

30 Ans  
1978-2008

Journal

# LaRocheelle

Trois-Rivières  
secteur Saint-Louis-de-France

Dépot légal

Février 2009, vol. 33, no.10

Bibliothèque nationale

Tirage 2765 copies

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



Avec le début de l'année 2009, le maire nous désigne sur plusieurs comités. Pour ma part, je participerai aux groupes de travail suivants ; arts et culture, loisirs, sport et services communautaires, travaux publics. De plus, j'agirai comme administrateur sur les organismes suivants; Mondial des amuseurs publics, Les délices d'automne, la Société de développement économique de Trois-Rivières, la corporation de l'île Saint-Quentin, la fondation de l'île Saint-Quentin, vice-président des Fêtes du 375e et pour couronner le tout : président de la

Société protectrice des animaux de la mauricie. Ce n'est pas l'ouvrage qui va manquer, d'autant plus que de septembre à novembre, une partie de mon temps sera consacré à la campagne électorale municipale 2009.

Tel que promis dans la dernière parution, voici quelques informations sur l'organisme de recherche Équinoxe. Fondé en 1999, cette organisation se spécialise dans la recherche de personnes disparues surtout en forêt. Composé de 20 membres actifs et de 10 réservistes, Equinoxe leur a permis de participer à ce jour, à une quarantaine de recherches. Ce sont eux d'ailleurs qui ont retrouvé dernièrement, M. Sylvain Marchand de Shawinigan. Ces personnes suivent des cours de premiers soins, de cartes et boussoles, de G.P.S., de communication par radio, etc.... Le président actuel, M. Patrick Prince, se fera un plaisir de vous recevoir au 3712, boul. Thibreau. On peut le rejoindre au 819-375-4844 ou par recherche sur Internet en spécifiant : recherche et sauvetage Équinoxe.

La fin de l'année 2008 a été témoin de plusieurs activités dans notre communauté. Le 30 novembre sous l'habille direction de Mme Manon Lemire et de son équipe, la fête des Papilles a connu un franc succès. La fête de Noël des Optimistes du 7 décembre dernier, avec son président M. Henri-Paul Côté, a réussi à surprendre et réjouir de très nombreux enfants et parents. Félicitations à tous ces organisateurs! Le 12 décembre, le club de l'Age d'or avec son bingo, nous a permis de passer une soirée très agréable. Félicitations à Mme Jeannine Guillemette et son équipe de bénévoles. Pour sa part Mme Micheline Proteau et son équipe du comité d'entraide fournissaient à 45 familles démunies, des paniers de provisions et de jouets pour les enfants, afin d'agrémenter la période des Fêtes pour ces gens. Il ne faut pas oublier le comité Grand Cœur avec Mme Angèle Bédard qui a réussi à constituer à chaque semaine, des paniers de

provisions pour une quarantaine de familles.

En début de 2009, le Tournoi de hockey novice avec 52 équipes participantes s'est avéré être un événement majeur dans le monde sportif. La 12e édition de ce tournoi s'est échelonné sur les deux premières fins de semaines de janvier et fut une très grande réussite. Toutes mes félicitations à M. Marc Ricard et son équipe de fervents bénévoles.

2009 c'est aussi les Fêtes du 375e anniversaire de Trois-Rivières. Un banquet populaire avec 2000 convives a eu lieu le 8 janvier, au Complexe Desjardins. Ce fut une soirée grandiose couronnée de succès. Le lendemain, la fête familiale au centre ville a attiré au moins 15000 personnes, malgré un froid mordant. La messe à la Basilique du secteur Cap-de-la-Madeleine fut un événement religieux empreint de solennité, ponctué par l'homélie exceptionnelle de Mgr Martin Veillette et par les chants mélodieux de plus de 300 choristes. Un pur ravissement.

M. Yves Picard 819-374-6550 organise avec divers bénévoles, la deuxième édition de la Fête des neiges du 28 février, au parc de la Terre des loisirs. Patins, glissades, hockey et promenades en traîneaux seront à l'honneur. Il ne manque que « vous » comme participants et ou bénévoles pour en faire une réussite. Réservez tout de suite cette journée dans le calendrier de vos occupations. Comme vous voyez, ce n'est pas le nombre d'activités qui manque à Saint-Louis-de-France. Merci aussi à M. Sylvain Allard et à son équipe, qui rend possible la publication de ce journal.

Pour ceux qui s'ennuient et qui trouvent leur vie plus ou moins active, je vous suggère de communiquer avec Mme Jeannine Gingras au 819-374-6550. Elle pourra vous donner la liste des très nombreux organismes de la communauté qui vous recevront les bras ouverts.

Je vous signale mon changement d'adresse courriel. Vous pouvez me rejoindre à l'adresse suivante : [michelbronsard@videotron.ca](mailto:michelbronsard@videotron.ca).

Vous pouvez toujours consulter mon site Internet [michelbronsard.com](http://michelbronsard.com)

En terminant, je souhaite que cette nouvelle année vous soit des plus bénéfiques.

Au plaisir de vous rencontrer.

Votre conseiller municipal.

Michel Bronsard

819-375-0150



Ce bulletin est publié par votre comité du journal LaRoche en collaboration avec le Service des loisirs et des services communautaires de la Ville de Trois-Rivières.

## BIBLIOTHEQUE DE LA FRANCIADI

100, rue de la Mairie, secteur de St-Louis-de-France

Tél. : 819 374-6419

Dim	Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Sam
10 h à 17h	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

\* Horaire de la fête du Travail jusqu'au 1er dimanche de juin.

### Pour profiter des services en ligne

rendez-vous au [www.biblio.catalogue.v3r.net](http://www.biblio.catalogue.v3r.net)

### ADULTES

#### CLUB DE LECTURE

Chaque rencontre mensuelle donne lieu à des discussions vivantes autour du livre. Les rencontres ont lieu le 2e mercredi du mois avec Louise Allain, une animatrice passionnée de lecture.

