



**RE/MAX**  
remax-quebec.com  
DE FRANCHEVILLE  
2375 boul. des Récollets,  
TROIS-RIVIÈRES • 819 373-7140

*Résidente de  
St-Louis-de-France et fière de  
travailler dans mon secteur!*

**Josée Blanchette**  
Courtier immobilier  
819 698-2230  
info@joseeblanchette.ca



-308665

GENS DE CHEZ NOUS



**Bonne retraite  
M<sup>me</sup> Maryse!**

PAGE 5

GENS DE CHEZ NOUS



Votre conseiller Michel Cormier

**Entrevue  
avec Wilfrid  
Champagne**

PAGE 3

CRÉDIT PHOTO : COURTOISIE ÉCOLE-LOUIS-DE-FRANCE

DANS LA COMMUNAUTÉ



Collaboration Louis Cournoyer

**Avez-vous  
déjà joué  
à ramasse ?**

PAGE 2



La référence en véhicules d'occasion depuis 50 ans

**PROFITEZ DES VACANCES AU VOLANT  
D'UN NOUVEAU VÉHICULE!**

650 véhicules en inventaire!




Trois-Rivières : **819 697-2886** Sans frais : **1 888 697-3375**

-291582

# Rénover en toute sécurité

## DRE SONIA DUPONT, CHIROPATICIENNE

chirosonia@gmail.com  
www.chiropapillonbleu.ca

Le mois de juin est synonyme pour plusieurs, de déménagement. Et ce n'est pas tout! Ça implique souvent quelques travaux de peinture sur une ou plusieurs surfaces de la nouvelle résidence.

### DES TRAVAUX CONTRAIGNANTS

Qu'il s'agisse de repeindre un plafond en entier ou de jouer les contorsionnistes pour atteindre de son pinceau un coin de mur situé tout en bas et tout au fond de l'armoire, les situations d'inconfort ne manquent pas lorsqu'il s'agit de faire peau neuve chez soi. Il est démontré que de travailler dans une même position de manière prolongée, lorsque les bras sont placés au-dessus des épaules par exemple, impose une pression musculaire supplémentaire et inhabituelle qui s'intensifie, proportionnellement au poids de l'outil. Il en va de même pour toute autre région du corps qui se voit sollicitée en position debout, à genoux, assise ou recroquevillée, l'effet statique prolongé augmentant la demande musculaire et articulaire.

Le souci du travail bien fait irait même jusqu'à nous exposer à un certain degré de risque. Une étude de l'Institut de recherche Robert-Sauvé en santé et en sécurité du travail (IRSST) a en effet démontré que, «trop préoccupé à maintenir sa position pour bien effectuer ses tâches, le travailleur en arriverait à «perdre» le sens de sa douleur et à outrepasser sa capacité musculo-squelettique.»

### RISQUES DE TENDINITE

Les peintres occasionnels sont particulièrement vulnérables aux tendinites à l'épaule.



Chiropratique  
Le Papillon Bleu

www.chiropapillonbleu.ca  
Dre Sonia Dupont  
chiropraticienne  
819 694-0111

Pourquoi? D'abord, et souvent, parce que leur ergonomie de travail est approximative et laissée au hasard. Ensuite, parce que ce type de tâche exige un travail intensif, répétitif et physiquement très demandant. Les muscles et les articulations, s'ils n'ont pas l'habitude ou sont mal préparés, risquent de vivre ce soudain changement de rythme avec difficulté. Si les travaux s'échelonnent sur une période prolongée, l'utilisation excessive du muscle peut également devenir un facteur de risque de tendinite à l'épaule. Le tendon est un tissu fibreux qui attache chaque extrémité du muscle à l'os. Il permet de transmettre le mouvement produit par la contraction du muscle à l'articulation. La tendinite est une inflammation du tendon, et est due à des micro-déchirures du tendon. Elle se manifeste généralement par une douleur vive et une diminution de l'amplitude de mouvement de l'articulation touchée. La douleur augmente à la contraction du muscle et au mouvement actif de l'articulation.

