

JOURNAL en Bref

Municipalité de Saint-Côme - **Août 2017**



les journées de la culture

30 septembre 2017

**LA CULTURE DANS
LA MÉMOIRE LONGTEMPS !**

Voir page 10.

VAL SAINT-CÔME
Festival des couleurs
30 sept. - 1^{er} oct. / 7-8-9 oct. / 14-15 oct.
Voir page 15.

SAISON
2017-2018

CHEERLEADING *Éclair du nord*

Dès le 17 septembre
Voir page 11.



CHEERLEADING



2017

**DES CÉLÉBRATIONS
SUR TOUTE
UNE ANNÉE!**

Voir page 8.

Monde municipal

Chères citoyennes et chers citoyens,

J'ose espérer que vous avez passé un bel été et que vous avez pu bénéficier de quelques instants pour vous reposer un peu, profiter du beau temps avec vos proches et participer aux abondantes activités organisées par les nombreux organismes de notre municipalité. Force est de constater que ça bouge fort à Saint-Côme, quel beau dynamisme et quel plaisir de voir jeunes et moins jeunes prendre d'assaut les terrains sportifs et de participer aux différentes activités culturelles qui vous sont proposées avec le souci constant d'offrir des activités variées et peu coûteuses. D'ailleurs, je me fais un devoir de souligner l'apport important des bénévoles qui jouent un rôle clef dans les services dont vous bénéficiez. Je tiens à féliciter l'Association des Pompiers, la Chambre de Commerce, le Comité organisateur des festivités du 150^e, les Comités du Festival Ma Rivière en Chanson, de la Fête nationale ainsi que le Comité Sportif Saint-Côme. Tous ces bénévoles ne calculent pas les heures passées afin de vous offrir des activités de qualité. N'hésitez surtout pas à les remercier si vous les croisez...



Magnifique photo prise par Gina Thériault le 2 juillet dernier lors de la parade du 150^e

Pour plusieurs d'entre nous, cette période de l'année qu'on appelle « *la rentrée scolaire* » et qui se caractérise habituellement par le retour à la routine est synonyme de nouveau départ autant pour les jeunes, les enseignants que les parents. Que cet enthousiasme perdure afin que vous passiez toutes et tous une excellente année scolaire.

N'oubliez pas chers automobilistes, nos jeunes vont déambuler dans les rues lors de leur déplacement vers l'école et permettez-moi de vous rappeler l'importance de respecter les limites de vitesse, particulièrement près de l'École et du Centre de la petite enfance. Veuillez également vous assurer de garer votre voiture dans les endroits prévus à cet effet et n'utilisez pas les zones de débarcadère des autobus scolaires comme espace de stationnement. Je vous remercie à l'avance pour votre habituelle collaboration.

C'est presque déjà l'heure d'accueillir l'automne et sa spectaculaire saison des couleurs, ainsi que la riche programmation culturelle et récréative qui, à n'en pas douter, plaira aux citoyens comme aux nombreux villégiateurs qui visiteront notre belle région au cours des semaines à venir. Je vous invite à consulter le feuillet détachable des activités et des événements (*voir p. 11 à 14*), et à profiter pleinement de ces magnifiques opportunités de divertissement.

En terminant, je tiens à vous mentionner que c'est avec une grande fierté et beaucoup de rigueur que les membres du Conseil municipal travaillent de concert afin de vous faire bénéficier des meilleurs services auxquels vous avez droit et à améliorer la qualité de vie de tous les citoyens de Saint-Côme.

Je souhaite à tous une magnifique période automnale !

Martin Bordeleau, maire

Monde municipal

DANS CE NUMÉRO :

Monde municipal	2-5
Environnement	6
Communications	7
Loisirs, culture & organismes	8-21
Comité du 150 ^e	8
Journées de la Culture	10
Feuillet détachable	11-14
Festival des couleurs	15
Défi Raymond Lajeunesse	16-17
Chambre de Commerce	18
Les Amis de Marie	19
Remerciements	20
Bonne Boîte Bonne Bouffe	21
Divers	21-22
Section commerciale	23-24

Municipalité de Saint-Côme

1673, 55^e Rue

Saint-Côme (Québec) J0K 2B0

Téléphone : 450 883-2726

Télécopieur : 450 883-6431

Courriel: info@stcomelanaudiere.ca

Site: www.stcomelanaudiere.ca

SIX PARUTIONS POUR LE JOURNAL EN BREF

Dans le but d'informer toujours mieux nos citoyens, le Conseil municipal a décidé de faire paraître 6 Journal En Bref par année, voici les dates de tombées et les sorties.

Tombée :	Sortie :
1 ^{er} août	25 août
15 septembre	10 octobre
15 novembre	10 décembre
15 janvier	10 février
15 mars	10 avril
15 mai	10 juin

bref@stcomelanaudiere.ca

SÉANCE ORDINAIRE D'OCTOBRE

2017 étant une année d'élections municipales, la séance ordinaire d'octobre se tiendra le lundi 2 octobre à 19h afin de respecter les exigences de la Loi.

TAXES MUNICIPALES

N'oubliez pas votre dernier versement de taxes le 27 octobre prochain.

BUREAUX MUNICIPAUX FERMÉS

Veillez prendre note que les bureaux municipaux seront fermés les lundis 4 septembre et 9 octobre en raison de la Fête du travail et de l'Action de grâce.

LIGNE INFO-MOUSTIQUE

Pour toutes requêtes, une ligne info-moustique est disponible : 1 844 840-8700, vous pouvez aussi communiquer par courriel au infomoustique@gdq.ca.

SERVICE D'INFIRMIÈRE EN MILIEU RURAL

MRC de Matawinie

Vous êtes âgés de plus de 55 ans ?
Vous avez besoin de soins ou de services de santé ?

Une infirmière en milieu rural est disponible à Saint-Côme tous les mardis.
Pour prendre rendez-vous, communiquez au 450 886-3861

Centre intégré de santé et de services sociaux de Lanaudière
Québec

MRC Matawinie
MUNICIPALITÉ DE SAINT-CÔME

SERVICES MÉDICAUX ET DE SANTÉ

Des services médicaux sont accessibles au sous-sol de l'Hôtel de ville.

Pour accéder au service de prélèvements sanguins, composez le 450 882-1054.

Pour obtenir un rendez-vous avec le Dr Hertling, composez le 450 882-1078.

Les cas urgents peuvent être vus, et ce, peu importe l'âge du patient.

RAMPE D'ACCÈS À L'ARRIÈRE DE L'HÔTEL DE VILLE

Afin de répondre à une demande soulevée lors des consultations citoyennes et dans le cadre de la Politique Familiale Municipale, nous tenons à vous informer que les personnes handicapées peuvent utiliser la rampe d'accès située à l'arrière de l'Hôtel de ville. À cet effet, un visuel est installé à l'avant de l'Hôtel de ville.

PERMIS – FERMETURE DE COMMERCE

Lorsque que vous prenez un permis d'ouverture de commerce, évidemment votre immeuble est ensuite taxé de façon commerciale. Toutefois, pour éviter de payer des taxes commerciales lorsque votre commerce est fermé, vous devez absolument prendre un permis de fermeture de commerce afin de nous le signifier. Nous vous remercions à l'avance de régulariser toute situation de ce genre auprès de notre Inspecteur municipal.

UN CONCOURS POUR LE NOM DU PARC INTERGÉNÉRATIONNEL DE SAINT-CÔME !



Dans le cadre de sa politique familles-aînés, la Municipalité de Saint-Côme lance un concours pour trouver un nom au futur parc intergénérationnel. Issu du travail de consultation auprès des aînés et des familles, ce parc intergénérationnel s'adressera à toute la population. Espace communautaire et social, celui-ci est appelé à devenir un lieu de rassemblement pour différentes activités culturelles, événementielles et sportives.

Afin de lui attribuer un nom évocateur et original, reflet de notre identité, nous souhaitons impliquer la population dans la réalisation de ce fabuleux projet.

Le nom du gagnant ou de la gagnante sera dévoilé le **30 septembre 2017** lors des Journées de la Culture. Celui-ci recevra un certificat-cadeau de 250 \$, échangeable auprès des commerçants de Saint-Côme. Ce concours s'adresse aux résidents de Saint-Côme, jeunes ou moins jeunes.

Les suggestions soumises doivent obligatoirement tenir compte de l'un ou l'autre des éléments suivants :

- Particularités culturelles de Saint-Côme (musique, tourisme, plein air, etc.);
- Particularités géographiques (faune, flore, environnement, rivière, climat, etc.);
- Reflète le caractère intergénérationnel du parc;
- Annonce un espace rassembleur et vivant.



Les noms suggérés devront aussi répondre aux critères énumérés ci-dessous :

- N'est pas le nom d'une personne ou d'un personnage;
- Ne porte pas à confusion avec le nom d'un autre parc dans la région;
- Respecte les règles d'usage de la langue française;
- Est un nom simple afin de faciliter sa prononciation et sa reproduction.

