



ALSA
L'Association des Loisirs
de Saint-Alexandre

PRÉSENTE

**SPECTACLE
POUR LES ENFANTS
À 18 H 30**

**MARCHÉ DE NOËL ET
ILLUMINATION DU SAPIN
VENEZ FÊTER AVEC NOUS !**

**CHOCOLATS CHAUDS
ET CUPCAKES
SERVIS GRATUITEMENT
APRÈS LE SPECTACLE**

**Au profit de l'école
pour améliorer la cour**

**À L'ÉGLISE DE SAINT-ALEXANDRE
SAMEDI 4 DÉCEMBRE 2021 DE 13 H À 19 H**



Une histoire
de familles

www.saint-alexandre.ca 

Voir les nouvelles en pages 3 à 8



Josée Boulanger

Agente en assurance
de dommages

SSQ, Société d'assurance inc.
Cabinet de services financiers

116, rue Saint-Gérard
Saint-Alexandre (Québec) J0J 1S0
AssuranceJoseeBoulanger.com
josee.boulanger@ssq.ca

450 376-7737

SSQ
assurance

LeFlambeau

C.P. 1023, Saint-Alexandre
La boîte du bureau municipal
450 346-6641 • journalleflambeau@hotmail.com

L'équipe du journal

Correcteurs : Sophie Coley et Françoise Ladouceur

Rédactrice : Émilie Larochelle

Rubrique cuisine : Madame Gâteau

Infographiste : Tracy Boulerice

La Fabrique : Jacqueline C. Patenaude

L'Âge d'or : Lise Rousseau

Bibliothèque : Réjean Messier

Membres ALSA : Sophie Coley et Daniel Daneau

Tarification des publicités 2021

Format	Mensuel	Annuel (10 parutions)
Carte d'affaire	25 \$	200 \$
¼ page	40 \$	320 \$
Demie-page	70 \$	560 \$
1 page	100 \$	800 \$
Page arrière	115 \$	920 \$

Tarif pour résidents de Saint-Alexandre

Extérieurs + 25%

Conception graphique en sus

Petites annonces

Gratuites pour les moins de 18 ans

4 \$: 50 mots et moins

Échéancier pour le mois de janvier 2022

Le 15 décembre 2021, tous les textes, photos, publicités et petites annonces doivent être envoyés à l'adresse courriel du Flambeau ou à la Municipalité avant 16 h 30.

Les textes et publicités déposés après cette date ou qui ne seront pas acquittés de leurs paiements, ne seront pas publiés.

Modalité de paiement : L'argent doit accompagner le texte dans une enveloppe déposée dans la boîte du Flambeau au bureau de la Municipalité. Vous pouvez également envoyer votre texte par courriel à journalleflambeau@hotmail.com

Gens d'affaires et commerçants, faites-vous connaître

Le Flambeau vous offre la possibilité de vous faire connaître à peu de frais. Le Flambeau offre une nouvelle image, des articles des plus intéressants sans compter une visibilité incomparable à nos résidents.

Aidez-nous à faire connaître ce qui se passe chez nous, faites paraître une petite publicité dans le Flambeau. Tarifs avantageux pour les résidents de St-Alexandre. Date limite le 15 de chaque mois. La prochaine parution sera le 1^{er} janvier 2022. Pour information : Daniel au 514 831-7885



Sommaire

À la bibliothèque	12
Animaux	9
Calendrier	15
Club de l'âge d'or	17
Compo Haut-Richelieu	14
Échos de la municipalité	3-8
L'inspectrice municipale	7
La Fabrique	17
Madame gâteau	18
Notre environnement	18
Service des incendies	8



Épandage de fumier liquide et solide

AUSSI DISPONIBLE
TRANSPORT DE
TERRE • PIERRE • SABLE
PETITE PELLE POUR TRAVAUX
105 St-Charles, St-Alexandre
450 347-7826

UN MOT DE VOTRE NOUVEAU MAIRE

Bonjour à toutes et tous,

La Municipalité de Saint-Alexandre a maintenant, et pour la première fois de son histoire, un conseil municipal paritaire composé de trois femmes et de trois hommes plus le maire. Le scrutin du dimanche 7 novembre a comblé le poste vide au siège 3. Une personne sur cinq a exercé son droit de vote, soit une proportion de 22%. Inutile de dire que c'est très peu. Je crois qu'une réflexion de tout le monde s'impose pour augmenter l'attrait à la chose municipale dans son ensemble, si on veut améliorer et faire progresser sa collectivité. L'élection a également sonné la fin des trois mandats de MM. Bernard Rousselle et Luc Mercier, complétés au sein du conseil municipal. Le premier à titre de conseiller et le deuxième comme conseiller pour le premier mandat et maire de notre municipalité aux deux derniers. Au nom des membres du conseil, je les remercie et les félicite généreusement pour leurs implications au développement du bien commun au sein de notre communauté, j'espère que vous les remercieriez également.