### COMMENT RÉDUIRE LES RISQUES DE BLESSURES?

- Avant et après la séance de peinture, étirez les régions à être sollicitées. Les exercices des épaules, des bras, du cou et du dos sont à considérer.
- Pour peindre en hauteur, utilisez un escabeau qui soit suffisamment haut pour vous permettre d'atteindre la cible sans avoir à travailler au-dessus de vos épaules et/ou de votre tête.
- Vous n'appréciez pas les hauteurs? Utilisez un manche télescopique que vous pourrez régler en fonction de votre grandeur. Il doit être assez long pour vous permettre de positionner vos bras à 90 degrés devant vous.
- Depuis le sol, le coup de rouleau au plafond devrait toujours s'effectuer devant vous. Jamais au-dessus de votre tête ni derrière vos épaules.
- Prenez autant de pauses que votre corps vous en demande, et hydratez-vous.

### QUE FAIRE EN CAS DE BLESSURE?

Si vous éprouvez des douleurs ou que vous croyez être aux prises avec une blessure de nature neuro-musculo-squelettique comme une tendinite, le mieux est de consulter. À long terme, une douleur non traitée pourrait se transformer en douleur chronique. Les chiropraticiens sont des professionnels des troubles neuro-musculo-squelettiques qui peuvent vous aider à diminuer vos symptômes de douleur.

Bonnes rénovations!

Source : association des chiropraticiens du Québec

# Avez-vous déjà joué à ramasse?

Au moment où vous lisez ces lignes, comme au dernier jour de l'an d'ailleurs, bien peu d'entre-nous peuvent se targuer d'avoir tenu leurs résolutions. En fait, un infime pourcentage des lecteurs du Larochelle peut se dire aujourd'hui: je le fais, et non seulement je le fais, mais ma famille et moi continueront parce qu'on en a la conviction. J'en rajoute en disant: mais qui pourrait être si inspirant pour notre beau secteur louis-français, pour qu'en 2022, la ville de Trois-Rivières nous cite en exemple? J'y arrive.

Le 22 avril dernier, c'était le Jour de la Terre! Vous savez, cette journée où la plupart d'entre-nous se donne bonne conscience en parlant brièvement avec nos proches qu'il faut faire attention et bla bla bla... pour ensuite retomber dans nos mauvaises habitudes les 364 autres jours de l'année! Comme au premier de l'an, ça tient souvent quelques jours. Ensuite on retrouve nos mauvais plis. Oui, c'est vrai on s'est beaucoup amélioré au cours des 50 années qui marquent la naissance de ce fameux Jour de la Terre, censé être le mouvement environnemental le plus important de la planète. Mais Dieu que ce printemps St-Louis-de-France était sale. Oui! Crotté, souillé de déchets jonchant le sol, un peu plus dans certains secteurs que d'autres.

Pourtant, on accepte, ou on ignore volontairement, que les abords de nos boulevards, rangs et rues aient l'air à la limite d'un dépotoir à ciel ouvert. J'exagère à peine! Et comprenez-moi bien, loin de moi l'idée de faire la leçon à quiconque. Seulement, il y a pour moi ici une opportunité de changer les choses. De prêcher par l'exemple, d'agir concrètement, d'être un chien de tête! J'aurais pu joindre à mon article plusieurs photos du rang Ste-Marguerite, Louis-de-France, du chemin des Pins, de plusieurs rues près de chez-vous ou j'ai fait un petit jogging et qui regorgeaient de rebuts jetés par nous-même dans la nature. C'est comme si c'était normal, comme si attendre d'être rendu à la maison pour en disposer demandait un effort quasi surhumain. On les voit tous ces déchets, on les regarde, et on les laisse là. Pourtant, on n'a jamais eu autant de temps à tuer que durant la dernière année pour justement se mobiliser, créer un mouvement.

Des gobelets de café, des masques, des bidons de lave-vitre, des contenants consignés, du plastique et encore du plastique. Avouez! Si tout le monde s'y mettait, si chacun d'entre-nous n'acceptait pas, si on se penchait pour le ramasser, si on créait une espèce de grand ménage du printemps, début mai, avant que la végétation ne reprenne sa place en cachant malhablement ces débris qui ternissent le paysage, on avancerait, non? Notre société axée sur la consommation, elle a plusieurs choses de bien, mais aussi ce côté plus laid, où il ne faut pas rester indifférent. On peut toujours s'améliorer. Alors je lance le défi à vous tous, gens de St-Louis-de-France, qu'en 2022, il nous faut un groupe de leaders. Des gens de convictions qui mobiliseront notre secteur à se ramasser, comme le fait le groupe Mission 1000 tonnes par exemple.

Je vous promets de me joindre à vous, et l'équipe du Larochelle aura toujours en ses pages de la place pour en parler, et afficher votre fierté d'avoir été de l'AN 1 de ce qu'on appellera dans le futur: La grande corvée louifrançaise! En serez-vous l'instigateur? Avez-vous déjà joué à ramasse? Pas game!