Date : Les mercredis 11 février, 11 mars, 8 avril, 13 mai et 10 juin

Coût : gratuit

Lieu : Bibliothèque Gatién-Lapointe à 12h10 (apportez votre diner) ou à 19h à la bibliothèque Aline-Piché

### JEUNES

Places limitées

Inscriptions obligatoires

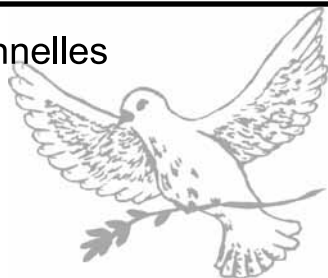
Inscriptions et billets en prévente dans les Bibliothèques de Trois-Rivières

**Information : 819 374-6419 poste 6965**

### Résidence funéraire

# André T. Béland enr.

- Funérailles traditionnelles
- Columbarium
- Préarrangements
- Inhumation
- Crémation



### ACTIVITÉ JEUNES 6 à 12 ans

Affichette de porte de Saint-Valentin : bricolage

avec Evelyne Magny et Louise St-Arneault

(25 participants)

• **Date** : Samedi 7 février

• **Lieu** : Bibliothèque de La Franciade de 13 h 30 à 15 h

### SPECTACLE

#### LES CONTES DANS L'PANIER

Avec Gemma Prune, interprété par Marie-Hélène Vézina

Gemma Prune garde toujours ses livres au frais : dans son réfrigérateur ou sa glacière. Lorsque son estomac gargouille, elle choisit une histoire bien fraîche et la déguste avec bonheur! Une aventure délicieuse!

**Clientèle** : 4 à 10 ans (80 participants)

• **Date** : Dimanche 8 février à 13 h 30

• **Lieu** : Bibliothèque de La Franciade

#### HISTOIRE AU BOUT DU FIL

Racontée par Nancy Montour et François Désaulniers

Ce sont des histoires préenregistrées, choisies parmi des livres d'images, des contes ou des légendes, susceptibles de te plaire. À chaque mois, une nouvelle histoire est ajoutée.

#### **Pour les écouter, c'est facile :**

Par téléphone : 819 372-4615 et compose le 6934

Sur Internet : [www.biblio.v3r.net](http://www.biblio.v3r.net)

Sur le site Internet, les histoires demeurent disponibles six mois.

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

2845, boul. Thibeau  
Trois-Rivières  
(secteur Saint-Louis-de-France)

**(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**



### HORAIRE DES PATINOIRES



Voici l'horaire des patinoires pour la saison 2008-2009

Pour plus d'informations : 819 374-6550, poste 6802.

#### TERRE DES LOISIRS

Lundi au vendredi : 16 h à 21 h

Samedi et dimanche : 13 h à 21 h

Congés scolaires : 13 h à 21 h

#### PARC MASSE

Lundi, mardi, mercredi 16 h à 20 h 30

Jeudi et vendredi : 16 h à 21 h

Samedi et dimanche : 13 h à 21 h

Congés scolaires : 13 h à 21 h

### Ville de Trois-Rivières

Offre d'emploi - Programme de camp de jour

Postes : Animateur (trice)  
Accompagnateur (trice) (faciliter l'intégration de personnes ayant des incapacités)

Niveau d'intervention : Animation auprès d'un groupe d'enfants de 5 à 13 ans

Description de tâches : Sous la direction des responsables du programme de camp de jour, organise, anime et évalue un programme d'activités de loisir pour les enfants de 5 à 13 ans dans les parcs des secteurs de Cap-de-la-Madeleine, Sainte-Marthe et Saint-Louis-de-France.

Durée de l'emploi : 8 semaines (15 juin au 7 août 2009)

Semaine de travail :40 heures/semaine

Salaire : 10 \$/heure

#### Critères d'admissibilité :

Avoir complété au moins une année au niveau collégial ou être inscrit à un programme d'études universitaires (étudier dans un domaine d'étude pertinent ou avoir de l'expérience en animation de groupe d'enfants sont des atouts) ;

Être étudiant ;

Être disponible du 15 juin au 7 août 2009

Accepter que la Ville procède à la vérification des antécédents judiciaires.

#### Procédure :

Si vous êtes intéressés, vous avez jusqu'au vendredi 13 mars 2009 pour vous procurer et déposer le formulaire « Demande d'emploi » accompagné de votre curriculum vitae et d'une attestation scolaire au Service des activités récréatives et communautaires du secteur de Saint-Louis-de-France, situé au 100, rue de la Mairie.

Pour des informations supplémentaires, vous pouvez contacter Isabelle Boisvert au 819 378-8039 poste 4299 ou Sara Tardif au poste 4165.



# GARAGE MICHEL SAVARY

Confiez-nous votre auto !



- Système à injection**
- Mise au point électronique**
- Freins et suspension**
- Système d'échappement**
- Pose et balancement de roues électronique**
- Air climatisé**



- ESTIMATION GRATUITE**
- MÉCANIQUE GÉNÉRALE**
- VENTE ET RÉPARATION DE**
- TRANSMISSION MANUELLE**

**2880 Boul. Thibeau, Trois-Rivières, secteur St-Louis-de-France 819-379-2044**



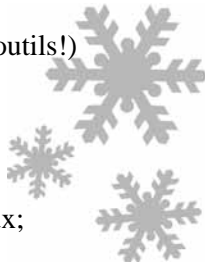
**Fête des neiges  
Saint-Louis-de-France**



Le comité organisateur de la Fête des Neiges de Saint-Louis-de-France, en collaboration avec le Club optimiste de Saint-Louis-de-France et le service des loisirs de la Ville de Trois-Rivières, offrira une programmation des plus divertissantes pour toute la famille! Cette deuxième édition de la Fête des Neiges aura lieu samedi le 28 février 2009, au Parc Terre des loisirs.

Plusieurs activités vous seront offertes lors de cette journée, dont:

- Tournoi de hockey ball;
- (N'hésitez pas à vous former une équipe et à vous inscrire!)
- Glissade;
- Patinage libre;
- Sculpture sur neige; (apporter vos outils!)
- Ski de fond;
- Contes et légendes;
- Mascottes;
- Randonnée en calèche avec chevaux;
- \*\*\*Un incontournable!
- Maquillage pour enfants.



De plus, tout au long de la journée, musique et animation sauront mettre de l'ambiance à la fête! Pour vous réchauffer, des collations seront en vente sur place, grâce à la collaboration du Club optimiste de Saint-Louis-de-France.



Cette programmation peut être sujette à des changements. La programmation officielle de la fête, incluant les heures des activités, vous sera envoyée dans le publi-sac du mercredi 25 février 2009.