COUPON DE PARTICIPATION À RETOURNER



Réservé à l'administration

NOM DU PARTICIPANT : _____

ADRESSE COMPLÈTE : _____ TÉLÉPHONE : _____

NOM PROPOSÉ POUR LE PARC : _____ ÂGE : _____

EXPLICATION POUR JUSTIFIER LE NOM DU PARC et liens avec les éléments suggérés
(joindre une feuille supplémentaire si nécessaire) :

Par la suite, faites parvenir votre coupon par courriel à l'adresse suivante : adj.adm@stcomelanaudiere.ca ou déposez-le au plus tard le 11 septembre à l'adresse suivante : **Concours Parc intergénérationnel, Municipalité de Saint-Côme**
1673, 55^e Rue, Saint-Côme J0K 2B0.

La date limite de participation est le 11 septembre 2017. Toutes les propositions de noms reçues seront analysées par un comité de sélection.

PASSAGE POUR PIÉTONS

La Sûreté du Québec de la MRC Matawinie vous rappelle qu'il est important pour la sécurité de tous de partager la route, en faisant preuve de courtoisie. Avec l'arrivée du beau temps, la cohabitation des piétons et des automobilistes dans les rues est omniprésente. Vous pouvez apercevoir plusieurs passages piétonniers dans vos municipalités (tracé jaune au sol).

Voici quelques conseils pour les automobilistes :

- À l'approche d'un passage pour piétons, **ralentissez**.
- Lorsqu'un piéton s'engage dans un passage piétonnier, vous avez l'obligation de vous immobiliser afin de lui permettre de traverser en toute sécurité. Il a priorité sur vous.
- Soyez attentif à la route et évitez toute distraction : recherche de musique, objets qui ont roulés sous votre siège, cellulaire, etc.

Si vous ne respectez pas le droit de passage d'un piéton, vous vous exposez à une amende de 100 \$ plus les frais pour un total de : 169 \$

Voici quelques conseils pour les piétons :

- Soyez vigilant;
- Regardez : Gauche, Droite, Gauche;
- Avant de vous engager dans un passage pour piétons, assurez-vous toujours d'avoir été bien vu par les automobilistes.

Agente Audrey Bastien Gingras
Coordonnatrice Locale
en police communautaire
MRC Matawinie
Sûreté du Québec
Bureau 450 834-2578



**Les boîtes à fleurs
ne sont pas des cendriers!**

ENSEMBLE on fait avancer le Québec

Québec

En effet, saviez-vous que les terreaux d'emportage sont enrichis de plusieurs matières combustibles et contiennent souvent très peu de terre véritable ? Qu'un mégot de cigarette non éteint peut se consumer pendant plus de trois heures ? Afin d'éviter qu'un incendie ne survienne, éteignez vos mégots dans un cendrier et non dans les boîtes à fleurs, le paillis ou toute autre zone de végétation !

LES DANGERS DU MONOXYDE DE CARBONE



L'avertisseur de monoxyde de carbone

L'avertisseur de monoxyde de carbone est conçu pour déclencher une alarme avant que la concentration de monoxyde de carbone dans l'air intérieur soit dangereuse pour la vie ou la santé. Ainsi, les personnes exposées à ce gaz peuvent se protéger à temps.

L'avertisseur de monoxyde de carbone est le seul moyen existant qui alerte de la présence de monoxyde de carbone dans une résidence.

Vous pouvez vous procurer un avertisseur de monoxyde de carbone dans les quincailleries et les grandes surfaces. Les modèles proposés peuvent être simples (avertisseur de monoxyde de carbone) ou combinés (avertisseurs de monoxyde de carbone et de fumée ou avertisseurs de monoxyde de carbone et de gaz naturel et propane). Les prix varient généralement de 25 \$ à 70 \$.

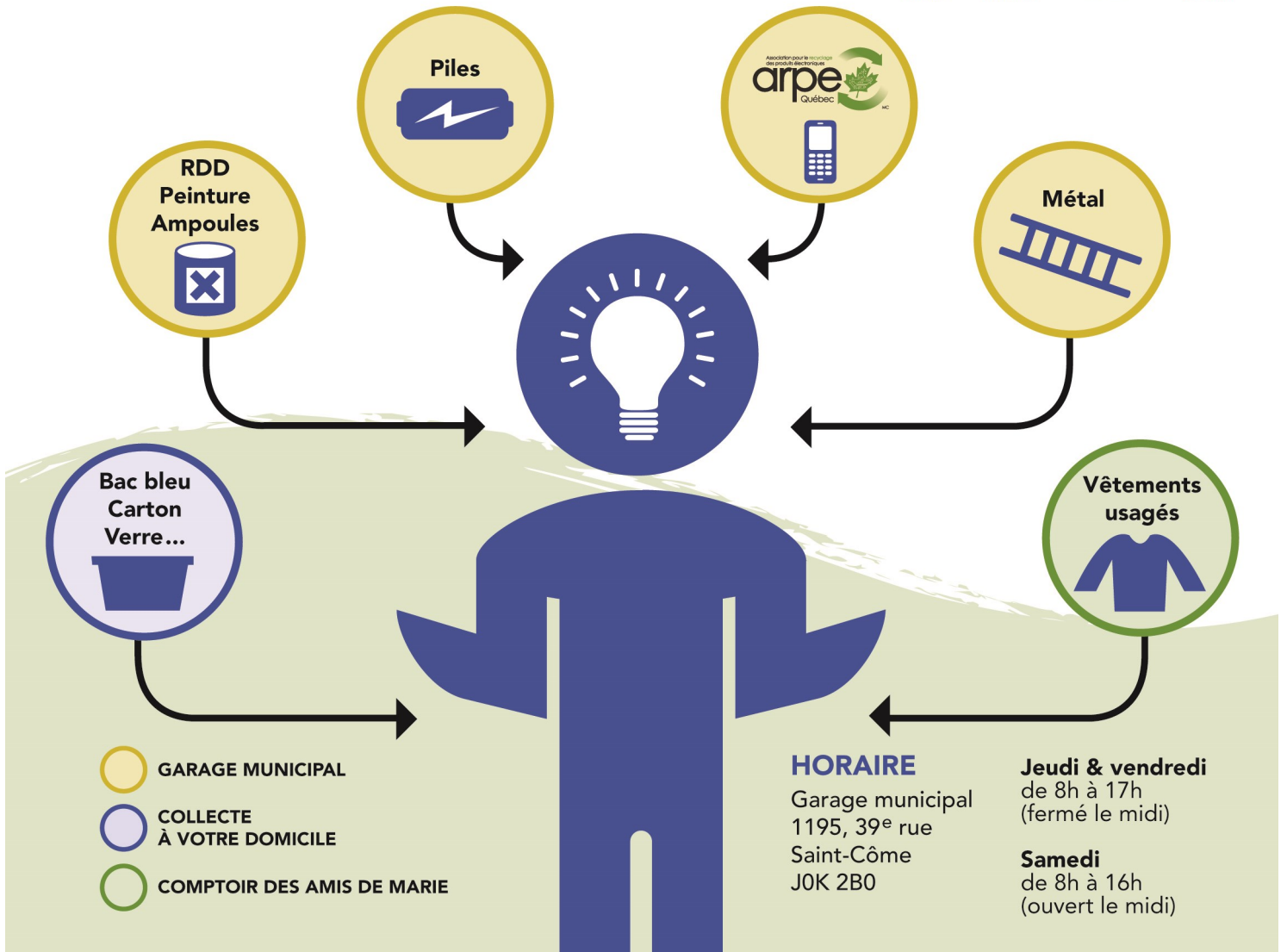
Un avertisseur de fumée ne détecte pas le monoxyde de carbone.

Votre avertisseur de monoxyde de carbone doit présenter les caractéristiques suivantes :

- un logo de certification;
- une pile qui assure le fonctionnement de l'avertisseur en cas de panne électrique;
- un avertisseur de pile faible;
- un signal lumineux qui indique le bon fonctionnement de l'avertisseur;
- un signal d'alarme lumineux et un signal d'alarme sonore si l'appareil détecte des quantités importantes de monoxyde de carbone;
- un bouton test pour vérifier le bon fonctionnement de l'appareil;
- un afficheur numérique de concentration de monoxyde de carbone, si votre résidence a une source permanente de monoxyde de carbone (ex. : appareil de chauffage à combustible).

JE VEUX FAIRE MA PART: JE RÉCUPÈRE!

SAINT-CÔME
Au rythme du plein air!



RÉCUPÉRATION

La cueillette se fait tous les lundis; les bacs à récupération de 64 litres sont disponibles gratuitement à l'Hôtel de ville. Si vous désirez un bac d'une plus grande capacité, soit 240 ou 360 litres, vous pouvez communiquer avec M. Martin Asselin, notre récupérateur, au 450 889-2773. Il pourra vous en procurer un à des prix compétitifs.