# Entrevue avec Wilfrid Champagne



**M. MICHEL CORMIER**

Conseiller municipal  
Ville de Trois-Rivières  
District de Saint-Louis-de-France

## VOICI UN PEU DE SON HISTOIRE:

Né et baptisé dans la paroisse de Grande-Anse (Mattawin) sur le bord du majestueux Saint-Maurice au début de l'année 1944 et cinquième enfant d'une famille de huit. Lorsqu'il avait environ 3 ans, ses parents décidèrent de revenir s'installer sur une ferme à Saint-Stanislas d'où ils étaient natis, mais cette fois, sur le bord de la rivière Batiscan où il a grandi (pas tellement) et fréquenté l'école du rang. Après une neuvième année au Collège local St-Gabriel, c'est à l'Institut de Technologie de Trois-Rivières qu'il poursuit ses études pendant 4 ans, et obtint un certificat T.D. en électronique en 1963. Il a souvenir du voyage de Saint-Stanislas à Trois-Rivières avec la défunte compagnie d'autobus Carrier et Frères, et de tous ses arrêts en cours de route! Le trajet pouvait prendre plus d'une heure soir et matin. C'était le bon temps... pas sûr.

Après quelques années de travail à Reynolds Aluminium, il quittait ce premier emploi en 1966 pour le centre de service Inglis Ltée en électroménagers. Bien que l'électronique et les micro-ondes faisaient surface à ce moment, il a dû acquérir une formation complémentaire en réfrigération (1967-68). En 1975, il fut nommé «Service District Manager», où il a dû apprendre à gérer conjointement du personnel, des budgets, des états financiers et plus... Sans trop savoir, cette formation au travail allait pleinement lui servir dans beaucoup d'autres défis à venir. Il occupa ce poste jusqu'en 1994 pour Whirlpool Co. À ce moment, dû à la fermeture des succursales de service, il

forma sa propre compagnie sous le nom de Champagne Pièces Électroménagers, qu'il a dirigé à Trois-Rivières et à Shawinigan. Il a vendu son entreprise en 2008 pour prendre sa retraite, et celle-ci fait encore des affaires aujourd'hui sous le nom «Pièces Expert».

Du côté familial, M. Champagne s'est marié à Rita en 1968 et ils se sont installés à Nicolet, où leurs 2 enfants, Stéphanie et Martin, firent leurs premiers pas. Aujourd'hui, leurs enfants et leurs conjoints, ainsi que l'arrivée d'une petite-fille, leurs procurent le plus grand des bonheurs auquel ils puissent rêver.

Arrivés à Saint-Louis-de-France en mai 1979, M. Champagne avait perçu tout de suite ce dynamisme qui animait cette municipalité en plein développement, et ce, dans toutes les sphères d'activité: sociale, sportive, développements, loisirs... Il se rappelle que le bénévolat régnait en roi et maître. Plusieurs réalisations de ces grands bénévoles du milieu des années '70 et plus ont été la pierre angulaire du développement que l'on retrouve aujourd'hui, sur ce que l'on appelle la «Terre des Loisirs»: terrains de balle, tennis, soccer, patinoire, piste cyclable, sentier de patinage et plus.

Dès la fin 1979, il fut invité à devenir membre du Comité consultatif d'urbanisme où il a fait connaissance des pionniers Ulysse Pépin et Marcel Lemire, parmi bien d'autres. D'autres implications ne tardèrent pas à suivre comme membre fondateur du Club Optimiste et troisième président en 83-84. Cela lui a permis de participer et de développer de nouvelles activités, telles que la première collecte de sang de la Croix-Rouge, les premiers concours d'Art oratoire et de l'Art de s'exprimer, des cours de Gardiens avertis, activité «Sécurité à bicyclette» tout en participant aux autres programmes Optimiste, et ce, toujours en travail d'équipe. Conjointement aux activités Optimiste, il s'est impliqué dans le baseball et le hockey mineur à titre d'entraîneur jusqu'en 1989. Et bien sûr, il a aussi participé à l'École de hockey Michel Cormier quelque temps... "C'est vraiment exceptionnel d'accompagner son fils et tous ces jeunes dans leurs premières activités sportives, et j'en garde un souvenir impérissable" dit-il.