\*Pour toutes informations, veuillez communiquer avec Claudia Boisvert, au Service des activités récréatives et

communautaires du secteur de St-Louis-de-France, par téléphone au 819 374-6550 poste 4142 ou par courriel à l'adresse suivante [cboisvert@v3r.net](mailto:cboisvert@v3r.net)

**Distribution de paniers de Noël  
par le Comité d'entraide du secteur  
de Saint-Louis-de-France**



Le 20 décembre dernier, le comité d'entraide a distribué près de quarante-cinq paniers de Noël à des familles considérées à faibles revenus de Trois-Rivières du secteur de Saint-Louis-de-France. Sur la photo, nous apercevons les membres du comité d'entraide. En bas: Mme Louise Bédard (membre du comité), Mme Micheline Proteau (présidente) et Mme Béatrice Héon Fréchette (membre du comité). En haut: M. Maurice Proteau (secrétaire), M. Raymond St-Aubin (vice-président), M. Michel Bronsard (conseiller municipal du district de Saint-Louis-de-France) et M. Ghislain Marchand (membre du comité). Mme Pierrette Richard (trésorière) était absente lors de cette photo, mais elle est aussi membre du comité.

**Massothérapie**  
Diane Fréchette  
(819) 379-5943

- Massage suédois
- Femme enceinte
- Thérapeutique
- Massage sur chaise

Certificats cadeaux disponible

1540, St-Alexis,  
Trois-Rivières  
(sect. St-Louis-de-France)

Peau de Soie esthétique

Linda Gaumont  
Esthéticienne & Électrolyste

1200 Julien Jacob  
Trois-Rivières, Qué.  
G8T 8X7  
Tél.: (819) 379-1000  
Fax: (819) 379-0040





## ÉCOLE LOUIS-DE-FRANCE-ET-BLANCHE-DE-CASTILLE

À

### tous les lecteurs du La Rochelle,

Je souhaite d'abord une année pleine de santé, de joie et de petits bonheurs quotidiens. À entendre les pronostics, je ne crois pas que la prospérité soit pour cette année !

À l'école, l'année est bien lancée, et de nombreux dossiers retiendront notre attention. D'abord, modification de nom pour l'école : l'École Louis-de-France-et-Blanche-de-Castille portera dorénavant le nom de École Louis-de-France. Comme nous sommes en démarche pour modifier notre logo, cela était plus pratique de vouloir représenter un seul nom d'autant plus que l'usage de Blanche-de-Castille est maintenant réservé exclusivement au service de garde.

Ensuite, la poursuite de l'entente de partenariat avec la Caisse Les Estacades, nous permettra de poursuivre l'acquisition de matériel informatique, et d'amorcer notre projet de rénovation de la bibliothèque.

La période d'inscription des élèves se mettra en branle bientôt. Je rappelle également à tous les parents, qu'en tout temps vous pouvez inscrire vos enfants au préscolaire même si la période officielle d'inscription est terminée.

Je vous encourage donc à le faire rapidement, afin de nous permettre la meilleure organisation scolaire possible.

Comme résident du secteur St-Louis-de-France, vous avez la chance de compter sur une école moderne, adaptée aux goûts et besoins des élèves, avec une équipe-école extraordinaire. Vous croyez que j'exagère, parlez-en à vos voisins ou aux parents des enfants qui fréquentent notre école. Ce sont là, j'en suis sûr, les meilleurs conseillers.

En novembre 2008, nous avons remplacé plus de 60 postes informatiques dans l'école. Plusieurs de ces postes encore fonctionnels (Pentium 3) feraient bien l'affaire pour plusieurs. L'école peut s'en départir à bas prix. Contactez-

**Henri-Paul Jacques**  
Propriétaire

Tél.: (819) 374-2448  
Fax.: (819) 374-2468



Distribution de pièces de tous genres  
pour toutes marques d'autos et de camions

87, boul. Thibeau, Trois-Rivières, Qc

G8T 6X6

moi si vous êtes intéressé (es)

Notre nouvelle équipe de football « Le Blitz » a commencé ses entraînements. Plus de 25 élèves sous les ordres du « coach » Dumas seront les porte-couleurs de notre école. Vous avez un intérêt comme commanditaire ou autre ?

Un grand merci au Club Optimiste qui, lors du concours annuel de dessins de Noël fait sous notre thème cette année de « Il était une fois », a remis plus de 54 prix à des élèves.

Comme vous le constatez, il existe plusieurs façons de s'impliquer dans notre école en s'y inscrivant, en la visitant, en l'encourageant.

Au plaisir de vous rencontrer

Jean-Pierre Bordeleau  
Directeur  
Tél. : (819) 374-5523

Site internet :

[www.csduroy.qc.ca/Louisdefranceetblanchedecastille](http://www.csduroy.qc.ca/Louisdefranceetblanchedecastille)

Patrick Dumas, ancien élève de l'école

Notre établissement fait partie de la Commission scolaire du Chemin-du-Roy



Centre dentaire  
**D<sup>re</sup> Sylvie Beauclair**  
Chirurgienne  
dentiste

**Service de :** - Dentisterie familiale et esthétique

- Prothèses dentaires
- ORTHODONTIE
- Blanchiment
- Système de stérilisation
- Caméra intra-orale complet contrôlé

**Service d'urgence - Ouvert jour et soir**

Tél.: **378-8888** 2800 boul. Thibeau  
Trois-Rivières  
G8T 1G2  
(à 5 min. de l'autoroute 40)

**Dentaide**



**Dre Sylvie Beauclair,**  
Chirurgienne-dentiste généraliste



Chevaliers de Colomb  
Conseil 9956



Assemblée  
Robert Boisvert  
2678

**BILLETS VOYAGE**

Liste des gagnants 2008-2009

Tirage # 1 le 17 décembre

Jamaïque, Royal Golden Gran Bahia Principe Jamaica (1,700)

Billet # 0250

Gagnant : M. Yves Plante 200 \$

Vendeur : M. Yves Plante

Billet # 0025

Gagnant : Jacques Carette 175 \$

Vendeur : Jean Lavigne

Billet # 0023

Gagnant : Yves Picard & Jean-Marc Bergeron

Vendeur : Jean Lavigne

Tirage # 2 Le 17 décembre

Forfait autocar, jour de l'an à New-York ( 1,500)

Billet # 0106

Gagnant : Mme Rose A. Richard 200 \$

Vendeur : Jean-Claude Lacroix

Billet # 0203

Gagnant : George Nother 175 \$

Vendeur : Paul Périgny

Billet # 0252

Gagnant : Mme Louise Proteau

Vendeur : Maurice Proteau

Jean Lavigne

Responsable des tirages, 08-09

Veillez prendre note que le souper spectacle du 17 janvier à été remis au samedi 7 mars 09, à la Salle Multi-fonctionnelle au 100 rue de la Mairie.