Je remercie celles et ceux qui ont fait un don de vie lors de la collecte de sang qui a eu lieu le mardi 30 novembre au pavillon des loisirs. Cela ne prend que quelques minutes de votre temps. Au-delà des bienfaits de santé pour les gens dans le besoin, c'est un exemple concret de générosité et d'humanité pour nos proches.

Maintenant je vous souhaite une belle fin d'automne, de la neige en abondance et du froid pour nos sports d'hiver et un très joyeux Noël à toutes et tous ! Au plaisir de converser avec vous.

Yves Barrette



CHANGEMENTS AU SEIN DU CONSEIL MUNICIPAL

Le conseil municipal et le personnel municipal veulent prendre quelques minutes afin de souligner l'engagement municipal des membres du conseil qui ne se sont pas représentés lors de la dernière élection, soit monsieur le maire Luc Mercier et monsieur le conseiller Bernard Rousselle. Nous tenions à vous remercier pour votre dévouement au cours de ces douze dernières années auprès de votre communauté. C'est un grand investissement en temps, mais un immense service pour l'ensemble des Alexandrins et des Alexandrines. Nous vous souhaitons maintenant de profiter pleinement de votre retraite politique, beaucoup de succès dans vos projets. Vous serez toujours les bienvenus à l'hôtel de ville.

VOTRE CONSEIL MUNICIPAL 2021-2025

À la suite des élections municipales de 2021, voici les membres élus du prochain conseil municipal pour le mandat de 2021 à 2025 :

Maire : monsieur Yves Barrette
Conseillère poste #1 : madame Julie Vadeboncoeur
Conseiller poste #2 : monsieur Stéphane Vézina
Conseillère poste #3 : madame Anne-Sylvie Forney
Conseiller poste #4 : monsieur Florent Raymond
Conseillère poste #5 : madame Marie-Ève Denicourt
Conseiller poste #6 : monsieur Jean-François Berthiaume

SÉANCES DU CONSEIL MUNICIPAL

La prochaine séance du conseil municipal aura lieu le **lundi 10 janvier à 20 heures**. Grâce à l'assouplissement des mesures sanitaires, le conseil municipal peut accueillir à nouveau les citoyens en présentiel, mais avec un nombre limité. Pour cette raison, l'enregistrement vidéo montrant l'intégralité de l'assemblée est disponible dans les jours suivant la séance sur la chaîne YouTube de la municipalité. Le projet d'ordre du jour de chacune des séances pourra être consulté sur le site Internet municipal le vendredi précédent.

CALENDRIER DES SÉANCES DU CONSEIL MUNICIPAL POUR 2022

Lors de la séance ordinaire du 15 novembre dernier, le conseil a approuvé par résolution le calendrier des séances pour l'année civile 2022 conformément à l'article 148 et 148.0.1 du Code municipal du Québec. Les séances se tiendront les jours suivants et débiteront à 20 h :

Lundi 10 janvier
Lundi 7 février
Lundi 7 mars
Lundi 4 avril
Lundi 2 mai
Lundi 6 juin
Lundi 4 juillet
Lundi 1er août
Mardi 6 septembre (5 septembre : fête du Travail)
Mardi 4 octobre (3 octobre : élections provinciales)
Lundi 7 novembre
Lundi 5 décembre

HORAIRE DU BUREAU MUNICIPAL DURANT LE TEMPS DES FÊTES

Le bureau municipal sera fermé du **23 décembre au mardi 4 janvier** inclusivement et **ouvert à partir du mercredi 5 janvier**. Tous les membres du conseil et du personnel de la Municipalité de Saint-Alexandre vous souhaitent un merveilleux temps des Fêtes et une excellente année 2022!

PROGRAMMATION DES COURS HIVER 2022



La programmation des cours et des activités de l'hiver 2022 est maintenant disponible sur le site Internet de la Municipalité. Il sera possible de vous inscrire en ligne dès le 1er décembre, et ce jusqu'à une semaine avant le début du cours. Voici un aperçu de ce qui vous attend l'an prochain !

