 h 15; Samedi de 13 h à 17 h



### FRIPERIE SAINT-LOUIS

805, rue Louis-de-France, secteur Saint-Louis-de-France  
Heures d'ouverture : les jeudis de 13 h à 16 h et de 18 h à 20 h

## Résidence funéraire

# André T. Béland inc.

- Funérailles traditionnelles
- Columbarium
- Préarrangements
- Inhumation
- Crémation



*À l'écoute de vos besoins  
depuis 25 ans...*

2845, boul. Thibeau  
Trois-Rivières

**819 372-0407**

**Service 24 heures**

Télécopieur : 819 538-3074

Domicile : 819 538-2653

181, principale  
Saint-Narcisse  
**418 328-4142**

58, Du Pont  
Saint-Stanislas  
**418 328-3226**

## FADOQ DE SAINT-LOUIS-DE-FRANCE

Solange Lafrenière | 819 376-6521

Il y a quelques semaines, nous avons eu l'occasion de partager un bon repas en compagnie de Mme Fernanda Passa Silva, ergothérapeute. Elle nous a appris davantage sur le programme P.I.E.D., programme très intéressant et gratuit! Si vous avez manqué cet événement, c'est possible d'obtenir des informations au 819 370-2200 au poste 43206.

Notre prochain dîner sera mardi le 8 novembre à 11h30. Au menu: crème de poireaux, boulettes de veau forestière, gâteau salade de fruits. Réservations: Madeleine Dumas au 819 374-2330.

Merci à Monsieur Bronsard pour sa présence à notre souper du mois de septembre! Ce fût bien plaisant de l'entendre nous raconter les débuts de Saint-Louis-de-France!

Merci au comité de l'Âge d'Or d'avoir souligné notre 60e anniversaire de mariage à Adrien et moi!

### À NE PAS OUBLIER

Notre BINGO dinde du 25 novembre à la salle multifonctionnelle au 100 rue de la Mairie. Il y aura des prix en argent et des prix de présence. Billets en prévente au coût de 5\$ et 7\$ à la porte. Venez

chercher vos billets les mardis de 13h à 16h au 3825, boulevard Thibeau ou communiquez avec Hélène Gélinas au 819 379-7409 ou Solange Lafrenière au 819 376-6521.

N'oubliez pas d'apporter des aliments non-périssables pour aider à la préparation de nos paniers de Noël. Soyez généreux! C'est possible de les apporter à tous les mardis de 13h à 16h à la salle des aînés au 3825, boulevard Thibeau.

Centre dentaire  
Dr. Sylvie Beauclair  
Chirurgienne dentaire  
Pour plus d'information, contactez-nous

Familial Santé Esthétique

« Nous aimons vous faire sourire »

Bienvenue  
aux nouveaux patients

IMPLANTOLOGIE ORTHODONTIE invisalign

Financement rapide sur place  
Accord D - Dentoplan - Visa - MasterCard - Interac  
Transmission directe d'assurances  
URGENCES ACCEPTÉES

2800, boul. Thibeau, Trois-Rivières  
819 378-8888  
(À côté du Familiprix)

www.centredentairesylviebeauclair.com

COMEAU DUPONT  
imprimeurs

Tél. : 819 375-4484 / Téléc. : 819 372-5311  
info@imprimeriedupont.com

500, rue Godin, Trois-Rivières, QC G8Z 3H2

ma ville  
ma vie

Ce bulletin est publié par votre comité du journal LaRoche en collaboration avec la Direction de la culture, des loisirs et de la vie communautaire de la Ville de Trois-Rivières.

Présidence  
**Amélie St-Pierre**

Vice-présidence & distribution  
**Louis Hamel**

Trésorerie & publicité  
**Nathalie Sarault**

Correction des textes  
**Hélène Gamache**

Montage  
**Jean-Sébastien Dubé**

Vos textes sont les bienvenus!  
Soumettez vos articles à [chronique@journalarochelle.com](mailto:chronique@journalarochelle.com).