Plus de détails dans le prochain numéro du La Rochelle S.C. Jean Lavigne

Fidèle Publiciste

Chers Sirs, le mois de février est le mois de l'amour et de partage, arrêtez un moment et prenez le temps de dire à vos épouses, vos enfants ou vos amis que vous les aimez.

Je t'aime! C'est deux mots qui en disent long mais comment réconfortant !

Pourquoi pas, une bonne poignée de mains et dire Merci, pour ton amitié.

Je vous invite donc mes sirs de partager ce moment à tous ceux qui vous entourent.

N'oubliez pas que la soirée sociale à été remis au 07 mars, pour la raison de sécurité incendie. Il y aura des billets à vendre. Communiquez avec moi ou le grand chevalier Sir Michel St-Pierre.

La prochaine réunion aura lieu le 16 février à 19h15 au 805 Louis de France, on vous attend à grand nombre.

Mon épouse se joint à moi pour vous souhaitez une bonne St-Valentin à vous mes sirs ainsi qu'à vos épouses, parents et amis.

Denis St-Yves, fidèle navigateur, et mon épouse Manon

**Le Papillon Bleu**



CLINIQUE NOUVELLEMENT CONSTRUITE  
Même accueil chaleureux



**Dre Sonia Dupont D.C.**

Chiropraticienne

ENFANTS, FEMMES ENCEINTES ET ADULTES

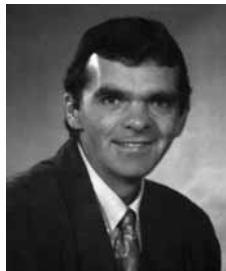
Certificats en pédiatrie chiropratique

**819-694-0111**

La plus haute technologie



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



**JACQUES LÉPINE D.D.**

DENTUROLOGISTE  
FABRICATION & RÉPARATION  
DE PROTHÈSES DENTAIRES  
AMOVIBLES



**378-6014**

• Examen gratuit



2015, St-Paul Trois-Rivières

## A.F.E.A.S

Activité Femme d'ici



Bonjour ,

Une bonne année 2009 à tous et chacun de vous, bonheur et santé.

De petites nouvelles de notre souper de Noël le 17 décembre dernier. Un souper traditionnel a été servi. Tout le monde était dans l'ambiance des fêtes avec musique de circonstance et de la danse. Notre invité, Mme Danielle Plourde nous a montré quelques pas de danse de Baladi. Elle a su nous divertir. Ce fut bien apprécié. Merci Danielle et à la prochaine !

Par la même occasion, nous avons fêté les membres AFEAS de plusieurs années. Ce sont Mme Hélène Cossette 35 ans, Lucille Boisclair 30 ans, Mme Gisèle Larivière 25 ans et Mme Réjeanne Tousignant 25 ans. Félicitations !

Notre prochain souper sera mercredi le 11 février à 17h45. Le menu : Soupe minestrone légumes, pâté saumon sauce aux œufs ou salade de poulet, pouding. Ça se passe au 3825 Thibeau secteur Saint-Louis-de-France, Trois-Rivières. Appeler Mme Dugré (819) 375-3947 pour confirmer votre présence.

Bonne St-Valentin, à la prochaine.

Solange Lafrenière  
(819) 376-6521

repas et les activités se font au pavillon des aînés 3825 Thibeau, secteur St-Louis-de-France Trois-Rivières. Bienvenue

Nous avons des tables 60X30 propres à vendre. 5.00 \$ chacune. Sur ce à la prochaine.

Merci.

Solange Lafrenière  
(819) 376-6521

### Grand Cœur St-Louis-de-France

Grand cœur est un organisme qui vient en aide aux gens à faible revenu tous les jeudis de 13 heures à 14 heures à la sacristie de St-Louis-de-France.

Pour débiter, j'aimerais remercier tous les gens qui ont donné si généreusement lors de la grande collecte de Moisson Mauricie Centre du Québec. Comme vous le savez, les denrées ramassées à l'épicerie Tradition reviennent à notre organisme et 10% des argents amassés. On nous a remis 150 kilos de denrées et on nous remettra 10% des 638.96 \$ que vous nous avez donnés. Encore un gros merci à tous.

À vous qui êtes sur l'aide sociale, sur l'assurance-emploi ou qui êtes à faible revenu et qui ne peuvent plus joindre les deux bouts. Venez sans gêne nous rencontrer, nous pouvons vous aider avec la collaboration de moisson Mauricie qui nous procure les denrées. Nous avons aussi des vêtements et bien d'autres choses qui peuvent vous accommoder.

Angèle Bédard  
(819) 691-4980

## Mouvement des Aînés(es)

Bonjour à vous tous,

Les activités de la FADOC de St-Louis-de-France reviennent après les Fêtes. En espérant que tous et chacun de vous avez passé de belles fêtes. Le comité vous souhaite une belle année 2009, santé et bonheur.

Un petit mot pour la soirée du bingo du 12 décembre. Cela a été une réussite. Merci à tous ceux qui sont venus encourager l'âge d'or de Saint-Louis-de-France. Nous vous en sommes reconnaissants.

À notre dîner de Noël du 9 décembre, nous avons eu plusieurs invités : des personnes de la FADOC, Mme Champagne, M. Bronsard, notre aumônier M. Fecteau. Merci de votre présence. Merci aussi à tous ceux qui nous ont accompagnés pour ce dîner de Noël. Tous étaient heureux et joyeux.

Nos plus sincères condoléances à la famille de Mme Colombe Germain Caron. Elle était membre de notre âge d'or.

Il y a le tournoi de cartes à tous les lundis à 13h30. Une collation est servie. Le dîner du mois de février aura lieu mardi le 10 février à midi. Le menu : soupe crème de choux-fleurs, rôti de porc et patates jaunes, gâteau carottes sauce caramel. Tous les

La voilà...  
...ta passe  
pour l'emploi!

\*Billets d'autobus

**GRATIS**

Pour obtenir tes billets contacte-nous avant le 27 février 2009.

**4 billets gratuits pour toi  
dans l'autobus vers l'emploi**

Appelle-nous pour plus de détails

**819-373-1473**

**819-376-0513** (secteur Cap)

\* Conditions d'admission: 30 ans et plus, sans emploi et sans formation spécialisée.