Le plus exigeant des dossiers fut, sans doute, la réalisation du premier tronçon de la piste cyclable qui partait de Piscines St-Louis jusqu'au boul. St-Jean (Louis-de-France), pour une distance de 2,6 kilomètres. En comité avec Michel Bronsard et les regrettés Gaétan Vallerand et Raymond Cossette, deux



**Ces deux photos représentent bien l'homme retraité et comblé qu'est M Champagne! Partagé entre le golf, le caravanning et la famille !**

**Il a dû quitter à regret ses fonctions en 1997 parce que la gestion de son entreprise était devenue trop exigeante. Cette photo lui est très chère.**

grands bénévoles, ce fut un défi incroyable de passer dans cette zone marécageuse, ce qui aurait été impossible sans l'apport de tous les membres Optimiste de l'époque, souvent appuyés par des amis ou d'autres bénévoles. De plus, ils avaient réussi à éclairer cette portion de la piste pour faciliter les déplacements entre les secteurs. Plus tard, la continuité fut prise en main par l'homme de cœur Gilbert Tousignant et grâce aux familles Carpentier et Jacob, les réalisations du rêve Optimiste sont devenues réalité.

En 1988, le défi municipal s'annonce. On le sollicite pour se présenter conseiller municipal dans une élection partielle et il fut élu. Il tenait à préciser que la politique municipale n'avait jamais fait partie de ses projets de vie. Les choses se sont précipitées dans l'année suivante, alors que des gens très convaincants l'incitent à se présenter à la mairie aux élections d'automne. Il est élu maire le 5 novembre 1989. Dans les 2 mandats qui

s suivirent, réélu par acclamation en 1993, il a eu le privilège de servir la population et de travailler en équipe avec des gens entièrement dédiés à leur municipalité sous le signe de la continuité et de la stabilité financière. Dans la foulée des années '80 et '90 et sans les bouleversements que l'on connaît, il peut assurer que Saint-Louis-de-France serait aujourd'hui une ville modèle et enviée.

Un point particulier ressort de son passage de ces 10 années à l'hôtel de ville: le bénévolat à Saint-Louis-de-France était une force incroyable. Il se souvient encore de cette journée reconnaissance de nos bénévoles en 1997 où plus de 700 personnes étaient présentes. Il veut rendre hommage à tous ces bâtisseurs et remercier tous ceux avec qui il a eu le privilège de travailler au Conseil de ville.

Grâce à sa famille et surtout à son épouse Rita, il a pu vivre pleinement cette implication de vie... Et il les en remercie!



De gauche, vers le bas :  
**Wilfrid Champagne, maire. Les conseillers: Jean-Pierre Ayotte, Claude Bourgeois, Noëlla Champagne, Jacques Boisclair, Denis Paquin, Jean-Marie Ross. Directeur général, Robert Bouchard.**

## Des fleurs pour toutes les occasions!

- Fleurs naturelles
- Plantes vertes




# Fleuriste Cormier

**2420, boul. Thibeau,  
Trois-Rivières • 819 379-3459  
[www.fleuristepepiniercormier.com](http://www.fleuristepepiniercormier.com)**

**Livraison disponible**



CREDIT PHOTO : COURTOISIE WILFRID CHAMPAGNE

JOURNAL LAROCHELLE - Juin 2021 - 3

# Lorsque se prépare la tradition estivale



CRÉDIT PHOTO : STEVE BERNIER

C'est enfin le mois de juin et le fond de l'air est agréable. On dirait que depuis des semaines, le printemps s'est comme donné des airs de saison estivale. Le sentez-vous cet été qui arrive? Je peux vous dire que dans les corridors de l'Académie les Estacades, où j'enseigne, je sens cette frénésie depuis le mois d'avril. Le soleil, la chaleur et la neige qui a fondu rapidement ont fait du bien au moral. L'odeur de la belle saison qui plane dans l'atmosphère et qui me dopamine les neurones. En préparant cette chronique, je me suis un peu perdu dans mes idées et mes recherches.