CUEILLETTE DES GROS REBUTS

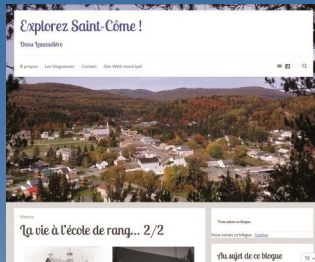
Durant la semaine du **2 au 6 octobre**, nous ferons la collecte des encombrants, électroménagers, matelas et meubles. Toutefois, veuillez noter que nous n'accepterons pas les matériaux de construction, ceux-ci seront acceptés comme à l'habitude au garage municipal durant les heures d'ouverture.

Blogue : Explorez Saint-Côme !

RESTEZ INFORMÉS !!!

Le 10 décembre 2015, la Municipalité de Saint-Côme a procédé au lancement de son tout nouvel outil de communication et de la bonification des médias existants. Le blogue « **Explorez Saint-Côme !** » a été lancé.

C'est dans un processus d'amélioration des communications auprès de ses citoyens que la Municipalité de Saint-Côme a décidé de concrétiser un projet qui permet à la fois d'informer la population et d'interagir avec celle-ci. Ainsi, il est possible d'y consulter des billets à saveur plus personnelle, tel étant l'essence d'un blogue.



BLOGUE EXPLOREZ SAINT-CÔME !

- 50 billets de blogue ont été publiés par 10 blogueurs
- **62 857 visites**
- 104 personnes abonnées par courriel
- <https://bloguesaintcome.wordpress.com/>



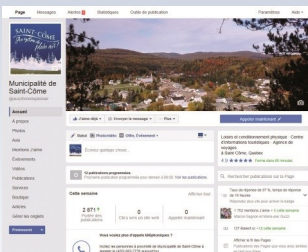
SITE WEB

- **Moyenne de 8 645 visiteurs différents & 19 188 visites par mois**
- Fil d'actualités relié au blogue
- Calendrier des locaux municipaux maintenant en ligne
- Tenez-vous informés : www.stcomelanaudiere.ca



INFOLETTRE

- Le nouveau visuel met davantage le contenu en valeur
- **891 personnes abonnées**
- Inscrivez-vous par le biais du site Web : www.stcomelanaudiere.ca



PAGE FACEBOOK

- Progression des Mentions « J'aime » : 288 le 5 mai 2015
1074 le 1^{er} décembre 2015 | 2058 le 8 août 2017
- Suivez-nous au : www.facebook.com/aurythmedupleinair



JOURNAL EN BREF

- 6 parutions par année
- Feuillet détachable afin de centraliser l'information des loisirs (voir p. 11-14)
- Disponible en ligne au www.stcomelanaudiere.ca
- Les abonnés à l'Infolettre sont avisés de sa sortie en primeur

Loisirs, culture & organismes

16 SEPTEMBRE 2017 : LA CHANSON TRADITIONNELLE À L'HONNEUR

Alors que Saint-Côme est la Capitale québécoise de la chanson traditionnelle, il était évident que la programmation du 150^e inclurait une activité lui étant dédiée. Ce sera le cas le 16 septembre prochain alors que se tiendra la « Soirée TRAD du 150^e, d'hier à aujourd'hui » ! Qui de mieux pour souligner ce volet majeur de notre histoire que le groupe *Hommage aux aînés* qui porte la chanson traditionnelle depuis maintenant 27 ans, ce qui en fait le groupe cômien avec la plus grande longévité.

La soirée sera pleine de surprises alors que plusieurs clins d'œil seront faits à celles et ceux qui ont fait et font encore rayonner la chanson traditionnelle au Québec et même à l'international. Plusieurs groupes de chanteurs et musiciens de Saint-Côme ont joué un rôle crucial dans la transmission de la chanson TRAD et cette soirée leur rendra hommage tout en mettant en vedette cette caractéristique historique et actuelle de notre municipalité.

À mettre à votre agenda donc : samedi le 16 septembre, à 19h30, au Centre de Loisirs Marcel Thériault. Les billets sont en vente au coût de 15 \$ chacun et il y aura un Permis SAQ. Info : Bureau d'Accueil Touristique, 450 883-2730.

JANIE CORNELIER : GAGNANTE DU CONCOURS DE TARTE AU SUCRE

L'activité du 18 juin, intitulée *Journée de la Fête Dieu*, a pu se dérouler malgré un temps incertain. Un gros merci à toutes celles et tous ceux qui sont venus tant à la messe, qu'à la Procession, ensuite au «pique-nique intérieur» et aux personnes qui ont participé aux anciens jeux comme la «course de poche de patates» ou la «course à trois pattes», etc. Mais un gros merci tout particulier à toutes les participantes au «concours de la meilleure tarte au sucre». Chacune d'elles a mis la main à la pâte et c'est grâce à elles que ce concours a été un succès.



Merci aussi aux nombreux goûteuses et goûteurs qui ont eu la tâche, disons-le... savoureuse, de goûter et de regoûter à ces morceaux de tarte, toutes aussi bonnes les unes que les autres. C'est ainsi que les cinq meilleures cuisinières ont été dans l'ordre : Janie Cornelier, Suzanne Berthiaume, Carole Payette, Lise Richelieu et Isabelle Hayeur. Nos plus sincères FÉLICITATIONS à Mme Janie Cornelier qui a remporté la palme !

HANGAR DES TRÉSORS HISTORIQUES : PLUS QUE QUELQUES JOURS!

M. Mireault accueille toujours, gratuitement, les visiteurs les vendredis, samedis et dimanches, de 10h à 16h, à son Hangar des trésors historiques, au 20 de la 50^e Avenue. Avec plaisir, il vous donne plein de détails sur chaque objet qu'il a exposé dans son espace. Dépêchez-vous car cette activité du 150^e se termine le 10 septembre prochain à 16h.

NOTRE VILLAGE AUX COULEURS DU 150E

Le Comité organisateur du 150^e tient à remercier chaleureusement toutes les personnes qui ont fait un aménagement spécial sur leur terrain pour souligner le 150^e de Saint-Côme. Personne ne peut plus ignorer notre anniversaire car partout où les yeux se posent sur la rue Principale, le 150^e est à l'honneur. Bravo et merci !

EXCELLENTE PARTICIPATION

Le comité du 150^e remercie toutes les citoyennes et tous les citoyens de participer en si grand nombre aux activités. Au moment d'écrire ces lignes, plusieurs activités ont eu lieu cet été au village (Fête Dieu, Parade du 150^e, Partie de balle temporelle et Chevaliers Toyota, Fête des Acadiens avec Édith Butler) et d'autres se préparent. Chaque fois, la population répond par une belle présence et nous en sommes fiers et reconnaissants. MERCI !



Le 150^e, c'est pour vous !

FÉLICITATIONS À NOS ATHLÈTES !

La Municipalité de Saint-Côme est fière de souligner les efforts et le travail acharnés de deux athlètes d'ici.

Félicitations à Éric Laverdière !

Lors de la première édition du Triathlon longue distance extrême Canada Man/Woman tenue le 9 juillet à Lac-Mégantic, **M. Éric Laverdière** a remporté la 3^e place dans sa catégorie d'âge. 125 athlètes avaient pris part à cette épreuve de haut niveau.

Ce triathlon est une version extrême du triathlon de type Ironman où les athlètes doivent franchir 226 kilomètres comme suit : 3,8 km à la nage, 180 km en vélo et 42,2 km (l'équivalent d'un marathon) à la course à pied. Les mêmes distances s'appliquent pour un triathlon extrême à la différence que les difficultés et les obstacles sont multipliés par 10. Le marathon a pris fin au sommet du mont Mégantic.



Félicitations à Jimmy Gariépy !

Le 1^{er} juillet dernier, **M. Jimmy Gariépy**, culturiste, a remporté la deuxième place au Championnat Canadien 2017 dans la classe « super lourd ». 431 compétiteurs étaient inscrits dans plusieurs catégories.

Parvenir à accomplir de tels exploits ne relève pas du fruit du hasard mais bel et bien d'efforts acharnés et continuels.

Obtenir des titres aussi prestigieux est un symbole de dépassement de soi, d'endurance et de rigueur.



Meilleurs vœux de réussite lors de vos prochaines compétitions respectives. Vous êtes assurément des modèles inspirants pour tous ces jeunes qui désirent devenir des athlètes de votre calibre. Nous sommes fiers de vous et vous assurons de notre soutien !

ACTIVITÉS
GRATUITES

les journées de la culture

SAMEDI, 30 SEPTEMBRE 2017

JOIGNEZ-VOUS À NOUS !

LA CULTURE DANS LA MÉMOIRE LONGTEMPS !

Merci au comité historique pour la photo !