Retour du CARDIO-BALLON : Facile d'utilisation et amusant, le « ballon suisse » permet de réaliser des exercices particulièrement bénéfiques pour le corps. Ce cours est adapté aux débutants comme aux experts.

Retour du cours de MISE EN FORME : Ce cours vise l'amélioration de la santé cardio-vasculaire et le développement d'un bon tonus musculaire. La condition physique générale des participants s'améliore grâce à l'alternance et la variété des exercices.

NOUVEAUX COURS

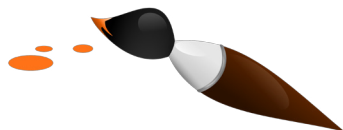
POUND : Venez vous amuser avec des baguettes de *drum* communément appelées Ripstix où vous aurez à suivre des chorégraphies sur le rythme de la musique avec celles-ci. Il y aura aussi deux jeux par cours.

GENERATION x POUND



ABDOS-FESSIERS-CUISSSES : Dans ce cours, vous allez travailler en endurance musculaire à l'aide de votre corps et/ou de bandes élastiques. Vous verrez votre progression de semaine en semaine.

PEINTURE : Pendant ce cours, vous apprendrez comment transférer votre dessin à la toile avec des traits simplifiés ou par d'autres moyens mécaniques faciles à exécuter.



Vous apprendrez les bases de la peinture, de la couleur, comment les mélanger et les appliquer, ainsi que les bases de la perspective et de la composition.

ACTIVITÉS LIBRES AU GYMNASSE DE L'ÉCOLE

Les activités libres feront relâche dans la semaine du 12 décembre et reprendront dans la semaine du 16 janvier.

Badminton libre

Animé par Josée Gervais – mardi à 19 h 30



Pickleball libre

Animé par Anick Labelle – jeudi 19 h jusqu'au 16 décembre. Nouvel horaire dès janvier : mercredi 19 h

Aucune inscription requise, les parties se jouent en rotation selon les joueurs présents. Les joueurs peuvent apporter leur raquette. Passeport vaccinal obligatoire pour tous les participants de 13 ans et plus.

Règles d'utilisation du gymnase durant les activités de loisir

- Bouteille d'eau seulement, pas de nourriture ;
- Port d'espadrilles non marquantes ;
- Utilisation respectueuse des installations et du matériel ;

Après chaque utilisation, tout matériel ou équipement doit être rangé et le local doit être propre.

ACTIVITÉS DE NOËL ORGANISÉES PAR LA MUNICIPALITÉ



La Municipalité vous invite à vous plonger dans la magie des Fêtes et vous convie à deux événements festifs à mettre à votre agenda !

L'heure du conte des lutins

Raconté par le lutin Grelot 

Vendredi 17 décembre à 18 h 30, au Pavillon des loisirs, installez-vous avec vos enfants pour l'heure du conte des lutins (**réservé au 0-5 ans pour préserver la magie de Noël**). Les enfants sont invités à porter leur pyjama.

La mission de Noël

Lutin Farfouille 

Samedi 18 décembre à 10 h, au Pavillon des loisirs, les familles pourront assister à un merveilleux spectacle de Noël intitulé : La mission de Noël de Farfouille. Le spectacle s'adresse principalement à un public âgé entre 5 et 10 ans.

Les mesures sanitaires en vigueur devront être respectées. Le passeport vaccinal sera exigé pour les participants âgés de 13 ans et plus. Inscriptions et informations sur le site web municipal.

INFOLETTRE ÉLECTRONIQUE DE LA MUNICIPALITÉ...ÊTES-VOUS ABONNÉS?

L'infolettre électronique est envoyée une à deux fois par mois. Elle est composée des actualités récentes publiées sur le site web municipal et des activités et événements publiés au calendrier. Il est possible de s'y abonner en tout temps en cliquant sur le bouton d'abonnement en page d'accueil du site Internet.



INSCRIPTION OMNIVIGIL : PENSEZ À VOUS INSCRIRE OU À METTRE À JOUR VOTRE FICHE CITOYEN

La Municipalité de Saint-Alexandre tient à rappeler qu'elle a mis en place un service d'alerte à la population pour renseigner les citoyens sur une situation d'urgence ou toute autre situation nécessitant la transmission rapide d'informations aux citoyens. Le système OMNIVIGIL transmet, par téléphone ou par messagerie texte (SMS), les alertes de la municipalité aux citoyens inscrits. Cliquez sur le bouton d'abonnement en page d'accueil du site web municipal.