**Prochaine parution : 30 novembre 2016**  
**Date de tombée : 11 novembre 2016**

Vous désirez soutenir la publication de ce journal en vous affichant à l'intérieur de ces pages?  
Informez-vous à [publicite@journalarochelle.com](mailto:publicite@journalarochelle.com).

## FRIPERIE SAINT-LOUIS

Depuis que nous sommes dans nos nouveaux locaux au presbytère Saint-Louis-de-France, nos visiteurs ne nous font que de bons commentaires. Nous sommes bien fiers du travail accompli pour mieux vous servir dans notre nouvel environnement.

Nous aimerions beaucoup travailler avec ceux et celles qui aimeraient se joindre à notre équipe. Ça pourrait être qu'un jeudi par mois de 13 h à 16 h ou même en soirée de 18h à 20 h.

Comme les gens sont de plus en plus généreux, il nous manque de bras pour faire du tri. C'est une très belle façon de donner au suivant. Notre équipe est énergique et très sympathique. Joignez-vous à nous et ce sera avec plaisir que nous vous accueillerons.



## À LA BIBLIOTHÈQUE

### ADULTES

- Coupe de Noël  
Atelier de peinture sur verre avec Louise Arneault. Coût 5\$ + matériel.  
Mercredi 30 novembre à 13h30 ou à 18h30

### JEUNES

- La comtesse d'Harmonia  
La Vie est Bella! avec Joe Bocan - 3 à 9 ans  
Un spectacle pour les enfants et pour les grands qui ont la jeunesse dans le coeur! En musique, en poésie, en chanson et en conte, Joe Bocan invite les spectateurs à s'amuser et à réfléchir. Plaisir et rires seront au rendez-vous!  
Vendredi 4 novembre à 18h30
- Bébélitôt (1 à 3 ans)  
Les jeudis à 9h30, 10 et 24 novembre et 8 décembre
- Heure du conte en pyjamas (3 à 6 ans)  
Les mercredis à 18h30, 23 novembre et 7 décembre

## GRAND COEUR DE SAINT-LOUIS-DE-FRANCE

Angèle Bédard | 819 691-4980

Vous êtes à faible revenu? Vous avez de la difficulté à joindre les deux bouts? Venez nous rencontrer tous les jeudis de 13h à 14h à la Sacristie de Saint-Louis-de-France. En collaboration avec Moisson Mauricie/Centre-du-Québec, vous recevrez yogourt, lait, légumes, fruits, fromage, viande, pain, jus, dessert, conserves et tout ce dont vous avez besoin pour préparer un bon déjeuner à vos enfants à la maison.

Il y a aussi possibilité de faire des échanges de vêtements, jouets, livres et autres, selon ce qui nous a été remis. Le tout pour la modique somme de 4\$.



## UN JOUET, UN ÉCHANGE

Donnez une deuxième vie aux jouets de votre enfant! Échangez-les contre d'autres mieux adaptés à ses goûts et à son âge.

### Date

Samedi 26 novembre, de 10 h à midi

### Lieu

Centre communautaire Des Ormeaux  
(300, rue Chapleau)

### Conditions

Maximum 3 jouets par enfant, aucune peluche. La valeur des jouets ne sera pas prise en compte lors de l'échange.

Déposez les jouets entre 10 h et 11 h et ayez accès aux tables d'échange à compter de 11 h. Entre-temps, maquillage et collation offerte gratuitement seront disponibles pour les participants.

Les jouets en surplus seront remis à un organisme qui agit auprès des familles et des enfants.

Information : 819 378-8039 poste 4165

## TIRAGE DU COMITÉ DES DONATEURS

Les paroissiennes et paroissiens de la communauté Sainte-Bernadette et Saint-Louis-de-France s'associent à nouveau pour le lancement du tirage des donateurs. Tel qu'annoncé précédemment, pour l'occasion, 500 billets seront mis en vente.