Le patrimoine culturel, c'est notre identité, une partie de nous-mêmes, un héritage légué par nos ancêtres et que nous transmettrons à notre tour. Il s'enrichit et témoigne des traditions des Premières Nations et de l'apport inestimable de générations d'immigrants.

Portes ouvertes de la Bibliothèque

Où ? Bibliothèque municipale (1673 55^e Rue)
Quand ? Dès 10h

Les plus petits pourront profiter de la *Tente à Lire* tout au long de la journée et cette journée sera l'occasion de découvrir la toute nouvelle boîte à livres de Saint-Côme tout en s'informant sur les nombreuses possibilités que nous offrent les ressources numériques de la Bibliothèque. *Café et collations inclus.*

Atelier de Magie par Animations Clin d'œil

Pour qui ? 6-12 ans (inscriptions au 450 883-2726)
Où ? Bibliothèque municipale (1673 55^e rue)
Quand ? De 10h30 à 11h30

Entrez dans l'univers de la magie ! Apprenez des tours de magie avec les objets de votre quotidien et qui surprendront votre entourage !

Rallye historique

En association avec la Chambre de commerce. Rendez-vous à la Bibliothèque de Saint-Côme dès 10h pour débiter votre rallye. Derniers retours et remise de prix à 16h. Des photos d'hier à aujourd'hui à jumeler, des questions sur le patrimoine bâti et sur les familles de Saint-Côme et des questions ludiques seront dans ce rallye-découverte du patrimoine de Saint-Côme.

Yoga en plein air

Animation par ? Karine Yoga
Pour qui ? Pour tous
Où ? Terrain du Bureau d'Accueil Touristique (1661, rue Principale) | Aura lieu au Centre de Loisirs en cas de pluie (250, 65^e Avenue)
Quand ? 9h30
À apporter... Tapis de yoga, bouteille d'eau



Karine
Yoga

ACTIVITÉS en Bref

Feuillet détachable - **Août 2017**



Les encarts identifiés par un * désignent une activité ou un cours offert par le Service des Loisirs de la Municipalité.

Yoga

QUOI ? Yoga doux
HORAIRE ? Mardi à 9h30, mercredi à 10h et jeudi à 9h30
OÙ ? 2261, rang Versailles à Saint-Côme

QUOI ? Yoga pour tous (débutant / intermédiaire)
HORAIRE ? Jeudi à 19h30
OÙ ? Centre de Loisirs Marcel Thériault
COÛT ? 125 \$ pour une session de 10 semaines ou 15 \$ par cours
À savoir... Les cours débutent dans la semaine du 25 septembre

*** NOUVEAUTÉ * NOUVEAUTÉ ***

QUOI ? UNDA Yoga (Enchaînement de postures de yoga sur des planches de SUP intérieur, excellent pour l'équilibre et le focus)
HORAIRE ? Mardi à 19h
 Session de 6 semaines (3 octobre au 14 novembre, relâche le 17 octobre)
OÙ ? 2261, rang Versailles à Saint-Côme
COÛT ? Spécial : 6 cours pour le prix de 5 : 100 \$
INFO : Réservation obligatoire au 514 838-6714 ou au info@karineyoga.com.

Surveillez la page Facebook KarineYoga pour les activités spéciales.

* Cheerleading * Nouveauté *

Les Éclairs du Nord auront une équipe compétitive et récréative adulte, en plus de l'équipe récréative pour enfants. Les sélections pour l'équipe compétitive auront obligatoirement lieu le 10 septembre 2017. Les inscriptions officielles, le paiement complet ainsi que le début des cours seront le 17 septembre. Une rencontre avec les parents aura lieu au même moment (9h).

OÙ ? Centre de Loisirs Marcel Thériault
QUAND ? Sélection (obligatoire) 10 septembre, 9h00
À savoir... Un minimum de 10 inscriptions par groupe, maximum 30.

Équipe récréative (enfants et adultes)

QUAND ? Les dimanches dès le 17 septembre, de 9h à 10h
COÛT ? 65 \$ (résidents de Saint-Côme) | 90 \$ (non-résidents)
POUR QUI ? Les 5-10 ans pour l'équipe enfant

Les 18 ans et plus pour l'équipe adulte
INCLUS : Cours d'une heure par semaine et un spectacle de fin d'année à Saint-Côme

À prévoir... Vêtements et souliers de sport

Équipe compétitive

QUAND ? Les dimanches dès le 17 septembre de 10h à midi
COÛT ? 250 \$ (résidents de Saint-Côme) | 350 \$ (non-résidents)
POUR QUI ? Les 14 ans et moins, avec sélection obligatoire
INCLUS : Cours de deux heures par semaine, certaines pratiques auront lieu au gymnase de Joliette, l'affiliation à la Fédération de Cheerleading du Québec, l'inscription à deux compétitions incluant la piste sonore.

À prévoir... Vêtements et souliers de sport pour les pratiques, habit obligatoire pour les compétitions (\$), transport pour les pratiques à Joliette et les compétitions (\$), possibilité d'ajouter d'autres compétitions (\$)

Club de Marche *

QUAND ? Tous les jeudis
OÙ ? Bureau d'Accueil Touristique
HORAIRE ? Départ : 10h retour : 11h30

La marche est sans contredit l'activité physique la plus populaire auprès des Québécois, autant pour les hommes que les femmes... Toutes les raisons sont bonnes pour marcher : réfléchir, garder la forme, observer la nature ou rencontrer des amis. Nous marchons tous les jeudis et des expéditions sont prévues toutes les 5 semaines (environ 5 km).

Voici les dates pour les expéditions :

7 septembre Chute Swaggin à Saint-Côme
5 octobre Sentier en forêt à la découverte d'une cabane à sucre à Saint-Côme
9 novembre Abbaye Val Notre-Dame à Saint-Jean-de-Matha

À savoir... Départ à 10h du Bureau d'Accueil
Retour prévu entre 14h30 - 15h00
Prévoir un lunch, une bouteille d'eau et du chasse-moustiques
Bons souliers et bâtons de marche pour ceux ou celles qui le désirent.

Sujet à changement selon la température.
Suivez-nous sur Facebook « **Club de marche St-Côme** ».

Pour information : Bureau d'Accueil au 450 883-2730

Le comité organisateur : Liette Laverdière, France Girard, Joanne Bourdon et Sonia Cloutier

Cardio-Musculation *

Composé d'un entraînement par intervalles structurés, le programme comprend un échauffement, une période d'effort cardiovasculaire et de la musculation avec bande élastique et matelas d'exercice. Une période de relaxation inspirée du tai-chi clôture chaque entraînement. Cardio-Musculation : bienfaits et bien-être garantis.

OÙ ? Camp Richelieu, lieu de rassemblement au stationnement

QUAND ? Le jeudi du 21 septembre au 23 novembre (10 semaines) de 15h30 à 16h30

COÛT ? 10,50 \$ / entraînement plus taxes (Total de 105 \$ plus taxes)

INSCRIPTION : 450 394-0894

Matériel requis : Tapis isothermique et élastique à poignée. Possibilité d'acheter le matériel auprès de nous. Ajouter le prix à l'abonnement (taxes incluses). 23 \$ tapis ou élastique, 40 \$ pour le kit complet. L'entraîneur remettra le matériel lors de la première séance

* Minimum de 10 participants

* Maximum de 15 participants



Taekwondo

QUOI ? Cours de taekwondo
OÙ ? Centre de Loisirs Marcel Thériault
QUAND ? Lundi, 11 septembre au mercredi 13 décembre (session automne)
Lundi, 12 février au mercredi 9 mai 2018 (session printemps)

HORAIRE ? Lundi et mercredi soirs de 19h15 à 20h30 (10 ans et +)
Lundi soir de 18h30 à 19h15 (4 à 6 ans)
Mercredi soir de 18h30 à 19h15 (7 à 9 ans)

COÛT ? 120 \$ par session pour 2 cours par semaine
60 \$ par session pour 1 cours par semaine
Il faut ajouter les frais annuels d'affiliation à la

Fédération Québécoise de Taekwondo
Athlètes ceinture noire : 32 \$ annuel
Athlètes ceintures couleurs : 17 \$ annuel

INFO : Katie Morin (Coordonnatrice)
katiemorin13@hotmail.com / 450 421-0390

INSTRUCTEUR :
Martin Desjardins (Directeur technique)
desjardins.martin@hotmail.com / 514 214-1521
Maître 5^e DAN Taekwondo WTF
Entraîneur certifié du P.N.C.E. Niveau C
Arbitre International de Taekwondo en combats
Arbitre National de Taekwondo en formes

Choeur Belles-Montagnes

Le Chœur reprend ses activités le 8 septembre de 9h à 11h30 au CLSC de Saint-Alphonse-Rodriguez. Nous sommes présentement à la recherche de nouveaux membres. Bienvenue aux personnes disponibles de 25 à 100 ans.