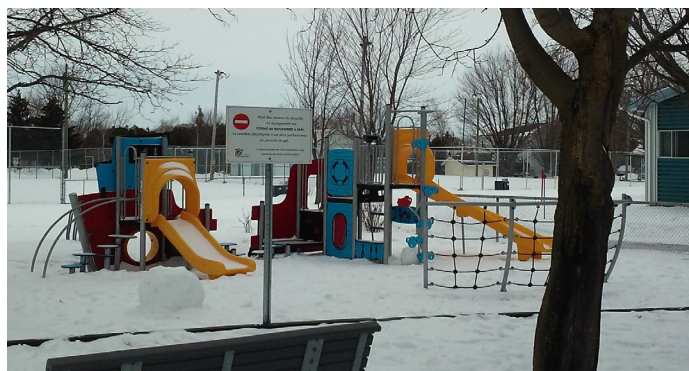
INSTALLATIONS HIVERNALES

Pour en savoir plus sur les conditions des équipements hivernaux, un bouton en page d'accueil du site Internet municipal vous mènera directement à la page « Conditions hivernales des équipements ». Cette page sera mise à jour quotidiennement aux heures d'ouverture du bureau municipal. Sur place, des lumières de signalisation indiquent si les patinoires sont ouvertes (lumière verte) ou non (lumière rouge). Le chalet des patineurs est chauffé et ouvert selon les heures d'ouverture de la patinoire, le site est sans surveillance.



PARC MARIE-JEANNE-FRÉGEAU FERMÉ

Prenez note que pour des raisons de sécurité, l'aire de jeux est **FERMÉE de NOVEMBRE à MAI**. La matière absorbante n'est plus performante en période de gel. L'utilisation des jeux est à vos risques. La Municipalité de Saint-Alexandre ne pourra être tenue responsable des accidents ou blessures pouvant survenir.



La guignolée[®] SAMEDI 4 DÉCEMBRE de 9 h à 12 h

Les bénévoles du Service de sécurité incendie de Saint-Alexandre passeront aux portes pour recueillir **vos dons en argent**. Veuillez noter que les denrées non périssables seront tout de même acceptées.

Tous les dons seront ensuite remis au Centre d'entraide régional d'Henryville, organisme responsable de la préparation et de la distribution des paniers de Noël.

MERCI DE VOTRE GÉNÉROSITÉ!



ACTIVITÉS HIVERNALES*

Hockey libre

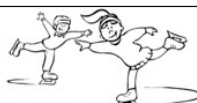


Port obligatoire des équipements suivants : casque, protecteur facial et protège-cou.

La grande patinoire est réservée au hockey libre lors des périodes spécifiées à l'horaire.

Le hockey libre familial est une période réservée afin de permettre à tous les membres de la famille, même les plus petits, de pratiquer le hockey.

Patinage libre



En tout temps, la petite patinoire est réservée pour le patinage libre et les débutants souhaitant s'initier au patinage. Des supports pour apprentis sont accessibles dans le chalet des patineurs.

La grande patinoire est réservée au patinage libre lors des périodes spécifiées à l'horaire.

Glissade sur tubes



Horaire du prêt de tubes

Vendredi : 18 h 30 à 20 h 30

Samedi et dimanche : 10 h 30 à 16 h

Quelques règles de sécurité à respecter :

- En dehors des heures de présence du préposé au prêt de tubes, il n'y a pas de surveillance sur le site.
- Il est obligatoire de toujours glisser en présence d'une personne responsable.
- La glissade est interdite aux enfants de moins de 6 ans non accompagnés d'un adulte.
- La supervision des parents est fortement recommandée pour les enfants de moins de 10 ans.
- Le port du casque est fortement recommandé pour les enfants de moins de 6 ans.
- Certains équipements de glisse peuvent être interdits pour des raisons de sécurité.

* Les activités hivernales seront possibles de la fin décembre à mars si les conditions météorologiques et la qualité des surfaces le permettent.

Règles COVID-19

Chalet des patineurs ouvert : port du masque obligatoire à l'intérieur et distanciation physique de 1 m à respecter.

Port non-obligatoire du masque ou du couvre-visage lors de la pratique d'activité.

Port du couvre-visage de type cache-cou recommandé dans la file d'attente de la glissade.