Et au fil des lectures et des clics dans les

Internet, je suis tombé un peu par hasard sur des images du petit Saint Jean-Baptiste sur un char allégorique. Pour être plus précis, je te parle ici de cet enfant, ce petit chérubin qui représentait jadis, naguère et autrefois le « patron des Canadiens-Français ». Dans plusieurs villes et villages du Québec, et aussi à Saint-Louis-de-France, la tradition voulait qu'un jeune galopin, enfant frisé, nu-pieds, revêtu d'une peau, portant une bannière et une croix, personnifiait le petit Saint Jean-Baptiste. On le faisait parader, dans le cadre de la fête nationale de la Saint-Jean, sur une voiture aménagée de feuillage avec un mouton blanc. Nos ancêtres

célébraient ainsi le jour d'ensoleillement le plus long de l'année, le solstice d'été. La coutume de cette fête païenne voulait qu'un grand feu de joie soit allumé afin de symboliser la lumière qui était à son apogée. Une tradition qui se perpétue encore aujourd'hui lors de notre fête nationale.

Si la marmotte québécoise Fred peut prédire la fin de l'hiver, qu'une hirondelle nous annonce le printemps, alors le petit Saint Jean-Baptiste nous faisait entrer dans l'été. Pour moi, le mois de juin c'est bien entendu l'arrivée des vacances, mais surtout c'est un mois de traditions et de souvenirs.

Sans le mois de juin, je ne serais peut-être pas devenu conteur aujourd'hui. Je me souviens d'être parti en camping avec mon cousin le dernier jour des classes. Nous partions à l'aventure et ce fût mes premières histoires sur le bord d'un feu. Une tradition que je perpétue moi-même avec mes enfants.

La fin des classes c'était le début des traditionnelles journées aux camps de jour et des amitiés estivales. C'est devenir un animateur de camp, pour jouer des personnages et raconter les traditionnelles histoires de peur ou récits de bord de feu. Une tradition qui deviendra une carrière d'enseignant, de conteur, de comédien et d'organisateur d'événement.

Je me demande par contre de quoi sera

fait cet été 2021. Qu'advient-il de nos traditions estivales? Nos traditions d'avant ne se réinventent pas, elles sont nos points de repère qui marquent le temps et nos mémoires. Avec la COVID, les rassemblements me manquent beaucoup, et je m'ennuie de me raconter en personne aux gens.

J'ai ce besoin de briser l'isolement et de rencontrer des gens. Il y a deux ans, j'avais créé un nouveau rendez-vous qui est appelé à devenir une tradition. J'invitais tout le monde dans ma cour sur le bord d'un feu. Chacun venait entendre quelqu'un leur raconter de petits contes ne laissant personne indifférent. Je suis une de ces personnes qui vous tricote des récits.

Alors en terminant, j'ai bon espoir du retour, plus tôt que tard, de ces soirées entre amis et voisinage, entre curieux et passionnés. Toutefois, en attendant de pouvoir retrouver ce moment, il est important que tout le monde s'invente des traditions, afin que chacun d'entre vous puissiez faire une différence auprès de quelqu'un dans votre entourage pour ne pas oublier personne.



Ensemble, favorisons le développement de la jeunesse dans notre communauté!

-307745

[www.facebook.com/optimiste.stlouisdefrance](http://www.facebook.com/optimiste.stlouisdefrance)



Ce bulletin est publié par votre comité du journal LaRochele en collaboration avec la Ville de Trois-Rivières.

- Présidence / Amélie St-Pierre
- Publicité / Marc Lemire | Claude Martin | Marilyne Desaulniers
- Correction des textes / Hélène Gamache | Louis Cournoyer
- Collaborateurs / Louis Cournoyer, Véronique Milette, Steve Bernier
- Dépôts / Michel Lafrenière
- Distribution / Publi-Sac

Vos textes sont les bienvenus!

Questions / Commentaires: 819 379-1490 poste 6327

Soumettez vos articles à [astpierre@icimedias.ca](mailto:astpierre@icimedias.ca)

**Prochaine parution : 4 août 2021**

**Date de tombée : 25 juin 2021**

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

>295563

# On récolte ce que l'on sème!



Chers membres de la communauté,

La fin de l'année scolaire 2020-2021 est à nos portes. Bien qu'elle ait été quelque peu différente des précédentes, elle a tout de même été riche d'apprentissages, d'événements, de découvertes et de merveilleux moments!

Une fin d'année, c'est l'aboutissement de plusieurs mois de travail qui ont demandé beaucoup d'efforts et une grande implication de la part des élèves, des parents et de tout le personnel. Malgré la pandémie, je peux vous assurer que nous ressentions bien le bonheur et la joie de vivre à l'école Louis-de-France. À cet égard, je tiens à souligner la rigueur, la constance et la résilience démontrées par chacun. Les vacances seront d'autant plus méritées pour tous et permettront certainement quelques semaines reposantes et vivifiantes.