Info : boucher.c1000@gmail.com ou 450 750-6688
fgerbeau@hotmail.ca ou 450 898-2534

Centre Amitié

Bonjour à tous les membres du Centre Amitié ainsi qu'à tous ceux et celles qui veulent se joindre à nous. Les activités reprendront le mercredi 13 septembre de 9h30 à 15h. La carte de membre est toujours à 7\$ et le repas est à 11\$. On vous y attend en grand nombre.

Pour obtenir davantage d'informations, n'hésitez pas à communiquer avec moi au 450 883-1129.

Au plaisir de vous revoir !
Francine Boucher, présidente

Club Social Féminin

QUOI ? Levée de fonds annuelle | Quillothon
QUAND ? Dimanche, 17 septembre
HEURE ? De 15h30 à 18h
OÙ ? Salles de quilles Baby
COÛT ? 15 \$ souliers inclus, 5 \$ pour les 12 ans et -
À savoir... Nombreux prix de présence

INFO : Inscription seul ou en équipe avant le 10 septembre
Claudette Auger au 450 883-5733

QUOI ? Assemblée générale annuelle
QUAND ? Vendredi, 20 octobre
OÙ ? Centre de Loisirs Marcel Thériault

Projet Petites Pieuvres

Vos amies vous ont parlé de ce magnifique projet, vous voulez en savoir plus ? À compter de septembre, suivez-nous sur notre page Facebook : **Club-Social Féminin**

Club FADOQ Belle-Montagne

Bingo

OÙ ? En haut de l'Hôtel de ville
QUAND ? Tous les deux jeudis à 19h
7 & 21 septembre, 5 & 19 octobre
2 & 16 & 30 novembre

Responsable : Diane Gaudet | 450 883-1725

Viactive

OÙ ? Centre de Loisirs Marcel Thériault
QUAND ? Tous les mardis de 10h à 11h
(retour le 12 septembre)

Responsable : Pierre Boucher | 450 883-1129

Souper & danse

OÙ ? Centre de Loisirs Marcel Thériault
QUAND ? Samedi, 23 septembre à 18h
Samedi, 21 octobre à 18h
Samedi, 25 novembre à 18h

Responsable : Diane Gaudet | 450 883-1725

Pétanque

OÙ ? Terrain de pétanque extérieur
QUAND ? Tous les mardis et jeudis de 13h à 15h
OÙ ? Centre de Loisirs Marcel Thériault
QUAND ? Tournois du 19 sept. au 19 décembre

Jeudi libre du 21 septembre au 21 décembre de 13h à 15h
Épluchette de blé d'inde au Lac Guillemette le 5 septembre prochain

Responsable : Gabriel Michel | 450 883-6662

Bridge

OÙ ? En haut de l'Hôtel de ville
QUAND ? Mercredi à 9h et 13h et vendredi à 19h
Nous offrons gratuitement une initiation au bridge à toutes les personnes intéressées le vendredi à 13h.

Responsable : Jean-Claude Provost | 450 883-6326

Aquaforme

OÙ ? À l'Auberge Val Saint-Côme
QUAND ? Jeudi de 10h30 à 11h30
dès le 14 septembre
COÛT ? 89 \$ / 8 semaines (Membre et non-membre)
Responsable : Thérèse Héту | 450 883-0470
Élise Du Rocher | 450 883-5155

Club de Scrabble "Les Mots d'en Haut"

OÙ ? Sous-sol du Centre Marcel Thériault
QUAND ? Retour le 18 septembre
Responsable : Lorraine Morin | 450 883-5729

Bibliothèque *

QUOI ? Heure du conte / Tente à Lire
QUAND ? 30 septembre (Tente à Lire dès 10h)
28 octobre | thème «Halloween», 10h
25 novembre | thème «Le Loup», 10h
16 décembre | thème «Noël en pyjama», 10h

QUOI ? Club de lecture
QUAND ? De retour le 20 septembre et tous les 3^e mercredis du mois, dès 19h.
Bienvenue à tous !

Heures d'ouverture

Votre Bibliothèque c'est... plus de 8 000 documents disponibles sur place pour la location, des prêts entre bibliothèques, un ordinateur à votre disposition, l'accès WI-FI, des ateliers, activités et conférences culturels, des expositions thématiques.

Venez nous voir, c'est gratuit et pour tous !

Mardi : 18h30 à 20h30
Jedi : 13h30 à 17h30 et 18h30 à 20h30
Samedi : 10h00 à 12h00

Événements à venir...

Journée Familiale à Plein Air Lanaudia

26 août | voir p. 18

Rendez-vous Country

30 août au 3 septembre | voir p. 23

Souper à l'aveugle organisé par la Chambre de Commerce

9 septembre | voir p. 18

Soirée TRAD dans le cadre du 150^e

16 septembre | voir p. 8

Journées de la Culture

30 septembre | voir p. 10

Festival des couleurs

30 septembre & 1^{er} octobre, 7 au 9 octobre & 14-15 octobre
voir p. 15

AGA du Club Social Féminin

20 octobre | voir p. 13

AGA de la Chambre de Commerce

25 octobre | voir p. 18

Maison hantée

31 octobre | infos à venir...

Formation aux 1ers secours

Plusieurs dates disponibles | voir p. 16

Soirées jeunes *

Chanel, la nouvelle intervenante jeunesse de la Municipalité, accueille les jeunes au sous-sol du Centre de Loisirs Marcel Thériault (250, 65^e Avenue) les jeudis, vendredis et samedis soir, de 17h30 à 21h30. Des activités auront lieu à tout moment !

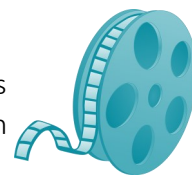
Dès septembre...

VENREDI

Tous les vendredis soir, un souper **collectif** aura lieu. Sous un thème préétabli ou avec les aliments que nous aurons, un repas sera concocté !

DERNIER SAMEDI DU MOIS

Une soirée cinéma aura lieu les derniers samedis du mois. Choix du film en groupe.



Ski de fond et raquette

Le Club de ski de fond et de raquettes Les Trappeurs est présentement à la recherche de bénévoles. Si le défi vous intéresse, n'hésitez pas à laisser vos coordonnées à la réception de l'Hôtel de ville au 450 883-2726.

D'autres loisirs près de chez vous...

Sainte-Émélie de L'Énergie

(Informations : 450 886-3823 #7320)

Gumboots | Informatique | Démarrage d'entreprise | Dessin (illustration) – jeunes | Danse - jeunes

Sainte-Marcelline de Kildare

(Informations : 450 883-2241 #7562)

Ho'oponopono | Zumfit | Karaté - jeunes | Guitare - jeunes | Mise en forme avec ballon

Sainte-Béatrix

(Informations : 450 883-2245 #233)

Piano – jeunes | Danse – jeunes | Pilates/Zumba

Saint-Alphonse-Rodriguez

(Informations : 450 883-2264 #7460)

Zumba/stretching | Bootcamp/Tabata | Théâtre - jeunes | Tai-Chi | Mycologie | Guitare/Percussion – jeunes | Arts (Aquarelle, Sculpture sur bois) | Karaté – jeunes | Sushis/Wonton/Dumpling



Festival des couleurs

30 sept. - 1^{er} oct. / 7-8-9 oct. / 14-15 oct.

30 septembre - 1^{er} octobre 2017

Remontée en opération - 10h à 16h
Jeux gonflables, maquillage et animation - 11h à 16h
Inscription aux cours de groupe - 10h à 16h
Vente d'abonnements à rabais - 10h à 16h
Vente de billets de ski à 30% de rabais - 10h à 16h

7 - 8 octobre 2017

Remontée en opération - 10h à 16h
Jeux gonflables, maquillage et animation - 11h à 16h
Atelier de bulles géantes - 11h à 13h
Spectacle pour enfant Monsieur bleu - 13h à 13h45
Exposition Artisanat et agroalimentaire - 10h à 16h
Chansonnier - 13h à 15h
Inscription aux cours de groupe - 10h à 16h
Vente d'abonnements à rabais - 10h à 16h
Vente de billets de ski à 30% de rabais - 10h à 16h

9 octobre 2017

Remontée en opération - 10h à 16h
Jeux gonflables, maquillage et animation - 11h à 16h
Exposition Artisanat et agroalimentaire - 10h à 16h
Inscription aux cours de groupe - 10h à 16h
Vente d'abonnements à rabais - 10h à 16h
Vente de billets de ski à 30% de rabais - 10h à 16h

14 - 15 octobre 2017

Remontée en opération - 10h à 16h
Jeux gonflables, maquillage et animation - 11h à 16h
Inscription aux cours de groupe - 10h à 16h
Vente d'abonnements à rabais - 10h à 16h
Vente de billets de ski à 30% de rabais - 10h à 16h

NOUVEAUTÉ À LA BOUTIQUE
Grand bazar
Équipements de ski neufs et usagés
à vendre durant tout le festival

Dates de dépôt des équipements:
22 & 29 sept. 8h30 à 21h
23 & 24 sept. 10h à 17h

30% de rabais
sur les billets de ski &
abonnements à rabais
durant tout le festival

RENTRÉE 2017-2018 : LE DÉFI RAYMOND LAJEUNESSE CONTINUE

Formation aux 1ers secours pour tous les citoyens de Saint-Côme

Cette formation d'une durée de 4 heures a pour objectif de permettre à chacun d'entre nous, quel que soit l'âge, salariés, retraités ou au foyer, d'obtenir les bases approfondies nécessaires aux 1ers secours (ventilation, compression, ACR-DEA, étouffement, brûlures, Epipen...).