HORAIRE DE LA GRANDE PATINOIRE

Décembre à mars

LUNDI AU JEUDI	VENDREDI	SAMEDI et CONGÉS SCOLAIRES	DIMANCHE
Plage-horaire réservée pour groupes scolaires et entretien		10 h à 13 h Hockey libre	10 h à 13 h Hockey libre
		13 h à 15 h Patinage libre	13 h à 15 h Patinage libre
16 h à 17 h 30 Patinage libre	16 h à 17 h 30 Patinage libre	15 h à 16 h Hockey libre familial	15 h à 16 h Hockey libre familial
17 h 30 à 19 h Hockey libre	17 h 30 à 19 h Hockey libre	16 h à 18 h Hockey libre	16 h à 18 h Hockey libre
19 h à 20 h Patinage libre	19 h à 20 h Patinage libre	18 h à 20 h Patinage libre	18 h à 20 h Patinage libre
20 h à 21 h 30 Hockey libre	20 h à 22 h Hockey libre	20 h à 22 h Hockey libre	20 h à 21 h 30 Hockey libre

MERCI DE RESPECTER L'HORAIRE ÉTABLI !

INFORMATIONS DE L'INSPECTRICE MUNICIPALE, LOUISE NADEAU



RÈGLEMENTS EN RAPPEL

DÉNEIGEMENT

Lors du déneigement de votre entrée ou de votre allée, il est interdit de pousser la neige sur la voie publique, ce qui inclut les trottoirs, la rue et les bornes d'incendie. Pour des raisons de sécurité, ces dernières doivent être facilement accessibles même durant la saison hivernale. Il est donc essentiel d'éviter de les encombrer lors du déneigement avec vos bacs d'ordures et de recyclage.

LICENCE OBLIGATOIRE POUR LES CHIENS ET LES CHATS

À Saint-Alexandre, le règlement municipal 19-349 encadre la garde d'un chat ou d'un chien. Le gardien de l'animal doit obligatoirement enregistrer son animal en se procurant une licence directement auprès de Proanima.



Le port de la licence est obligatoire, en tout temps, pour tout chien ou chat, à l'exception des chats micropucés. Cette licence doit être renouvelée chaque année et est valide du 1er janvier au 31 décembre. De plus, dans le secteur urbain, un maximum de deux chiens et trois chats est permis par unité d'occupation. En secteur rural, un maximum de trois chiens est permis par unité d'occupation. Il n'y a pas de limite pour le nombre de chats. Visitez le site de Proanima pour obtenir votre licence : www.proanima.com.

STATIONNEMENT DE NUIT

Il est interdit de stationner ou d'immobiliser un véhicule sur le chemin public entre 23 h et 7 h du 15 novembre au 1er avril inclusivement, et ce, sur tout le territoire de la municipalité.

Stationnement bandes multifonctionnelles

Il est **interdit** de stationner ou d'immobiliser un véhicule sur **les bandes multifonctionnelles réservées aux usagers actifs** (piétons, cyclistes ou autres) en tout temps, notamment sur les rues ou portions de rues suivantes :

- Saint-Charles (en direction sud);
- de la Chute (en direction ouest);
- Boulais (en direction sud);
- Saint-Gérard (en direction sud).



RÈGLEMENTS EN RAPPEL

RÉNOVATIONS À L'INTÉRIEUR OU À L'EXTÉRIEUR

Une majorité des travaux à domicile nécessitent un permis ou un certificat (construction d'un cabanon ou d'un garage, rénovation, démolition, aménagement d'une galerie, changement de toiture ou de fenêtres, pose d'un plancher, etc.). Lorsque vous avez des travaux à effectuer, vous devez demander un permis **AVANT** d'entreprendre les travaux, et ce, **au moins 30 jours avant le début**. Le permis est valide pour une période d'un an.

Plan d'implantation et d'intégration architecturale (PIIA)

Depuis le mois de mai 2021, tous les travaux extérieurs des résidences situées dans la zone urbaine de Saint-Alexandre doivent correspondre au plan d'implantation et d'intégration architecturale. Le PIIA permet d'assurer des bâtiments ayant une architecture de qualité et qui s'intègre bien dans son milieu d'insertion. Les travaux nécessitent un permis.

Exemples de projets assujettis au PIIA :

- Construction ou reconstruction d'un bâtiment principal ;
- Agrandissement d'un bâtiment principal ;
- Rénovation d'un bâtiment principal entraînant des modifications à l'apparence extérieure ;
- Construction ou rénovation d'un bâtiment accessoire (rue Saint-Denis et chemin de la Grande-Ligne en zone urbaine) ;
- Installation ou remplacement d'une enseigne (rue Saint-Denis et chemin de la Grande-Ligne en zone urbaine seulement).