Notre programme pédagogique « L'Agroalimentaire s'invite à l'école » créé en 2016 est plus vivant que jamais! En plus de nos 23 bacs jardin répartis autour de l'école, d'une cuisine et d'une chambre froide aménagées au service de garde, une serre et une classe extérieure entourées de jardins thématiques ont été réalisés dans la cour de l'école. Les travaux viennent à peine d'être achevés. L'inauguration officielle de nos nouvelles infrastructures aura lieu jeudi 17 juin 14h en présence de M. André Lamontagne, Ministre de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation. Ces agrandissements des espaces de culture permettront de diversifier les projets agroalimentaires, d'approvisionner le bar à salades et les projets agroalimentaires de l'école. La classe extérieure sera utilisée le midi par les dîneurs, et aussi pour le lavage des récoltes, en plus des classes plein-air. Petits et grands sommes ravis!

Le centre de services scolaire du Chemin-du-Roy a honoré ses élèves et ses membres du personnel dans un magazine reconnaissance; Félicitations à Albert Veillette Bédard, élève de l'année et à Mme Danielle Lavoie, enseignante de maternelle, honorée pour sa passion et son dévouement auprès de ses élèves.

En terminant, c'est avec une profonde émotion que je quitterai la direction de cette merveilleuse école en juillet prochain. Les années filent et voilà déjà la retraite! Ce fut un immense privilège et un immense bonheur d'avoir travaillé toutes ces années auprès de gens aussi exceptionnels. Je garderai d'excellents souvenirs de mon passage à LDF. Mme Sandra Blais assumera la direction de l'école à compter de juillet. Bonne continuation à tous et au plaisir de vous revoir!

**Mme Maryse, directrice**

**Bonne rentrée scolaire 2021-2022, mardi le 31 août!**



CRÉDIT PHOTO : COURTOISIE ÉCOLE-LOUIS-DE-FRANCE

## Tout pour le potager Arbres / arbustes Vivaces / annuelles

**Complice de votre été!**

**Venez rencontrer nos experts!  
Services complet et professionnel!**



**Pépinière Cormier**  
Depuis 1965

2420, boul. Thibeau Nord  
Trois-Rivières 819 376-3081

>308623

**La friperie est ouverte tous les jeudis  
de 12 h 30 à 16 h et de 18 h à 20 h.  
Pour les vacances d'été, nous serons fermés  
du 17 juin au 5 août. Passez un bel été,  
et profitez bien du beau temps!  
L'équipe de la friperie**

## Une seconde vie pour les vêtements (2<sup>e</sup> partie)

Dans la première partie, je vous ai parlé du « surcyclage » qui désigne le principe de récupérer les vêtements usés, neufs invendus ou les chutes de tissus dans le but de les transformer.

... Au Québec, 3 % des matières résiduelles mises dans les collectes de déchets ou de matières recyclables en bordure de rue par les ménages sont des produits de textile ou d'habillement, selon Recyc-Québec. Cela équivaut à un peu plus de 95 000 tonnes générées, soit 12 kg/personne/année.\*

Il y a quelques années à l'émission J.E. s'était penché sur une entreprise qui s'était débarrassé de vêtements neufs, tous lacérés, retrouvés dans un conteneur à déchet. Beaucoup de discussions ont découlé de cette prise de conscience. Que devrait-on faire de tous ces invendus, de tout ce tissu qui sûrement pourrait encore servir? Certaines boutiques ont maintenant un bac pour recueillir les vêtements dont on ne se sert plus, dans le but d'en faire du recyclage.

Le tissu des vêtements qu'on retrouve dans les friperies sont en majorité de bonne qualité et en très bonne condition, et plusieurs proviennent de grandes marques.

... les grandes entreprises ont un rôle à jouer. Les écoles de mode aussi. «Elles forment les futurs créateurs, ainsi que celles et ceux qui vont s'occuper de la gestion ou de la commercialisation.\*

Il y a plusieurs années, toutes les familles « surcyclait ». On se passait les vêtements des plus grands aux plus petits, on réajustait ou pas, afin que les vêtements fassent au suivant ou à la suivante, et lorsque le vêtement ne faisait plus, on en faisait des courtpointes ou des catalogues.