# Fleuriste Gormier

2420, boul. Thibeau, Trois-Rivières Tél.: 379-3459

*Nous avons sélectionné plusieurs  
gâteries fleuries pour vous.*

#### Horaire St-Valentin

Jeu. 12 fév. 9h à 21h

Ven. 13 fév. 8h à 21h

Sam. 14 fév. 8h à 18h

*Nous avons agrandi pour  
mieux vous servir.  
Passez nous voir !*

*À tous les amoureux, Joyeuse St-Valentin !*

Chocolat de St-Valentin  
de la chocolaterie M.A. Pépin



*Un vaste choix de roses:  
rouge, bleues, noires, multicolores  
et plusieurs autres teintes.*

*Vaste choix de peluches,  
de plantes, de cadeaux, etc...*

**Service de livraison**

Membre du réseau  
 **Teleflora**  
distribution internationale

## Guignolée, Guignolée, Guignolée !

### Remerciements

«Mieux vaut donner à un faux pauvre que de refuser son assistance à un vrai.»

Comité d'Entraide, Micheline Proteau, présidente.

Diane, Garceau Murielle, Béatrice Héon Fréchette, Diane Fréchette, Gérard Germain, Gilles Gingras, Halley Marie, Claude Jutras, Leblanc Daniel, Claude Loranger, Martial Loranger, André Marchand, Ghislain Marchand, Guillaume Marchand, Louise Marchand, Louise Morel, Raymond Morin, Angèle Newberry, Roger Panneton, Paul Périgny, Raymond Pronovost, Maurice Proteau, Micheline Proteau, Pierrette Richard, Georgette St-Aubin, Raymond St-Aubin, André St-Louis ainsi qu'à de généreux donateurs. Un bravo spécial à nos adolescents Virginie et Kim Bourbeau, Jérémy, Shanny et William Maillette, Kelly Richard, Julie Dionne, Mickaël Bureau, Antoine Bernard.

Merci à chacun et chacune, vous êtes une perle rare pour nous.

Remerciements pour les paniers de Noël

J'ai vu dans mon secteur des organismes et des personnes bienveillantes se donner la main pour faire une réussite

de la distribution des paniers de Noël. Merci de votre collaboration : Les écoles, les élèves, les professeurs, les familles, la Caisse Populaire, les Scouts, l'Âge d'Or, L'AFEAS, le Club Optimiste, les Chevaliers de Colomb, la Pharmacie Gélinas et bravo spécial à Marie Halley et les adolescents qui cheminent spirituellement, Julie Dionne, Kelly Richard, Antoine Bernard, Mickaël Bureau. Merci aux Pères Carmes, merci à la ville pour la disponibilité de la salle qui est grandement appréciée, merci également à notre conseiller municipal Michel Bronsard et merci à de généreux donateurs. Félicitations à tous les membres du Comité d'Entraide, ce fut une année d'abondance et de gratuité. Merci mon Dieu.

Comité d'Entraide, Micheline Proteau, présidente.

---

### Canos

Le Comité d'action des non-syndiqués (CANOS) offre maintenant ses ateliers de formation à domicile. Vous n'avez qu'à former un groupe de 5 à 15 personnes et nous irons vous rencontrer chez vous, gratuitement, afin de vous informer sur vos droits au travail. Pour information, contactez Shirley Richard, animatrice communautaire au 819-373-2332 ou à [infodroit@canosmauricie.org](mailto:infodroit@canosmauricie.org)

## Bien débiter l'année 2009

### RÉSOLUTION PRISE RÉSOLUTION TENUE

## PERDEZ DE 3 À 7 LIVRES PAR SEMAINE DIÈTE PROTÉINÉE EFFICACE ET SÉCURITAIRE

### COACH EN PERTE DE POIDS

**HÉLÈNE TURCOTTE**  
2465 boulevard Thibeau  
Trois-Rivières, Québec  
819-698-2297  
[turcotteh@videotron.ca](mailto:turcotteh@videotron.ca)

*En collaboration avec  
l'Institut Visage et Corps  
Isabelle Lauzière*

***SUR RENDEZ-VOUS***

**PROMOTION POUR FÉVRIER MOIS DE LA ST-VALENTIN**  
**INSCRIPTION À MOITIÉ PRIX.**

## Nouvelles paroissiales

### Le projet des "Donateurs"

Les gagnants du tirage du 4 janvier 2009 sont :  
Guillaume Marchand, Gisèle Turcotte, Angèle Bédard,  
Maurice Proteau, Lucille Laroche, Robert Gélinas, Murielle  
et Michel

Garceau et Grand Coeur. Toutes nos félicitations aux gagnants.

### Ils sont entrés dans la Famille de Dieu

Nous sommes heureux d'accueillir dans la famille de Dieu ces nouveaux baptisés. Ce sont :

James, fils de Francis Gariépy et Isabelle Doré.  
Matis, fils de Stéphane Beaumier et Ann-Renée Richard.  
Charlène, fille de Mario Genest et Mélanie Boisvert.  
Alexanne, fille de Yan Patry et Julie Houle.

Nous leur souhaitons la bienvenue dans notre communauté.

### Nous recommandons à vos prières

- Georgine Genest Minguay, mère de Danielle Minguay Drolet.
- Lorenzo Larkin, époux de Suzanne Lefebvre.
- Colombe Germain, épouse de feu Jean-Guy Caron.
- Robert Gemme, conjoint de Ginette Jourdain.
- Mélissa Lambert, fille de Ginette Gignac.
- Roger Lesieur, époux de Rolande Parenteau.

Nos plus sincères sympathies aux familles en deuil.

### REMERCIEMENTS

Nous remercions cordialement la Caisse Populaire des Estacades pour le soutien financier envers la catéchèse de nos jeunes.

Un très généreux montant a été remis à la communauté Saint-Louis-de-France. Sincère merci.

### Catéchèse auprès des jeunes

A tous les parents désireux que leurs enfants poursuivent leur formation à la vie chrétienne et accèdent aux sacrements de façon suffisamment éclairée, nous vous rappelons de ne pas oublier de les inscrire dès maintenant en communiquant avec la communauté chrétienne de Saint-Louis-de-France, au 819-374-3665.



Tél.: 373-1685

**Dr René Parent**  
Chiropraticien

CLINIQUE CHIROPATRIQUE CHATEAUDUN

821, Boul. Thibeau, Trois-Rivières

Des parcours de catéchèse sont offerts par groupe d'âge tout au long de l'année scolaire. Raymonde Corriveau, agente de pastorale

### Une invitation qui s'adresse à tous les bénévoles.

Vendredi 13 février prochain, tous les bénévoles de notre communauté et ceux de Ste-Bernadette sont invités à une rencontre exceptionnelle. On veut se donner du temps pour soi-même et revoir ensemble notre action bénévole, sa richesse pour nous-mêmes et pour ceux qui nous entourent, sa beauté et la joie qu'elle apporte.