Voici le cheminement d'une demande de permis assujettie au PIIA :

1. Dépôt d'une demande de permis en complétant un formulaire. Ce formulaire est disponible à la réception du bureau municipal où il est possible de le recevoir par courriel en faisant la demande auprès de info@saint-alexandre.ca ;
2. Étude de la demande pour valider sa conformité avec les règlements d'urbanisme et les objectifs et critères du PIIA par l'inspectrice municipale ;
3. Étude de la demande par le comité consultatif d'urbanisme (CCU). Le comité se réunit mensuellement ;
4. Décision relative à la demande par le conseil municipal ;
5. Délivrance du permis.

L'étude d'un dossier et la délivrance du permis requièrent une période de quatre à six semaines.

Pour des informations supplémentaires, il est possible de consulter le *Règlement sur les permis et certificats numéro 20-369* et le *Guide explicatif sur le PIIA concernant le Règlement numéro 21-382* disponibles sur le site internet municipal.

Des questions ? Contactez Louise Nadeau, inspectrice municipale
450 346-6641, poste 4 | inspectrice@saint-alexandre.ca



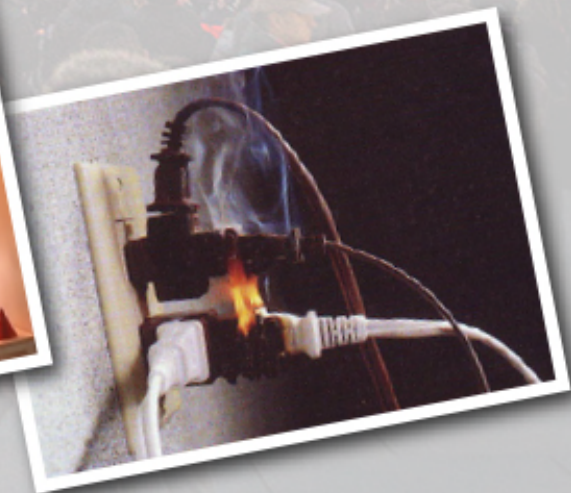
POUR UN JOYEUX TEMPS DES FÊTES, SOYONS PRUDENTS



Pour que vos souvenirs de Noël ne ressemblent pas à ces photos, nous vous recommandons de suivre les conseils suivants :

- **Utiliser des lumières DEL au lieu d'ampoules incandescentes pour le sapin et les décorations. Celles-ci produisent beaucoup moins de chaleur. Elles doivent aussi être éteintes lorsque vous êtes absent.**
- **Laisser toujours votre sapin naturel dans un récipient avec de l'eau afin de maintenir son humidité. Veillez également à l'installer loin d'une source de chaleur.**
- **Utiliser des installations électriques adéquates telles qu'une barre d'alimentation qui protège contre les surtensions.**

*Joyeuses Fêtes
en toute sécurité!*



Un message de votre service de sécurité incendie



Procurez-vous le calendrier Proanima 2022!

Le calendrier 2022 de Proanima est enfin disponible!

Spécialement conçu à l'occasion des 10 ans d'existence de notre organisme, ce calendrier expose plusieurs de nos anciens pensionnaires adoptés depuis 2012 et qui ont marqué notre histoire. Parmi eux figurent 9 chiens, 4 chats, et 1 lapin.

Découvrez notamment la touchante histoire de Miss BBQ qui avait été abandonnée suite à un accident de voiture. Ou celle de Maya qui avait donné naissance à plusieurs chiots.

Un moment émouvant à partager ensemble!

Les photos, prises par la talentueuse photographe Geneviève Lacombe, ont été faites cet été et cet automne, lors de trois séances en extérieur dans plusieurs parcs de la Rive-Sud.

Vous pouvez vous procurer dès aujourd'hui votre exemplaire à nos deux succursales de Boucherville et Saint-Jean-sur-Richelieu. Voici nos horaires d'ouverture :

www.proanima.com/fr/nous-joindre/

Calendrier 2022

10 ANS proanima

15\$ + tx

Commandez le vôtre sur proanima.com

Calendrier PROANIMA - Spécial 10 ans

Les calendriers sont également disponibles en ligne :

www.proanima.com/fr/boutique/

Une très belle idée cadeau à faire à vos proches à l'occasion des fêtes!

Prix : 15\$ + tx.