Il s'agit d'une levée de fonds appréciable pour notre paroisse puisque les frais d'administration se limitent à ceux pour l'obtention d'une licence auprès de la Régie et ceux relatifs à l'impression des billets. L'implication de nombreux bénévoles nous permet ainsi de verser la totalité des profits à La Fabrique de la Paroisse de Père-Frédéric-Janssoone afin de soutenir financièrement son administration. N'oublions pas que la paroisse demeure un terrain fertile pour le bénévolat, vous n'avez qu'à penser à toutes ces personnes qui se dévouent au sein de plusieurs organismes pour le bien de nos communautés.

Modalités du tirage :

- 500 billets seront mis en vente en novembre au coût de 30 \$ du billet.
- 40 prix variant de 50 \$ à 500 \$ seront attribués lors de ces tirages, pour une valeur totale de 4 000 \$.
- Lors du dernier tirage fixé le 23 avril 2017, 4 prix de 500 \$ seront alloués et tous les billets gagnants des tirages précédents seront admissibles pour ce dernier tirage.
- Les 3 premiers tirages se tiendront à l'Église Sainte-Bernadette, les 18 décembre 2016, 15 janvier et 19 février 2017 après la messe de 10 h 30. Les deux derniers tirages se tiendront à la sacristie de l'Église Saint-Louis-de-France, les 19 mars et 23 avril 2017 après la messe de 9 h.
- Les prix doivent être réclamés au presbytère situé au 575 rue Guilbert, Trois-Rivières, et ce, avant le 10 juin 2017.

Vous voulez contribuer à la réussite de cette levée de fonds en investissant un peu de votre temps à la vente de billets, n'hésitez pas à me contacter, vous pouvez faire une grande différence! Responsable : André Marchand 819-370-1992

Merci de nous accompagner dans la réalisation de ce projet pour la fabrique de la paroisse de Père-Frédéric-Janssoone.

Licence de tirage # 423716-1 délivré le 6 octobre 2016 par la Régie des alcools, des courses et des jeux.

## MOT DE L'AFÉAS

*Ginette Dessureault, présidente  
AFÉAS Saint-Louis-de-France*

Bien le bonjour à tous. C'est à mon tour de vous parler d'amour et de l'AFEAS.

Le 9 octobre a eu lieu notre exposition artisanale avec beaucoup d'artisans créatifs et vaillants. Nous les remercions pour leurs participations et leurs dons pour le tirage. Toute beauté de voir tant de belles œuvres.

Les dames AFEAS sont fières de leur journée. Je veux remercier les bénévoles qui ont collaboré à la réussite de cet événement. Gros merci. À suivre en novembre.

Profitez bien de notre bel automne. Au revoir!

## ATELIERS DE FORMATION GRATUITS POUR AÎNÉS

Le Centre d'action bénévole du Rivage offrira des ateliers gratuits pour les personnes de 50 ans et plus. Vous aimeriez apprendre des informations de base en outillage, en plomberie etc... afin de maintenir votre demeure sécuritaire? Ces ateliers sont pour vous!

Ils débuteront le mercredi 19 octobre, à 13 h au Centre d'action bénévole du Rivage. Pour plus d'informations et inscription, contactez Nathalie Robert au 819-373-1261.



## CE QUI AFFECTE VOTRE SANTÉ DE L'INTÉRIEUR DE VOTRE MAISON LES POLLUANTS DE L'AIR INTÉRIEUR (SUITE)

Dre Sonia Dupont, chiropraticienne

Afin de faire suite à l'article précédent, voici quelques recettes pour fabriquer vos propres solutions de nettoyage.

### CARRELAGE POUR PLANCHER

Mélanger une partie de vinaigre blanc avec deux parties d'eau tiède dans un seau. Nettoyer en utilisant soit une vadrouille ou un chiffon. Pas besoin de rincer.

Le vinaigre n'est pas recommandé pour le bois vernis ou autres revêtements de sol en bois.

### MIROIRS ET VITRES

Mélanger une partie de vinaigre blanc avec quatre parties d'eau. Ajouter le jus de citron pour une odeur citronnée. Le jus de citron représente un dégraissant supplémentaire. Vaporiser sur le miroir ou une fenêtre, et frotter avec une éponge ou un chiffon.