Tous ceux qui font partie des comités ou des conseils doivent se sentir appelés particulièrement, exécutifs d'association, spécialement les responsables de toutes sortes mais aussi toute personne qui s'implique le moins dans son milieu.

La rencontre débutera à 16h. et se terminera à 21h. Elle aura lieu à l'église Ste-Bernadette et inclura un souper, buffet froid. Les frais sont laissés à chacun, on vous demandera une contribution volontaire simplement.

L'animation de la petite session est confiée à l'abbé Marcel Francoeur. Ne manquez pas ce ressourcement. On s'inscrit avant le 30 janvier en donnant votre nom à votre responsable d'organisation, ou en téléphonant au secrétariat, 374-3665.



### NOTRE EXPERTISE VOTRE QUOTIDIEN

Depuis le premier jour, la **Caisse Desjardins Les Estacades** compte sur le talent et l'écoute de toute son équipe pour vous offrir des services novateurs, continuellement adaptés à votre réalité. Parce que nous vivons à vos côtés, nous comprenons chacune de vos demandes, chacun de vos besoins. C'est pourquoi nous sommes fiers d'affirmer aujourd'hui que votre **quotidien** est bel et bien devenu la source de notre **expertise**.

Centre de services Châteaudun  
670, boulevard Thibeau  
Trois-Rivières (Québec) G8T 6Z8

Centre de services Saint-Louis-de-France  
3160, boulevard Thibeau  
Trois-Rivières (Québec) G8T 1G5

Centre de services Sainte-Famille  
55, rue Fusey  
Trois-Rivières (Québec) G8T 2T8

Centre de services Sainte-Madeleine  
399, boulevard Sainte-Madeleine  
Trois-Rivières (Québec) G8T 3M7

Téléphone : 819 378-4029

 **Desjardins**  
Caisse Les Estacades  
Conjuguer avoirs et être.



## Saviez-vous que les problèmes de dos et de genoux peuvent être reliés à vos pieds?

Lorsqu'une personne se présente à la clinique avec des douleurs au niveau du dos et des genoux, il est primordial de vérifier si le trouble provient du pied. En effet, une arche plantaire affaissée ou au contraire un pied creux peut occasionner certains troubles aux membres inférieurs et au dos. Ces arches anormales peuvent aussi amener un déséquilibre se répercutant dans tout le corps. Par compensation, le corps doit essayer de s'adapter à une mauvaise fondation et ainsi des tensions apparaissent. En déterminant la cause du problème, votre chiropraticien(ne) pourra vous suggérer des orthèses plantaires adaptées à vos besoins, combinées à des soins chiropratiques pour corriger le désalignement de votre colonne vertébrale. En identifiant la cause du problème, les soins chiropratiques sont donc plus efficaces et ainsi les symptômes pourront disparaître plus rapidement.

Voici quelques conditions pouvant être améliorées par le port d'orthèse:

Orteils en griffes et/ou marteaux

Callosités et ulcère local

Métatarsalgie

Névrome de Morton

Hallux valgus (communément appelé oignon)

Hallux rigidus (manque de mouvement au gros orteil)

Fasciite plantaire et épine de Lenoir

Pied creux/pied plat

Périostite

Syndrome de la bandelette ilio-tibiale (douleur à la partie externe de la cuisse)

Syndrome fémoro-patellaire (douleur sous la rotule)

Différence de longueur des jambes

Personne souffrant de diabète ou d'arthrite inflammatoire

Pour ce qui est des enfants en bas âge, il est important de porter une attention particulière à leur démarche dès qu'ils commencent à marcher. En effet, si l'enfant a tendance à marcher les pieds vers l'extérieur ou vers l'intérieur, n'attendez pas pour consulter votre professionnel de la santé. Avant l'âge de 6 ans, le trouble peut se régler totalement avec un port d'orthèse adéquat. Dans bien des cas, une ou deux orthèses peuvent suffire pour corriger le problème.

N'hésitez pas à me contacter à la clinique si vous avez des questions ou commentaires par rapport à cet article.

Dre Valérie Provencher  
Chiropraticienne



## INFO-BEAUTÉ

### BIEN LE BONJOUR !!!!!

Embellir le contour des yeux est si simple

Cette peau si fine qui se déshydrate et se relâche si facilement. Cette peau directement touchée par les UV. Sa finesse extrême, environ 0.4 mm contrairement à 1 mm et 1.6 mm pour le reste du visage, exprime rapidement ses pattes d'oies dès la vingtaine. Suivent alors, selon l'hérédité et le rythme de vie, cernes et/ou poches sous les yeux. Avec la quarantaine, la paupière supérieure se relâche, la paupière inférieure se fripe et l'amincissement de la peau s'accroît de 6 % par décennie. Décidemment c'est le comble !!! L'alarme est sonnée.

Cette zone aura donc tous les bénéfices d'être traitée avec des produits de qualité supérieure afin de provoquer des résultats visibles. Le hic ! La presque totalité des actifs cosmétiques de vos crèmes s'accumulent à la surface de votre épiderme où ils ne sont d'aucun secours. La solution ?

Des produits spécifiques yeux de bonne qualité pour agir en surface et surtout en profondeur.

Des solutions puissantes: des produits pour vos yeux, avec des actifs encapsulés qui permettent de bien pénétrer pour devenir des produits aux effets tenseurs, anti-rides et anti-cernes au contour des yeux. Appliqués matin et soir et échelonnés sur quelques semaines, ils donneront des résultats rajeunissants évidents.

Pour diminuer les poches sous les yeux, préférez les masques contour yeux. Leurs actifs auront la formulation parfaite pour agir à la source du problème. La peau se retend, retrouve son tonus, votre regard sera rajeuni.

Un grand oublié : Le démaquillage des yeux s'effectue à la sauvette et parfois pas du tout. Beaucoup de clientes sont prêtes à payer pour leurs produits de soin de contour de l'œil, mais lésinent lorsque arrive le moment d'acheter un produit démaquillant yeux. Pourtant le démaquillant des yeux, de par ses actifs, est le produit parfait pour fortifier vos cils, atténuer vos cernes et apaiser vos yeux fatigués. Cette étape du démaquillage deviendra un 2 dans 1, car il traitera également le contour de vos yeux.