Tout l'argent récolté par la vente de ce calendrier est destiné à nos animaux. Cela nous permet de leur prodiguer des soins particuliers et de financer nos programmes de sensibilisation dans la communauté.

GARAGE CLÉMENT TAILLEFER INC.

MÉCANIQUE GÉNÉRALE • INJECTION ÉLECTRONIQUE • ABS • HOT ROD

488, St-Denis, St-Alexandre

450 357-9757

CHRONIQUE SANTÉ PHARMACEUTIQUE

LA CALVITIE



Bonjour chers Alexandrins et chères Alexandrines,

Nous vous souhaitons un grand et chaleureux «bienvenue!» dans la plus récente édition de la «Chronique Santé Pharmaceutique» la plus populaire du village de Saint-Alexandre!

Ce mois-ci, avec le temps de l'Halloween qui se termine, nous parlerons de calvitie (et pas seulement pour les chauves-souris).

Nous possédons en moyenne environ 100 000 cheveux chacun. Ceux-ci vivent de 3 à 5 ans chacun, suivi d'une période de repos d'environ 3 mois durant laquelle le cheveu tombe. Nous en perdons ainsi environ 50 à 100 par jour. Au bout de sa pause, le cheveu revient de ses vacances et recommence à pousser. À ce rythme, on «choue» les meubles: la calvitie n'a pas le temps de s'installer comme un cheveu dans la soupe. Par contre, si les cheveux deviennent plus fragiles (perte accélérée) et/ou la repousse plus difficile: pas de «choue-conduit». La calvitie localisée ou totale fait son entrée sur notre tête comme un cheveu de Troie dans le Royaume.

Il existe plusieurs explications à la venue d'une perte de cheveux:

- **Calvitie androgénétique:** surtout présente chez l'homme, mais possible chez la femme aussi. Les hormones mâles, l'âge et la génétique jouent un rôle important.

La couronne est généralement épargnée mais les tempes et le sommet de la tête voit les cheveux devenir clairsemés et se faire remplacer par un fin duvet.

- **Calvitie télogène:** présence d'un élément déclencheur (stress important, utilisation incorrecte de produits colorants, problèmes hormonaux tels que la glande thyroïde, certaines maladies comme le VIH, certains médicaments comme les traitements contre le cancer). Ce phénomène peut affecter autant les hommes que les femmes. Quand le chat n'est pas là, les chauves-souris dansent: ce type de calvitie peut disparaître si le déclencheur se résout.
- **Pelade:** le système immunitaire attaque par erreur la racine des cheveux (mécanisme inflammatoire). Les cheveux tombent subitement et en plaques dispersées. Même les sourcils et la barbe peuvent être affectés. Le phénomène est heureusement réversible si l'inflammation disparaît et que le système immunitaire est contrôlé (le plus souvent avec l'aide de dérivés de cortisone).

Comme le chante si bien Phil Collins dans son méga-succès «*I can feel it coming in the hair tonight*» chaque personne réagit différemment à la perte de cheveux. Il n'y a pas de danger en tant que tel pour notre santé à la perte de cheveux. Certains ne s'en font pas trop avec ça et l'exposent au grand jour.

Par contre, chez d'autres, il peut en résulter des répercussions émotionnelles telles qu'une perte d'estime de soi.

TRAITEMENT

Les traitements médicamenteux qui aident à traiter la calvitie s'adressent surtout aux gens pour qui la perte de cheveux est d'origine androgénique. Pour la calvitie télogène ou pour la pelade, on tentera plutôt d'éradiquer la cause sous-jacente à la perte de cheveux.

- **Minoxidil**: une solution liquide trouvée en vente libre qu'on applique sur la zone à traiter et qui aide à étirer la durée de vie du cheveu et à favoriser une meilleure repousse. Environ 30 à 40 % des gens verront un effet positif, surtout si la calvitie est récente. L'effet est pleinement atteint après quelques mois et l'utilisation doit être poursuivie pour maintenir les bénéfices. Attention à bien rincer vos mains après usage afin de ne pas avoir de poils qui apparaissent dans le creux de vos mains.
- **Suppléments vitaminiques/ produits naturels**: des suppléments peuvent aider à solidifier le cheveu et à prévenir le problème, mais l'efficacité de ces produits demeure à démontrer. Une consultation avec le pharmacien permettra de déterminer si ces produits sont compatibles dans votre dossier.
- **Finastéride**: prescrit par le médecin, il s'agit d'un comprimé « bloqueur de testostérone » qui empêche l'hormone de produire son effet sur le cheveu. Nous devons par contre surveiller l'apparition d'effets indésirables, notamment sur la libido (qui peut être diminuée).