### MEUBLES

Mélanger  $\frac{1}{4}$  tasse de vinaigre avec l'huile d'olive  $\frac{3}{4}$  tasse. Distribuer sur le meuble à l'aide d'un chiffon doux et non pelucheux, et essuyez.

Pour les meubles en bois, mélanger  $\frac{1}{4}$  tasse de jus de citron avec  $\frac{1}{2}$  tasse d'huile d'olive, puis suivre la même procédure que ci-dessus.

Alternativement, vous pouvez simplement utiliser l'huile de noix de coco de la même manière.

Dans toutes les situations, tester votre mélange sur une petite surface.

### DOULEURS

Si vous souffrez de douleur aux épaules, gardez les coudes près du corps dans vos tâches afin de reposer ces articulations en toute circonstance.

Pour le travail en hauteur, utilisez des marches ou escabeaux sécuritaires afin de travailler à la hauteur des yeux lorsque c'est possible. Travailler la tête penchée vers l'arrière est inconfortable pour votre cou.

Finalement, pensez à utiliser vos deux mains même si cela vous ralentit. Vous gagnerez de l'aisance avec le temps et stimulerez les deux côtés de votre cerveau!

Le Papillon Bleu



**Dre Sonia Dupont D.C.**

Docteure en chiropratique, diplômée de l'UQTR en 2000



Certificats en pédiatrie chiropratique

PRATIQUE  
FAMILIALE ET  
SPORTIVE



Service complémentaire: HYDROMASSAGE



Jets d'eau chaude  
(vêtu et au sec)

819-694-0111

3290 boul. Thibau, T-R (St-Louis-de-France)



# QUEL EST LE LIEN ENTRE VOS ARCHES PLANTAIRES ET VOS GENOUX ?

Martine LeBlanc M.Sc. Sciences de l'activité physique  
www.flexyforme.com

Avez-vous des arches plantaires tombantes? Des pieds plats? Portez-vous des orthèses pour les corriger?

Savez-vous qu'il y a un autre moyen de le faire, que vous pouvez utiliser lorsque vous n'avez pas vos orthèses sous vos pieds?

Le fait de s'appliquer à aligner les rotules et les orteils dans la même direction peut grandement aider à relever vos arches plantaires de façon active plutôt que passive comme avec vos orthèses. Sceptique? Alors, vérifiez pieds nus en station debout. Procédez comme suit.

## ÉTAPE 1 : OBSERVEZ

Debout, devant un miroir plein pied, tenez-vous naturellement, c'est-à-dire sans faire d'effort supplémentaire pour aligner vos genoux au-dessus de vos orteils. Ou encore, pour maintenir vos pieds parallèles. Prenez ainsi conscience de la forme de vos arches plantaires.

Sont-elles complètement affaissées au sol? Sinon, à combien de millimètres du sol culmine le point le plus relevé de vos arches? Les arches de vos deux pieds sont-elles identiques?

## ÉTAPE 2 : ALIGNEZ

Deuxièmement, alignez vos pieds parallèlement. Une fois fait, vos genoux tout comme vos orteils devraient regarder droit devant. Si ce n'est pas le cas, pressez légèrement le bord externe de vos pieds dans le sol, ce qui devrait contribuer à relever davantage vos arches. Mais ne pressez pas le bord externe au point d'enlever l'appui du gros orteil au sol ! Car, dans ces conditions vous valsez tout droit vers des chevilles foulées.

Alors, quel est le résultat? Vos arches se sont-elles soulevées du sol? De combien de millimètres?

S'il y a une bonne différence entre votre position naturelle et celle proposée avec les arches relevées, il se peut que vous ressentiez tiraillement et inconfort dans les mollets et les chevilles. C'est normal. Et cela met en évidence le besoin urgent de travailler votre flexibilité à ce niveau.