Offrez à vos yeux ce qu'ils ont besoin et surtout pensez à leurs offrir une cure de soin

des yeux une à deux fois par année, chez votre esthéticienne, ce qui fera toute la différence. Et bien qu'attendez-vous pour prendre soin de vos yeux!

Que 2009 soit pour vous une belle année en beauté à mes côtés!

Merci de me lire. Au plaisir de vous rencontrer

Votre Esthéticienne  
LINDA GAUMOND

## La posture à La posture à l'ordinateur

Tellement de gens se retrouvent devant leur ordinateur pour une période plus ou moins longue. Il est donc essentiel de faire attention à notre posture afin de favoriser notre confort évitant ainsi un grand nombre de problématiques.

### L'écran

D'abord les écrans plats fatiguent moins les yeux que les écrans cathodiques.

Le haut de l'écran doit se retrouver à la hauteur des yeux. La raison est que l'on abaisse les yeux sans bouger la tête alors que ce qui est plus haut oblige la tête à basculer vers l'arrière en extension car les yeux regardent moins aisément vers le haut.

La distance entre les yeux et l'écran doit se situer entre 60 à 70 cm. Faites attention à la tendance que l'on a à se rapprocher de l'écran sans s'en rendre compte.

Tout porte-documents se place directement à côté de l'écran et à la même hauteur.

Placez l'écran à côté d'une fenêtre et d'une source de lumière. La lumière derrière vous créera de l'ombre et si elle est devant l'écran, vos yeux se fatigueront plus facilement.

### Le clavier

La hauteur du clavier doit faire en sorte que votre coude se positionne à 90 degrés.

Votre clavier se place devant vous, aligné avec l'écran.

Un appui poignet peut augmenter le confort des poignets.

Détendez vos épaules évitant qu'elles ne se retrouvent sous vos oreilles à votre insu!

### La souris

La souris se place juste à côté du clavier et à la même hauteur.

Vous devriez la déplacer en utilisant votre bras et non pas votre poignet qui lui doit demeurer en ligne droite avec votre avant-bras.

Limitez les déplacements de la souris en ajustant dans les options la rapidité du curseur par rapport au mouvement effectué par la souris.

### La chaise

D'abord, il faut s'assurer que votre dos repose bien sur le dossier et que la partie lombaire (bas du dos) soit bien supportée.

Le dossier peut être droit ou légèrement incliné vers l'arrière de 5 degrés.

Les avant-bras devraient se retrouver appuyés sur les appui-bras de la chaise qui doivent s'ajuster en hauteur afin de laisser les épaules détendues et les coudes pliés à 90 degrés. La hauteur du siège doit permettre de bien se positionner face à l'écran.

Le siège peut être incliné de 5 degrés vers l'avant.

Il faudra ensuite un appui pieds comblant l'espace entre les pieds et le sol si nécessaire. Les pieds dans le vide créent une pression derrière les cuisses et force le bas du dos à se courber davantage.

Pour terminer, un mot sur les portables. Sachez que les mêmes recommandations s'appliquent. Oui, oui, il y a moyen de moyenner comme on dit. Pas tout croche dans votre lit mais bien assis, vous pouvez vous procurer souris et clavier sans fil afin de faire les ajustements nécessaires. N'oubliez pas; votre santé est d'abord entre vos mains!

Dre Sonia Dupont, chiropraticienne

Commentaires et suggestions : [sonia\\_dupont@hotmail.com](mailto:sonia_dupont@hotmail.com)

## -TRÈS IMPORTANT-

### INSCRIPTION - SOCCER ÉTÉ 2009

Veillez prendre note que les inscriptions pour le soccer d'été se tiendront les jeudi 19 février et vendredi 20 février, de 18h00 à 21h00, ainsi que samedi 21 février de 9h00 à 16h00, à la salle Félix Leclerc, 1001, rang Saint-Malo. Voici les modalités :

#### COÛT D'INSCRIPTION – ÉTÉ 2009

Catégorie	Nés en	19-20-21	février	Après le 21
U4-U5-U6	2003-2004-2005	100 \$	130 \$	
U7-U8	2002-2001	110 \$	140 \$	
U9-U10	2000-1999	130 \$	155 \$	
U11-U12	1998-1997	145 \$	165 \$	
U13-U14	1996-1995	170 \$	190 \$	
U15-U16	1994-1993	170 \$	190 \$	
U17 et +	1992 et avant	170 \$	190 \$	

Rabais familial : un rabais de 10\$ sera accordé au deuxième enfant d'une même famille, 15\$ au troisième enfant et suivants.

Remboursement des coûts d'inscription : avant le 1er mai, le coût d'inscription sera remboursé moins 30,00 \$ de frais d'administration.

À compter du 2 mai, les joueurs toute catégorie éprouvant un problème de santé pourront obtenir un remboursement sur présentation d'une preuve médicale. Le remboursement sera calculé au prorata du nombre d'activités écoulées moins 30,00 \$ de frais d'administration.

#### Exigences relatives à l'inscription

Pour obtenir un passeport de joueur valide pour l'année 2009 vous devez remplir les conditions suivantes :

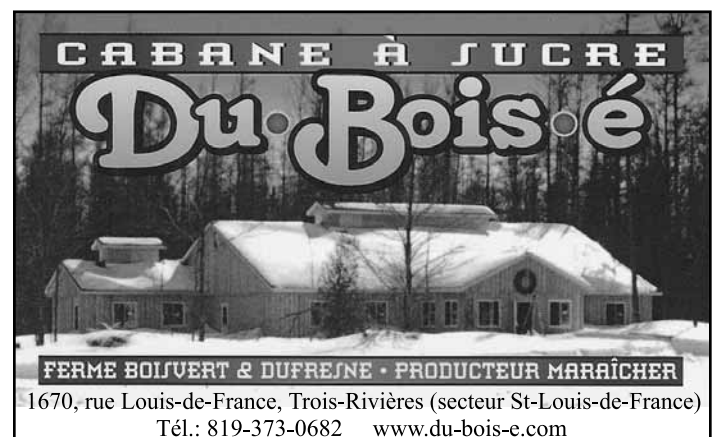
- produire une photo de 1 ½ X 2 pouces et écrire le nom du joueur au verso (pour les catégories à partir de 7 ans) ;
- présenter la carte d'assurance-maladie si vous n'étiez pas inscrit en 2008;
- présenter une preuve de résidence.