Elle permettra aussi à chacun de savoir se servir des 3 défibrillateurs installés dans la Municipalité et de gérer un moment d'accident, qu'il survienne à la maison, dans la rue, lors d'événements populaires...

Toutes les personnes intéressées à participer sont invitées à déposer leurs coordonnées complètes (nom, prénoms, âge, adresse et téléphone) en communiquant avec Véronique Lagniez au 450 752-8402 dans les meilleurs délais, le nombre de places étant limitées et certaines étant déjà réservées.

Afin de pouvoir organiser ces sessions de formations, nous vous demandons également de choisir entre un horaire d'après-midi ou en soirée. En fonction du nombre de participants, nous proposerons différents groupes (minimum 6 personnes, 12 maximum par groupe). Le coût pour chaque participant reste inchangé à 20 \$, le reste étant pris en charge par « St-Côme, un cœur qui bat ».

La date limite des inscriptions est fixée au vendredi 15 septembre 2017, pour les sessions d'octobre et de novembre 2017, dans les locaux de la Caserne. Vos acquis seront sanctionnés officiellement par une attestation valide 3 ans maximum.

Nous souhaitons vous rencontrer nombreux et savoir qu'à l'issue de cette formation, chacun pourra compter sur un autre en cas de problème.

Cette formation peut sauver des vies, vos vies. Plusieurs dates sont disponibles.

Calendrier des dates proposées :

- Vendredi après-midi de 13h à 17h : 6/10 ou 20/10, 3/11 ou 17/11
- Vendredi soir de 18h à 22h : 6/10 ou 20/10, 3/11 ou 17/11
- Samedi matin de 8h à 12h : 7/10 ou 21/10, 4/11 ou 18/11

Formation des jeunes des écoles de Saint-Côme

Nous sommes très heureux de vous annoncer qu'à partir de septembre 2017, les élèves de l'école Primaire de Saint-Côme recevront une formation succincte (Héros en 30 minutes) et efficace sur la gestion d'un accident : être capable de téléphoner aux secours, décrire la scène, transmettre les informations demandées par les secours, éviter la panique et prodiguer les gestes en attente des Secours. « St-Côme, un cœur qui bat », « Urgences Lanaudière », Johanne Baril, en collaboration avec le professeur d'éducation physique et les enseignants de l'École primaire de Saint-Côme sont fiers d'apporter ce service aux enfants. Les dates restent à déterminer en septembre et octobre, la formation sera dispensée durant les heures de sport, pour chaque niveau scolaire. Nous invitons également chaque parent à s'inscrire aux sessions RCR-DeA afin que chaque famille soit impliquée pleinement. Le Défi Raymond Lajeunesse prend, de cette façon, une ampleur à tous les niveaux.

Rappel : Campagne de prévention I.T.S

Dans le cadre des programmes nationaux en milieu scolaire de prévention aux infections transmissibles sexuellement, « St-Côme, un cœur qui bat » met à disposition gratuitement des condoms accompagnés de brochures explicatives qui pourront répondre aux questions du plus grand nombre. Ce service est rendu possible grâce à nos partenaires médicaux de Lanaudière. Les condoms seront disponibles et accessibles au Centre de Services et de Santé, aux heures d'ouverture, en toute discrétion ainsi qu'à l'accueil des jeunes au rez-de-chaussée du Centre Marcel Thériault. Nous rappelons qu'il s'agit d'une initiative qui vise à apporter de l'information sur les I.T.S, et que pour toutes questions, vous pouvez joindre votre praticien ou appeler les numéros gratuits affichés au cabinet médical.



Loisirs, culture & organismes

RENTRÉE 2017-2018 : LE DÉFI RAYMOND LAJEUNESSE CONTINUE (SUITE...)

2 nouveaux défibrillateurs sont installés à Saint-Côme :

Nous souhaitons remercier Le Camp du Père Lindsay et sa directrice générale Marie Christine Coulombe pour l'achat d'un défibrillateur. Il leur a été livré avant la saison touristique afin de contribuer à rendre leur site de loisir cardio-sécurisé.

Nous remercions également la pharmacie Familiprix et sa propriétaire Hélène Bolduc qui ont également fait l'acquisition d'un défibrillateur et qui participent activement à la formation RCR-DeA de leurs employés. Ces défibrillateurs sont recensés en point GPS.

« St-Côme, un cœur qui bat » a spécialement négocié un tarif pour les résidents de Saint-Côme qui désirent faire l'acquisition d'un défibrillateur, très performant et dont les services de secours ont l'habitude. Pour tous renseignements concernant notre partenaire, l'achat de l'appareil, son installation et sa pertinence, nous vous invitons à joindre Véronique Lagniez au 450 752-8402.

Liste des défibrillateurs recensés et installés sur le territoire de la Municipalité :

- Point de Service et de Santé, rez-de-chaussée de la Municipalité
- Centre de Loisirs Marcel Thériault
- Caserne des Pompiers : fixe et mobile
- Plein Air Lanaudia
- Val Saint-Côme, installations sportives
- Pharmacie Familiprix
- Camp du Père Lindsay
- Les Entreprises Jo-He (Guy Poirier, Johanne Baril) : fixe et mobile



BAIGNADE LIBRE À L'AUBERGE VAL SAINT-CÔME

Horaire : Du lundi au vendredi de 10h à 14h (du 1^{er} avril au 30 novembre 2017*)

Coût : 10 \$ taxes incluses par personne de 13 ans et plus

Gratuit pour les enfants de 12 ans et moins (*doivent être accompagnés d'un adulte payant le tarif régulier*)

Restrictions : Serviette ou articles de piscine non fournis

Aucun sauveteur

Les règlements de l'établissement et de la piscine doivent être respectés.

* Certaines dates ou plages d'heures peuvent être non disponibles, il est donc important de vérifier à l'avance en téléphonant au 450 883-0655.

Auberge Val Saint-Côme

200, rue de l'Auberge
Saint-Côme (Québec) J0K 2B0
Téléphone : 450 883-0655
info@aubergevalsaintcome.com
www.aubergevalsaintcome.com



Loisirs, culture & organismes

UN MOT DE LA CHAMBRE DE COMMERCE - ACTIVITÉS À VENIR...

SAMEDI, 26 AOÛT | JOURNÉE PLEIN AIR



- Ouverture du site à 9 h
- Activités et animation en plein air
- **Tyrolienne** (370 m de pure adrénaline)
(50 premiers inscrits) **inscription nécessaire**
- Canot, Kayak, SUP, Baignade, Corde à Tarzan, Tir à l'arc, Tyrolienne d'eau et bien +
- **Course de canot LOUFOQUE**
(équipe de 6 / 12 premières équipes inscrites)
inscription nécessaire*

*Plus d'info sur lanaudia.ca. (Les activités auront lieu beau temps mauvais temps)

Journée

- Apporter votre lunch
- Service de casse-croûte (\$)

Soirée

- **Méchoui** en partenariat avec la chambre de commerce de St-Côme
5 \$ pour les **100 premiers inscrits***
- Service de Bar (\$)
- **Soirée festive autour du feu** avec :
Éric Michaud, conteur professionnel et
l'équipe d'animation de Plein Air Lanaudia



SAMEDI, 9 SEPTEMBRE | SOUPER À L'AVEUGLE

Souper à l'aveugle

SAMEDI 9 SEPTEMBRE 2017
DE 18H À 22H30

Organisé par :

Entrée 75\$
(TAXES ET SERVICE INCLUS)

POUR INFORMATION : MARTINE 438 821.1135 & ÉLAINE 450 883.1590

TABLE

Auberge Val St-Côme
200, rue de l'Auberge, Saint-Côme, Qc J0K 2B0

SOUPER ET SOIRÉE ANNIMÉE • ORCHESTRE JAZZ
COCKTAIL, VIN ET DIGESTIF INCLUS

ENTRÉE	REPAS
● CHAUDE	● POITRINE DE VOLAILLE
● FROIDE	● MIGNON DE PORC

TABLE

ENTRÉE

- CHAUDE
- FROIDE

REPAS

- VOLAILLE
- PORC

MERCREDI, 25 OCTOBRE | ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

Si vous désirez vous joindre à l'équipe, des postes sur le conseil d'administration sont disponibles. D'ailleurs, des informations supplémentaires vous seront fournies dans la prochaine édition.