Dans son article, Chloé Marriault de la Presse de février 2019, nous présentait des créatrices de Montréal, qui transforment leur récupération en de nouvelles pièces.  
**En voici quelques-unes :**

**Ariane Brunet-Juteau**

**Kinsu** <https://kinsu.ca/>

Alors là, chapeau! Ariane a créé sa marque en 2014. Sa matière de prédilection est le denim. Elle trouve que cette matière transcende les âges, les cultures, les sexes et les classes sociales. Elle transforme celle-ci en accessoires, mitaines, sacs à main et portefeuilles, modifie des vêtements existants, pour en faire un nouveau.

Mais le plus beau dans tout ça, c'est qu'elle nous montre comment fabriquer nous-mêmes ces items! Patrons, techniques, tout y est... il ne nous reste qu'à nous lancer dans « l'upcycling », nous avons tous les outils et le savoir-faire!

**SARAH GIROUARD**

**Sarah dans la lune** <https://sarahdanslalune.com/boutique-1/>

En se promenant dans les bazars, sous-sols d'église et friperies, Sarah Girouard a constaté qu'il y avait beaucoup de cravates qui ne trouvaient pas preneur ou... preneuse. Elle a tout d'abord collectionné les plus belles, les griffées. Lorsqu'elle a accepté d'en découdre une, elle a réalisé la quantité de tissu disponible et elle a commencé à bricoler. Elle confectionne des nœuds papillons pour hommes, femmes et enfants, des bracelets ainsi que de petites pochettes. Sa collection de cravates s'est de beaucoup améliorée. Chaque cravate est nettoyée en profondeur avant d'être utilisée pour une seconde vie.

**Pour la prochaine parution au mois d'août, je vous présenterai d'autres créateurs et créatrices.**

## AFÉAS ST-LOUIS-DE-FRANCE

Bonjour à tous nos membres de l'AFÉAS  
Malgré la pandémie, on a quand même réussi à faire de nouveaux montages pour linges de vaisselle et nappes. À toutes celles qui sont intéressées à tisser et devenir membre de notre association, vous pouvez vous inscrire par courriel à [lcm43@videotron.ca](mailto:lcm43@videotron.ca) ou [ntpond@hotmail.com](mailto:ntpond@hotmail.com).

On ne lâche pas, la lumière s'en vient! Gardons espoir et n'oublions pas de se faire vacciner pour pouvoir se revoir bientôt!



CRÉDIT PHOTO : COURTOISIE AFEAS

*Le comité*

## CLUB OPTIMISTE

**Mot du président**

En premier lieu, je veux féliciter Amélie St-Pierre, pour sa nomination au Gala Radisson comme personnalité féminine de l'année. Je tiens aussi à la remercier pour son implication dans notre collectivité, comme présidente du journal LaRochelle.

Les optimistes de Saint-Louis-de-France ont hâte que les conditions sanitaires actuelles soient grandement améliorées avec la vaccination, ce qui nous permettra de reprendre nos activités. Nous avons précédemment travaillé sur la clinique de sang du 31 mai. Avec les délais de dates de tombée de nos articles, je pourrai vous donner les résultats de cette clinique, lors de la prochaine parution du journal au mois d'août. Par la même occasion, nous aurons des précisions concernant nos fameux billets « voyage » et notre programmation pour l'année 2021-2022.

Je vous souhaite un bel été, et vous convie à devenir membre du club optimiste, afin de perpétuer nos 40 années de services auprès des jeunes. Cette invitation s'adresse à tous ceux qui veulent s'impliquer dans notre communauté. Vous pouvez toujours communiquer avec moi pour de plus amples informations.

*Michel Bronsard, président 2020-2021 • Tel : 819 375-0150*

## VOS SERVICES

### HORAIRE :

**Des changements peuvent être apportés à l'horaire ainsi qu'aux services offerts à la bibliothèque de La Franciade.**

**Nous vous invitons à consulter le site des bibliothèques**

**[biblio.v3r.net](http://biblio.v3r.net)  
pour des informations à jour,  
ou à nous téléphoner au  
819 374-6419.**



BIBLIOTHÈQUES  
DE TROIS-RIVIÈRES

**BIBLIOTHÈQUE DE LA FRANCIADE**

100, rue de la Mairie,  
secteur de Saint-Louis-de-France  
Tél. : 819 374-6419

Pour profiter des services en ligne,  
rendez-vous au  
[www.biblio.catalogue.v3r.net](http://www.biblio.catalogue.v3r.net)

## Club de lecture d'été TD dans les bibliothèques de la ville!

Comme tous les étés, les usagers de 3 à 15 ans, ainsi que leurs parents, pourront participer au club de lecture d'été TD offert gratuitement.