#### INSCRIPTION POUR ÊTRE ENTRAÎNEUR

Pour ceux et celles qui désirent être entraîneurs, nous prendrons vos coordonnées durant cette même période.

Manon Pépin, secrétaire

Club de soccer Les Rebelles de l'Est



# Nouvelles heures de livraison pour mieux vous servir !

## Livraison gratuite!

- **Départ à 12h00** : St-Louis-de-France, Notre-Dame du Mont Carmel et St-Maurice.  
\* SVP téléphonez-nous avant 11h00.
- **Départ à 14h00** : Cap-de-la-Madeleine, Trois-Rivières, St-Louis-de-France.  
\* SVP téléphonez-nous avant 13h00.
- **Départ à 16h00** : St-Louis-de-France, Notre-Dame du Mont Carmel et St-Maurice.  
\* SVP téléphonez-nous avant 15h00.

## Nouveau service de boîte vocale !

Service de boîte vocale en dehors des heures d'ouvertures seulement.  
Laissez votre commande sur la boîte vocale avant 8h30 et elle sera prête dès 9h00!

## Mêmes services offerts tous les jours !

- **Anticoagulothérapie**
  - Suivi d'anticoagulothérapie
  - Possibilité de faire le prélèvement à la pharmacie à l'aide du CoaguChek
- **Diabète**
  - Prise de glycémie
  - Suivi glycémie
  - Enseignements glucomètre
  - Vente de glucomètre
  - Impression des rapports de glycémies
  - Mise en seringue d'insuline
- **Fiches conseils sur vos médicaments**
- **Enseignement sur l'asthme**
- **Trousses de premiers soins personnalisés**
- **Antibiothérapie**
  - Suivi d'antibiothérapie
- **Hypertension**
  - Prise de tension artérielle
    - **BpTru et MAPA** (tensiomètre ambulatoire 24hrs)
  - Enseignement sur l'hypertension
  - Suivi hypertension
  - Enseignement tensiomètre
  - Vente de tensiomètre
- **Mise en pilulier (Dosett, Dispill)**
- **Test de grossesse**
- **Contraception orale d'urgence (pilule du lendemain)**
- **Ventes, location d'appareils orthopédiques et de soins à domicile**
- **Récupération de médicaments périmés et de seringues souillées**



Ouvert du lundi au vendredi : 9h00 à 21h00  
et le samedi : 9h00 à 17h00

A. Gélinas et G. Landry, pharmaciennes  
2800 Boul. Thibeau  
Tél : (819) 378-0627  
Fax : (819) 378-6422



**Restaurant  
Pizzeria**  
819-379-6767  
St-Louis-de-France

**Nouvelle administration  
Nouveau concept**

**Écrans GÉANTS** pour événements sportifs



**Bientôt: ★ Menu travailleur**



Soupe, breuvage et dessert inclus.  
(livraison rapide)

★ Nouveau **DÉCOR**

★ Meilleure **AMBIANCE** pour couple



- *Nouveau menu du jour.*
- *Choix du chef à chaque midi sur semaine.*
- *Nouvelle table d'hôte.*



Déjeuner servi jusqu'à 2h  
sur fin de semaine.

Venez déguster notre  
**steak pétillant**  
en table d'hôte.



Possibilité de réservation  
pour groupe.

Nouveaux propriétaire franchisés,  
Jonathan et Yannick Gaudet.

**Toujours la qualité 67.**

***Bienvenue chez nous, ce sera un plaisir de vous servir !***



## PETITES ANNONCES

Si vous désirez faire paraître une petite annonce, faites-nous parvenir votre texte et votre 4,00\$ avant le 17 de chaque mois. Il doit avoir un maximum de 15 mots.

Adresses: [journallaroche@videotron.ca](mailto:journallaroche@videotron.ca) ou  
820 Marie-Ange Hamelin T.-R., G8T 1B5 Tél.: 379-9637

pour nous qui avons recours à vous (3 fois). Sainte-Marie, je remets cette cause entre vos mains (3 fois). Faites cette prière 3 jours de suite et vous devez publier. La faveur demandée sera accordée. J.G.

**Mission Informatique** : Réparation d'ordinateur, nettoyage et vente. [www.missioninformatique.com](http://www.missioninformatique.com)

Simon Therrien (819) 701-0692.

**Milieu familial privé 18 mois à 5 ans.** On bricole et on s'amuse. 17\$ / jour avec reçu pour impôt. Contacter Danielle au 819-372-4851.

**Vous avez besoin d'une couturière** pour faire des réparations à vos vêtements. Je vous propose mes services. Contacter Monique au 819-376-0499.

Prière infaillible à la Vierge Marie : Fleur toute belle du Mont-Carmel, vigne fructueuse, splendeur du Ciel, Mère bénie du fils de Dieu, assistez-moi et montrez-moi ici-même que vous êtes ma mère. O Sainte-Marie mère de Dieu reine du ciel et de la terre, je vous supplie du fond du cœur de m'appuyer dans cette demande. Personne ne peut résister à votre puissance. O Marie conçue sans péché, priez

### Centre chiropratique LaSource

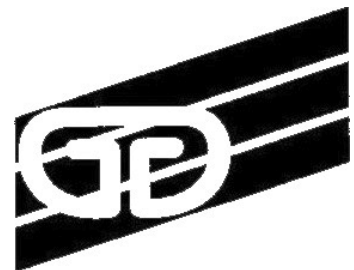


**Dre Valérie Provencher**  
Chiropraticienne

580, rue Barkoff  
Suite 211  
Trois-Rivières (Qc)  
G8T 9T7

Tél. : (819) 909-1551  
Fax : (819) 909-1541  
Courriel : [la\\_source@videotron.ca](mailto:la_source@videotron.ca)

## LES GESTIONS A. GELINAS inc. SERVICES COMPTABLES



- **Impôts** \*personnel et de compagnie  
\*revision des années antérieures
- **Comptabilité** \*manuelle ou assistée par informatique
- **Redressement d'entreprise** \*dossier de financement
- **Formation**
- **Transmission électronique des déclarations "TED"**

**3 adresses pour  
nous rejoindre**

2835, boul. Thibeau  
(voisin résidence funéraire A.T. Béland)  
Trois-Rivières (Qc)  
G8T 1G1  
(819) 371-8900  
(819) 271-2239

77 rue de la Lumière  
Baie Saint-Paul (Qc)  
G3Z 1Z1  
(418) 435-2474

1600 rue De Lorimier  
bureau 131, Montréal (Qc)  
H2K 3W5  
(514) 521-1984 poste 417