Nous tenons à féliciter le comité organisateur du Festival Ma Rivière en Chanson pour l'excellent travail, une réussite totale pour la quinzième édition.

Nous aimerions remercier chaleureusement M. Martin Bordenaleau qui s'est gentiment prêté à la danse du maire lors de l'événement du Défilé de mode du 3 juin dernier, qui d'ailleurs fut très apprécié par l'ensemble des participants.

En terminant, pour le week-end du 1^{er} juillet, même si Dame Nature n'a pas été de notre côté, le spectacle d'Irvin Blais

ainsi que la journée du défilé du 150^e furent de véritables succès. À cet effet, nous tenons à remercier tous nos partenaires qui ont cru en nous, tous les bénévoles qui ont contribué à cette réussite, tout particulièrement nos jeunes adultes qui se sont impliqués tout au long de ces activités, Adam et Nikolas, un gros merci.



Loisirs, culture & organismes

DES NOUVELLES DES AMIS DE MARIE

AGA : DE BONS RÉSULTATS, PLUSIEURS

RÉALISATIONS ET UN NOUVEAU CA

Le 13 juin dernier se tenait l'Assemblée générale annuelle des Amis de Marie. Les membres du conseil d'administration (CA) ont démontré aux membres présents la bonne santé financière de l'organisme et décrit dans le Rapport d'activités 2016 (disponible sur demande) une série de réalisations qui ont permis de faire en sorte que la mission des Amis de Marie a été et est encore bien assurée. Rappelons succinctement que le local a été substantiellement rénové, incluant tout l'espace cuisine, que les services ont été adaptés et même améliorés (pensons au Bonhomme à lunettes) et que la Guignolée continue d'être une activité assumée par l'organisme et demeure essentielle pour les personnes dans le besoin.

La présidente, Louise Arbour, a tenu à remercier les nombreux bénévoles qui, mois après mois, assurent l'ensemble des services des Amis de Marie, de même que la population qui donne et achète au magasin communautaire. Un merci particulier est allé à Moisson Lanaudière et aux commerçants (notamment le Marché Tradition) qui soutiennent notre organisme. Comme prévu aux règlements généraux, trois postes du CA étaient en élection. Ainsi, Louise Arbour et Jean-Claude Roberge ont été élus pour un mandat de deux ans. Louise Rochefort, après près de trois ans comme membre actif au sein du CA, ne s'est pas représentée compte tenu d'autres obligations mais demeure toutefois bénévole. N'ayant pas reçu d'autres candidatures au moment de l'AGA, ce poste est vacant et, selon les règlements généraux, il revient au nouveau CA de le combler éventuel-

lement. Ce nouveau CA est donc composé des personnes suivantes : Louise Arbour, présidente; Gérald Lemieux, vice-président; Évelyne Morin, trésorière; Jean-Claude Roberge, secrétaire; et les administratrices Carole Charland et Christiane Lanthier.

BONHOMME À LUNETTES

Le Bonhomme à lunettes reprendra du service au local des Amis de Marie (1250 rue Alphonse-Marion) après les vacances estivales, soit à compter du jeudi 31 août. Ce service est offert à toute la population les jeudis aux deux semaines. Voici quelques autres dates : 14 et 28 septembre, 12 et 26 octobre. Les heures de service sont les mêmes : de 9h30 à 11h. N'oubliez pas votre ordonnance!

AMÉNAGEMENT PAYSAGER : MERCI !

Une équipe de bénévoles s'est occupée de l'aménagement paysager en début de saison. Rappelons que l'an dernier, un gros travail avait été fait sur le côté de notre édifice et des boîtes à fleurs avaient été installées à l'avant du local. C'est ce que cette équipe a réinstallé en juin dernier. Un très gros merci pour cette collaboration qui permet une meilleure esthétique de notre emplacement.

LES AMIS DE MARIE ET LE 150E

Les Amis de Marie ont organisé un encan crié le 19 août dernier dans le cadre des Fêtes du 150^e. Nous y reviendrons dans le prochain numéro du Journal En Bref. Mentionnons par ailleurs que notre organisme a contribué au 150^e aussi en prêtant des articles et du mobilier pour la parade du 150^e qui a eu lieu le 2 juillet.

RAPPEL DES HEURES D'OUVERTURE

Nous vous rappelons que les heures d'ouverture du local sont : du lundi au vendredi inclusivement, de 13h à 16h, et le samedi de 9h à 12h et de 13h à 16h.

TOUJOURS BESOIN DE BÉNÉVOLES

Notre organisme ne fonctionnant qu'avec des bénévoles, nous en avons toujours besoin. Que ce soit à la vente, à la cuisine, au transport, aux activités spéciales ou pour tout autre service ou besoin; votre contribution serait des plus appréciées. Vous avez quelques heures ou quelques jours à donner par mois ? Vous souhaitez rencontrer des gens tout en aidant des personnes de notre communauté ? Passez nous donner votre nom au local ou appelez au 450 883-2600. Merci déjà d'y penser !

Merci de nous aider à aider !



Membres du Conseil d'administration des Amis de Marie.

De gauche à droite : Jean-Claude Roberge, Évelyne Morin, Carol Charland, Christiane Lanthier, Louise Arbour et Gérald Lemieux.

Loisirs, culture & organismes

FÊTE NATIONALE - REMERCIEMENTS

La Municipalité de Saint-Côme est très fière de la réussite de la Fête nationale 2017. À cet effet, elle tient à remercier sincèrement tous les bénévoles qui se sont impliqués dans la préparation de cet événement d'envergure. De telles festivités sont rendues possibles grâce au concours de plusieurs personnes. Nous vous sommes reconnaissants pour votre immense disponibilité. Nous adressons un merci particulier aux nombreux commanditaires pour leur grande générosité.



Un événement comme celui-là nécessite beaucoup d'organisation. Si vous souhaitez vous impliquer dans la préparation de la Fête nationale 2018, n'hésitez pas à communiquer avec Mme Marie-Pier Guzzi au 450 883-2726, poste 7338.

COMITÉ DE PARENTS - REMERCIEMENTS

Je voudrais remercier tous ceux et celles qui sont venus nous encourager durant la levée de fonds pour le Camp de jour lors de la 40^e édition du Tournoi de balle familial qui a eu lieu en juillet dernier.

Cette année, 2 070 \$ a été remis !!!

Un merci bien particulier à tous les commanditaires qui année après année font la différence.

Bois de chauffage M.L.
Club Motoneige Saint-Côme
Coiffure Belle Gueule
Construction Pelletier & Pelletier
Construction Pic-Bois
Dépanneur R. Émery & Fils inc.
Entreprise Bruno Mailloux
Fosses septiques Saint-Côme
Jocelyn Breault, électricien
L'Association des Pompiers de Saint-Côme

Les Grues J.P.L.
Mami Pizzeria
Marché Tradition
Prospère Pièces d'auto
Pigeon 2006
Pourvoirie Coin Lavigne
Quincaillerie Laroche
R.E.J.N. Morin
Transport Jean-François Thériault
Slush Puppies

Merci, merci et merci !

Nadia Mc Cabe

Loisirs, culture & organismes

BONNE BOÎTE BONNE BOUFFE

Téléphone : 450 883-2730 | Courriel : tourisme@stcomelanaudiere.ca

Les boîtes sont vendues à prix fixe et contiennent des fruits et des légumes de première qualité qui varient à chaque livraison. Trois formats sont offerts : pour une personne = 8 \$, deux personnes = 12 \$ et pour une famille = 18 \$.

Les produits sont diversifiés et accompagnés de suggestions de recettes. Pour un meilleur accès, pour faciliter vos déplacements et pour vous assurer de recevoir des légumes et des fruits encore plus frais, nous avons modifié l'horaire. **Vous pourrez donc venir chercher votre boîte le matin de 9h à 10h et l'après-midi de 16h à 18h au Bureau d'Accueil Touristique.**



Exemple d'une boîte pour deux personnes, soit 12 \$.

Les prochaines dates de livraison sont : **31 août** **21 septembre** **5 octobre** **26 octobre**

Le programme Bonne Boîte Bonne Bouffe vise à favoriser de saines habitudes de vie chez les Lanaudois en rendant accessibles des fruits et des légumes frais et en favorisant l'acquisition de compétences nutritionnelles et culinaires. De plus, le programme encourage les producteurs locaux en priorisant l'achat local. Pour plus de renseignements, n'hésitez pas à venir nous rencontrer au Bureau d'Accueil Touristique de Saint-Côme lors des livraisons.

RECHERCHE DE BÉNÉVOLES

Nous sommes présentement à la recherche de bénévoles.