Pour ce faire, pratiquez quotidiennement la fente. Sur mon site web [www.flexyforme.com](http://www.flexyforme.com), vous trouverez un vidéo accompagné d'un article qui explique en détail comment procéder. Pour le trouver, allez à la page Vidéo, puis cliquez sur le titre « Truc infailible pour améliorer votre équilibre. »

Oui, comme le titre de l'article l'indique, avoir un bon équilibre dépend directement de vos arches relevées et de vos genoux alignés. Avec l'âge, maintenir un bon équilibre prévient les chutes et les accidents qui peuvent bousiller votre qualité de vie.

Un autre élément essentiel à votre qualité de vie : garder des abdominaux et un plancher pelvien fort. Malheureusement, la plupart des gens se font plus de mal que de bien à tenter de les renforcer à l'aide d'exercices nuisibles. À ce propos, je vous invite à assister à mon atelier de 3 heures « Abdominaux : arrêtez le massacre ! » qui aura lieu le 5 novembre prochain. Au plaisir de vous y rencontrer !



### ABDOMINAUX : ARRÊTEZ LE MASSACRE!

Martine LeBlanc M.Sc. Sciences de l'activité physique  
*Fini les séances d'abdos qui donne mal au dos et au cou!*

#### Technique éprouvée médicalement (Dr Bernadette de Gasquet) :

- Améliore force, équilibre et apparence.
- Diminue les douleurs (dos, cou, épaules).
- Prévient fuite urinaire et hernie inguinale.

Quand : Samedi 5 novembre 9h30 à 12h30

Coût : \$50 (Notes de cours incluses)

Où : Studio FlexyForme 6457 boul. des Chenaux, Trois-Rivières

819 944-2260 [martine@flexyforme.ca](mailto:martine@flexyforme.ca) [www.flexyforme.com](http://www.flexyforme.com)



# SERVICES ESTHÉTIQUES



NOUS SOMMES FIERS DE VOUS OFFRIR NOS SERVICES DE SOINS ESTHÉTIQUES\*, VENEZ NOUS RENCONTRER!

## **FACIAL**

Soin du visage (75 minutes)..... 46\$

## **MAQUILLAGE**

Maquillage..... 15\$

Cours de maquillage..... 20\$

Maquillage de bal (essai inclus)..... 30\$

## **ÉPILATION**

Sourcils..... 10\$

Aisselles..... 10\$

Aines..... 10\$

Intégrale..... 20\$

Demi-jambes..... 15\$

Cuisses..... 15\$

Demi-jambes et cuisses..... 25\$

Lèvre supérieure..... 8\$

Dos..... prix variable

## **MANUCURE**

Manucure de base..... 20\$

Manucure française..... 25\$

Manucure gel..... 30\$

## **SOINS DES PIEDS**

Pédicure..... 30\$

Pédicure gel..... 35\$

Hygiène des pieds..... 42\$

## **AUTRES**

Perçage d'oreilles et de nez..... prix variable

\* Tous les prix sont taxes incluses.  
Sur rendez-vous, détails en succursale.



Mélanie Paquette et Christine Stager, esthéticienne et hygiéniste en soin de pieds

## EXCLUSIVEMENT À VOS 2 SUCCURSALES **FRÉDÉRIC DUPÉRÉ & ANDRÉE GÉLINAS**

2800, boul. Thibeau, Trois-Rivières

**819 378-0627**

HEURES D'OUVERTURE  
LUNDI AU VENDREDI 9H À 21H  
SAMEDI 9H À 17H  
DIMANCHE 10H À 17H

165, boul. Ste-Madeleine, Trois-Rivières

**819 371-2204**

HEURES D'OUVERTURE  
LUNDI AU VENDREDI 9H À 20H  
SAMEDI 9H À 16H  
DIMANCHE 10H À 15H



## ENTRETIEN SENTIER DE SKI DE FOND DE SAINT-LOUIS-DE-FRANCE

La Direction de la culture, des loisirs et de la vie communautaire est à la recherche de personnes intéressées à s'occuper de l'entretien des pistes du sentier de ski de fond. Le travail consiste à tracer les pistes chaque jour et selon la température, à raison de deux fois par jour. La période prévue est de la mi-décembre au début de mars, selon la température.