Samedi le 12 juin, les personnes intéressées à s'inscrire pourront se présenter à la bibliothèque de la Franciade entre 10 h et 12 h. Des surprises seront remises aux personnes présentes, et un tirage sera effectué parmi toutes les inscriptions.

Le prix: un panier-cadeau d'une valeur de 100\$. Les activités débuteront le 28 juin et seront présentées de façon virtuelle. Nous vous invitons à consulter le site des bibliothèques à [biblio.v3r.net](http://biblio.v3r.net) pour des informations à jour à propos de nos heures d'ouverture et de nos services.



CRÉDIT PHOTO : COURTOISIE V3R

## FADOQ SAINT-LOUIS-DE-FRANCE

**Bonjour à tous nos membres,  
J'espère que la santé se maintient malgré la pandémie que nous vivons tous.  
On a hâte que tout soit derrière nous.  
Nos activités ne sont pas encore au menu. On espère bien que la pétanque puisse reprendre au mois de juin. Si ça reprend, nous vous en avertirons.  
Prenez bien soin de vous et à bientôt!  
Solange Lafrenière**

## CHEVALIERS DE COLOMB DU CONSEIL 9956 SAINT-LOUIS-DE-FRANCE

Les chevaliers de Colomb du conseil 9956 de Saint-Louis-de-France sont fiers d'annoncer qu'ils ont reçu une subvention du fonds d'urgence COVID-19 de Centraide. Cette aide de 3 000 \$ sera gérée par le Comité d'entraide de Saint-Louis-de-France, afin de permettre à des familles démunies du secteur de recevoir des denrées alimentaires.

# Frédéric Dupéré et Andrée Gélinas Pharmaciens propriétaires

Affiliés à:



## VOTRE PHARMACIEN POURRAIT VOUS PRESCRIRE LA MÉDICATION POUR:\*

- Pédiculose (poux)
- Diarrhée du voyageur
- Cessation tabagique
- Grossesse: supplément vitaminique, nausée et vomissement
- Traitement d'urgence pour surdose d'opioïdes

\*Certaines conditions peuvent s'appliquer. Consultez votre pharmacien.



## VOTRE INFIRMIÈRE EST LÀ POUR VOUS AIDER\*\*

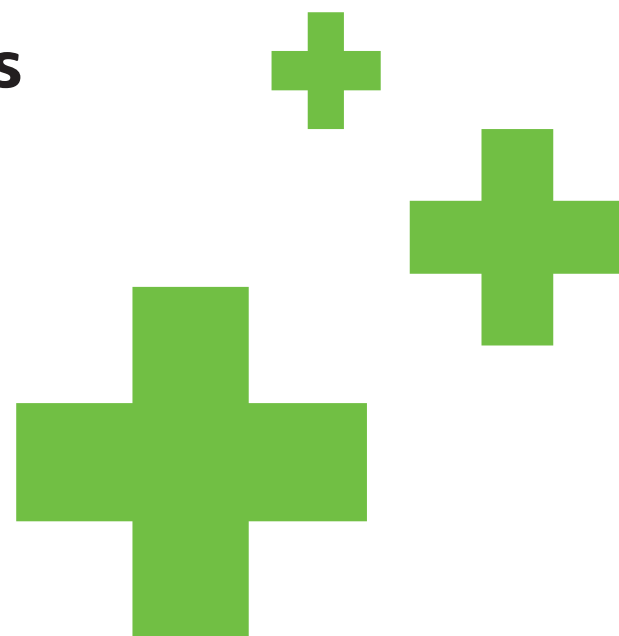
- Traitement des verrues et accrochordons (tétines)
- Vaccination voyage
- Prise de sang
- Vaccination zona
- Lavage d'oreilles
- Et plus encore!

\*\*Des frais peuvent s'appliquer. Informez-vous au laboratoire.

**CES SERVICES SONT OFFERTS AUX PHARMACIES FRÉDÉRIC DUPÉRÉ  
ET ANDRÉE GÉLINAS DE TROIS-RIVIÈRES.**

Les infirmières sont responsables de leurs activités professionnelles.

Les pharmaciens sont les seuls responsables de l'exercice de la pharmacie.



## 2 adresses pour mieux vous servir!



**SERVICE DE  
LIVRAISON GRATUIT\***

\*Détails en pharmacie

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

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

24925

**IGA**  
*extra*

***Tout pour le BBQ  
et le fumoir***

**Thibeau**