Si ce projet vous intéresse, communiquez avec les préposées au Bureau d'Accueil Touristique.



Divers

CENTRE DE PRÉVENTION DU SUICIDE DE LANAUDIÈRE



**Centre de prévention
du suicide de Lanaudière**

La prévention à la portée de tous!

- Vous pensez au suicide ?
- Vous êtes inquiet pour un proche ?
- Vous avez perdu quelqu'un par suicide ?

Ne restez pas seul. Le Centre de prévention du suicide de Lanaudière est là pour vous soutenir 24/7j au **1 866 APPELLE (1 866 277-3553)**

www.cps-lanaudiere.org

PASTORALE

Le temps file et l'été nous a gâtés avec ses beaux rayons de soleil. Voici que la rentrée est à nos portes, le temps des inscriptions pour nos enfants, sports, danse et j'en passe. Nous voulons offrir à nos jeunes les meilleurs moyens afin qu'ils deviennent des adultes responsables et possédant de bonnes valeurs. Tout être humain est appelé à devenir pleinement heureux. Il y a aussi un aspect de ce développement à ne pas négliger, la vie spirituelle, connaître Dieu, le Christ, l'Église et notre communauté.

Le baptême est le premier pas que plusieurs parents ont choisi pour leur enfant. Maintenant, chers parents, êtes-vous prêts à poursuivre ce choix en offrant à votre enfant une démarche lui permettant d'allier la vie au quotidien et l'approfondissement de nos valeurs chrétiennes ?

Voici ce que nous vous proposons pour l'année 2017-2018.

- - Des rencontres deux fois par mois au sein du groupe des Aventuriers pour les 7 ans et plus.

- - Ces rencontres auront lieu le dimanche matin à Saint-Alphonse-Rodriguez à la sacristie de 9h à 11h.
- - À l'intérieur de ces rencontres, les jeunes qui seront en âge de vivre un sacrement seront invités à le faire au moment approprié.
- - Il y aura deux sessions, soit une à l'automne et une à l'hiver.
- - Le coût pour chaque session est de 40 \$, matériel inclus.

La date limite d'inscription est le 5 septembre 2017. S'inscrire soit par téléphone au 450 883-2954 les mardis ou jeudis de 9h00 à 16h00 ou au monique.dufour90@gmail.com.

Au plaisir de vous rencontrer !

Monique C. Dufour, agente de pastorale
Paroisse St-Pierre-de-Belles-Montagnes



TRAVAIL DE MILIEU AUPRÈS DES PERSONNES ÂINÉES

C'est...

- Rejoindre les aînés dans leur milieu de vie;
- Offrir aux aînés la possibilité de reprendre du pouvoir sur leur vie;
- Être un pont entre les personnes aînées et les services et organismes du milieu;
- Réduire l'isolement;
- Dépister et prévenir la maltraitance.

SERVICES OFFERTS (TRAVAIL DE MILIEU)

- Présence dans le milieu;
- Écoute de vos besoins;
- Information sur les services existants (logement, loisirs, groupes d'entraide, etc.);
- Soutien et accompagnement dans vos démarches;
- Référence vers les ressources appropriées;
- Accompagnement pour ceux qui désirent s'impliquer socialement.

Partout dans la MRC de la Matawinie.
Ces services sont totalement gratuits et confidentiels.

Contactez la personne ressource au :

Centre Communautaire Bénévole Matawinie
562, rue de l'Église à Chertsey J0K 1Y0
Téléphone : 450 882-1089 ou 1 888 882-1086
Courriel : milieu@ccbm.qc.ca
Site Web : www.ccbm.qc.ca



Initiatives de travail de milieu
auprès des aînés vulnérables



Desjardins
Caisse du Nord de Lanaudière

Téléphone : 450 886-3843
Sans frais : 1 877 886-3843
www.desjardins.com

Commercial



Apportez vos chaises à dossier bas
Permis d'alcool | Rafraîchissements et grignotines disponibles sur place
Interdit d'apporter consommations alcoolisées ou glacières sur le site

www.rdvcountry.weebly.com | 450 833-1334

PROGRAMMATION (HORAIRE SUJET À CHANGEMENT JUSQU'À LA FIN AOÛT)

Mercredi 30 août

En soirée, spectacle gratuit en plein air à l'Hôtel Central, apportez vos chaises

Jeudi 31 août

Après-midi des aînés, organisé par la FADOQ

18 h à 23 h – Danse en ligne dans la rue et spectacle de Johnny Dessailliers, accompagné par Yannick Gravel et ses musiciens, Hôtel Central

Vendredi 1^{er} septembre

Expo du Cercle des fermières, Salle J.-M.-Bellerose

Musique sur le site dès 17 h 30

En vedette en soirée (MC Francine Gagné) :

19 h 15 Chantal Bélanger et Gilles Cantara's Band

20 h 15 Les Ticky Jones

22 h 00 La caravane country : Laurence Jalbert et ses invités,
Paul Daraïche, Annie Blanchard, Les sœurs Riverin et Maxime Landry

Samedi 2 septembre

Dès 10 h Bazar et expo d'artisans à l'église

13 h 00 Parade

14 h 30 Luc Benoit

15 h 30 Diane Morin

16 h 30 Jonathan Godin

En vedette en soirée (MC Diane Morin) :

19 h 30 Léo Benoit

20 h 30 Patricia Caron

21 h 30 Paméla Rooney

22 h 30 Appaloosa Country Band

Dimanche 3 septembre

11 h 00 Messe et chorale country sur le site (gratuit)

Exposition de voitures anciennes (gratuit)

14 h 00 Gabriel Gobeil

15 h 00 Véronique Gravel

16 h 00 Caroline Dubeau

En vedette en soirée (MC Diane Morin) :

19 h 00 Ghislaine et André

20 h 00 Amélie Hall

21 h 00 JC Harrisson

22 h 00 David Thibault

Tarifs

L'accès au site est gratuit durant le jour, mais l'accès aux spectacles (patinoire) est payant.

Vendredi : 25 \$/Samedi : 25 \$/Dimanche : 30 \$ - *Gratuit pour les moins de 12 ans*

Laissez-passer 3 jours : 60 \$

Camping (sans services) gratuit à l'achat du laissez-passer 3 jours!

Commercial

CLINIQUE DENTAIRE S. TROIE



Dr Philippe Bazinet D E N T I S T E

Le beau temps s'amorce, il est déjà temps de penser à prendre votre rendez-vous pour faire le suivi de votre santé bucco-dentaire pendant la saison estivale.

Je vous souhaite de belles vacances !

120, route Ste-Béatrix
St-Alphonse-Rodriguez 450 883-2262
www.dentistestalphonse.com

Karine

-Yoga & Méditation
-Sup Yoga
-Retraite de Yoga



info@karineyoga.com

Karine Montpetit
514-838-6714



Services Financiers Groupe Investors inc., Services d'Assurance I.G. Inc.
*Cabinets de services financiers

- **Produits d'assurance :** Vie - Invalidité - Maladies graves - Soins longue durée (par l'entremise de Services d'assurance I.G. Inc.)
- **Produits de placement :** REER/FERR-CELI - REEE-REEI - CRI/FRV- NON-ENR. - Planification de la retraite
- **Produits bancaires :** Comptes bancaires - Prêt personnel - marge de crédit - Master Card (offerts par l'entremise de Solution bancaire)
- **Planification hypothécaire** offerte par l'entremise de notre spécialiste hypothécaire



Membre du groupe d'entreprises de la Corporation Financière Power

430, rue de Lanaudière bureau 150
450 759-3215

De gauche à droite :

Mylène Thériault, b.a.a.

Conseillère en sécurité financière et Représentante en épargne collective

Richard Thériault, b.a.a. Pl. Fin.

Directeur de division, Planificateur financier, Représentant en épargne collective, Conseiller en sécurité financière

Geneviève Pelchat

Conseillère en sécurité financière et Représentante en épargne collective

Maxime Thériault, b.a.a.

Conseiller en sécurité financière, Représentant en épargne collective

NOUVEAUTÉ À VOTRE PHARMACIE DE SAINT-CÔME

Prise d'INR (patients prenant du Coumadin) directement à la pharmacie, test facile et rapide vous permettant d'éviter l'attente pour une prise de sang.

De plus, une infirmière est présente le mardi pour :

- **Service de vaccination**
- **Santé-voyage**
- **Enseignement**
- **Injection de médicaments et plus encore...**

Pour plus de détails, renseignez-vous auprès d'un membre de l'équipe du laboratoire.
(certains frais sont reliés à ces services)



Pharmacie Hélène Bolduc
938, rue Principale
Saint-Côme | 450 883-3883

HEURES D'OUVERTURE

LUNDI	9h à 19h
MARDI	9h à 19h
MERCREDI	9h à 19h
JEUDI	9h à 20h
VENDREDI	9h à 20h
SAMEDI	9h à 17h
DIMANCHE	Fermé