Pour signifier votre intérêt, veuillez contacter Philippe Champagne au 819 378-8039 poste 4165 ou Sophie Desfossés au 819-378-8039 poste 4161

Au plaisir de pouvoir travailler avec vous cet hiver!

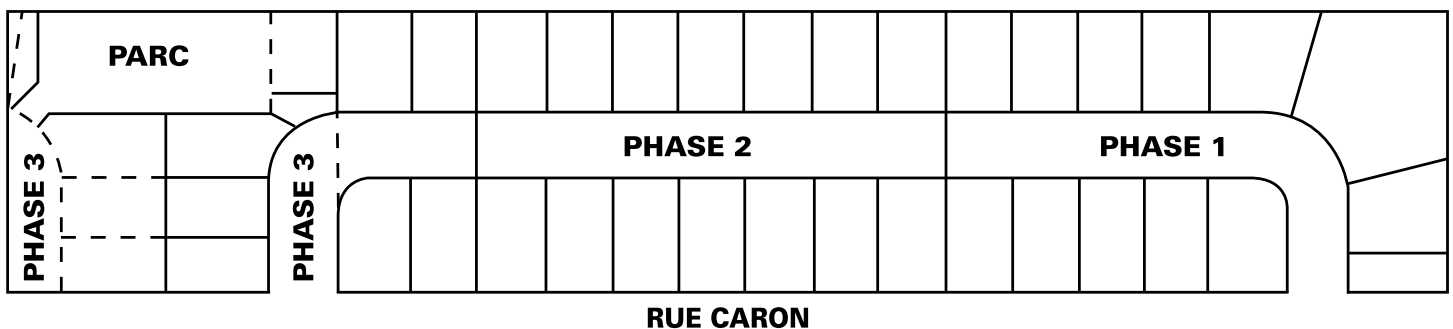
Exigences du poste :

- Avoir une motoneige pouvant tirer un traceur à neige;
- Être âgé de 18 ans et plus;
- Facilité à travailler avec le public;
- Sens des responsabilités et discernement;
- Être autonome et responsable;
- Capacité à travailler à l'extérieur;
- Être disponible pour travailler le soir, la fin de semaine et les congés fériés;
- Satisfaire aux exigences d'une vérification des antécédents judiciaires.

# TERRAIN À VENDRE

PROLONGEMENT DE LA RUE JOSEPH-BOIVIN,  
TROIS-RIVIÈRES (Secteur St-Louis-de-France)

PHASE 2 | SEULEMENT 3 TERRAINS



RBQ 8237 0693 12

Information :

EXCAVATION PRONOVOST & GODIN inc. | Bur.: 819-372-9969 | Cell.: 819-696-5131

anglais intensif



science et technologie



musique et chorale



activités parascolaires



Commission scolaire  
du Chemin-du-Roy



# Portes ouvertes



**Jeudi, 10 novembre 2016  
16h00 à 19h00**

881, Louis-de-France, Trois-Rivières  
Facebook: École primaire Louis-de-France  
[ecoleldf.ca](http://ecoleldf.ca)

## À QUOI ÇA SERT?

Linda Gaumond, votre esthéticienne beauté  
819 379-1000

Le vocabulaire de la cosmétologie est hyper varié. On en perd parfois son latin. Voici 2 mots très tendance, que je tenterai de vulgariser. Ils sont très utilisés par les médias écrits et la télé.

### ANTIOXYDANT

Un antioxydant est un ingrédient utilisé dans les produits de beauté. Il est issu du raisin, thé vert, Grenade, pommes... il est privilégié parce qu'il stoppe la destruction des cellules.

Notre corps a son propre système de production et sécrète ses propres antioxydants naturels. Mais tous les jours, nos cellules sont attaquées, comme la rouille sur une voiture. La peau s'abîme donc et son vieillissement est en accélération constante.

Notre peau a donc besoin d'aide. Alors tous ceux et celles qui aiment le soleil +++ et/ou qui fument et/ou qui consomment de l'alcool de façon régulière et/ou qui vivent beaucoup de stress, vos antioxydants naturels sont en dégringolade. Recherchez donc les antioxydants dans vos crèmes. Ils auront un réel effet de restauration sur votre peau. Elle retrouvera sa clarté et sa souplesse. Elle retrouvera son rythme de croisière et vieillira moins rapidement. Attention vous faites partie de ceux et celles qui vieilliront très rapidement.

### ACIDE HYALURONIQUE

L'acide hyaluronique est présent dans le derme de la peau, les articulations, l'œil. Il est produit de façon toute naturelle. Le fait est que, au fil des années, nous en produisons de moins en moins. Et dites-vous qu'à 50 ans votre peau a 50 % d'acide hyaluronique en moins. Dans le monde de la cosmétologie, on retrouve cet ingrédient en production de synthèse naturelle.

Donc en injection, il sert à combler les rides mais se dégrade et a des effets non définitifs. Dans notre corps, de façon naturelle, il diminue dangereusement vers la quarantaine. Il se produit donc un manque d'hydratation, de souplesse et de fermeté dans le

derme. Lorsque la peau reçoit de l'acide hyaluronique par des crèmes, elle reçoit un signal qui relance sa production de collagène et de son propre acide hyaluronique naturel.

Cet actif sera recherché chez les personnes qui ont un vieillissement prématuré, déjà à la trentaine. Il agira comme un excellent hydratant de surface de façon instantanée pour tous. S'il est jumelé à d'autres actifs anti temps, il deviendra un antirides de profondeur. Les résultats seront visibles, tout doucement, en solidifiant la structure de la peau. Il deviendra donc un hydratant de surface pour les peaux déshydratées peu marquées par le temps.

Vous devez savoir que les compagnies les plus avancées en technologie cosmétique offrent maintenant des produits qui contiennent un triple acide hyaluronique. Le premier est contenu dans un champignon ayant des propriétés hydratantes extraordinaires, le deuxième étant de haut poids moléculaire, hydratera la surface de votre peau et le troisième, au bas poids moléculaire c'est-à-dire petites particules, ira dans le derme. Ce dernier aidera votre propre acide hyaluronique naturel à se recréer et relancera sa production de collagène.

Il n'y a pas plus complet que cela sur le marché en ce moment comme produit et c'est disponible pour vous. Le mois prochain nous ferons parler vos yeux...

ISOTHYS

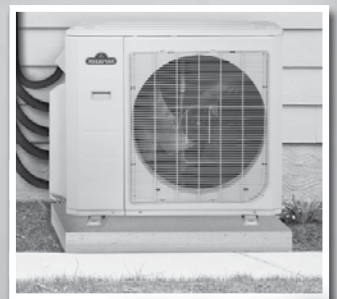
Linda Gaumond  
Esthéticienne Electrolyste

PEAU DE SOIE ESTHÉTIQUE  
1200 rue Julien Jacob  
Trois-Rivières  
G8T 8X7

819-379-1000  
www.peaudesoie.qc.ca

# RIEN À PAYER AVANT 2017

## PISCINES ST-LOUIS



BARBECUES à partir de **549\$** CLIMATISEURS à partir de **799\$**



à partir de **1 499\$**



**20% à 50% de rabais!**



à partir de **1 999\$**

CHAUFFE-PISCINES | MEUBLES DE JARDIN | ABRIS & GAZÉBOS



RATANA



PROMOTIONS, CADEAUX ET FINANCEMENT À TAUX RÉDUIT

**2 SUCCURSALES À TROIS-RIVIÈRES OUVERT 7 JOURS**

621, rue Raymond-Pépin

3192, boul. St-Jean

Financement disponible

**819.379.6374 piscines-st-louis.com piscinesstlouis.ca**



Pour un temps limité. Sujet à approbation de financement Visa Desjardins Accord D. Congé de paiement jusqu'en janvier 2017. Taxes payables à l'achat. Certaines conditions s'appliquent. Images à titre indicatif. Tous les détails en magasin.