MESURES NON-PHARMACOLOGIQUES

Il n'y a pas que par une médication qu'on peut traiter la calvitie.

- Camoufler avec coiffure élaborée, foulard, maquillage ou chapeau
- Procédures chirurgicales (greffe de cheveux).

En résumé, l'important est surtout de se sentir bien dans sa peau et d'être rassuré sur les causes de cette caractéristique d'ordre esthétique que représente la perte de cheveux.

C'est tout pour ce mois-ci! N'hésitez pas à passer nous voir ou à nous écrire via la page Facebook de la pharmacie (Familiprix Saint-Alexandre) pour davantage de questions! Si une colonie de chauves-souris danse sur de la musique de Hair Supply dans votre grenier, nous ne pourrons pas faire grand chose pour vous. Mais si par contre vous avez besoin de renseignements sur la prévention et le traitement de la calvitie, ça nous fera grand plaisir!

À bientôt!

David le pharmacien



David Rousseau Pharmacien propriétaire

Affilié à:  **familiprix**

433, rue St-Denis, St-Alexandre-d'Iberville

450 376-2322

Heures d'ouverture

Lundi au mercredi 9h à 18h

Jeudi et vendredi 9h à 19h

Samedi 9h à 17h

Joyeux Noël

Bonne et heureuse année 2022 !

Prenez note que la bibliothèque sera fermée les 22, 25 et 29 décembre 2021 ainsi que le 1^{er} janvier 2022. Nous rouvrirons dès le mercredi 5 janvier 2022 selon l'horaire habituel !

Merci à tous ceux et celles qui ont utilisé nos services cette année. Vos suggestions et commentaires sont toujours les bienvenus !

Toute l'équipe des bénévoles de la bibliothèque, soit Alain, Christiane, Denise, France, Jeanne, Linda, Monique, Réjane, Rita et Simon se joignent à moi pour vous souhaiter « Joie, bonheur, paix et de bonnes lectures tout au long de l'année 2022 ! »

Double spécial des Fêtes : Pendant tout le mois de décembre, les volumes et périodiques vous seront prêtés pour une période de 6 semaines au lieu des 3 semaines habituelles ! Aussi, vous pourrez emprunter jusqu'à 8 volumes et 2 périodiques, soit 10 documents ! Profitez donc du temps des Fêtes pour vous rattraper dans vos lectures !

Entre-temps, passez de belles Fêtes !



À LA BIBLIOTHÈQUE

par Réjean Messier

VOICI QUELQUES NOUVEAUX TITRES ACQUIS AU COURS DES DERNIÈRES SEMAINES...

DOCUMENTAIRES :

Carnet d'un voyage intérieur	Deschatelets, Louise
Je passe à table	Fabian, Lara
Je suis tombé deux fois : La course... Louis Garneau	Lesage, Valérie
Lunch Box fait maison	Collectif
Nueva vida : Mener la danse avec un trouble de santé...	K, Florence
Rien ne se perd, tout se récupère : Déco et accessoires issus...	Collectif (Anna Rose Patterns)
Supers pouvoirs de la marche, Les	O'Mara, Shane

ROMANS :

Affaire Lily X. L'	Rivard, Julie
Âge des accidents, L'	Perrin, Catherine
Après	King, Stephen
Au gré des vents, 1 : Aimeline	Alain, Sonia
Bonheur se cache parfois derrière les nuages, Le	Dagotor, Sonia
Cendres de l'innocence, Les. 2 : La grande maison	Bergeron, Lise
Conduite dangereuse	Morrisette, Guillaume
Contrecoup	Laberge, Marie
Deux sœurs et un secret	Saint-Pierre, Éliane
Docile	Sainz de la Maza, Aro
Épouse et la veuve, L'	White, Christian
Été la nuit, L'	Wagner, Jan Costin
Femme au manteau bleu, La	Meyer, Deon
Femme-forêt	Barbeau-Lavalette, Anaïs
Folie des foules, La (Armand Gamache enquête, 17)	Penny, Louise
Gagner n'est pas jouer	Coben, Harlan
Homme aux chats, L'	Ouimet, Michèle
Innocence et la loi, L'	Connely, Michael
Jusqu'au dernier cri (Une enquête...)	Michaud, Martin
Machiavel en talons hauts	Bélanger, Jean-Pierre
Mystère Soline, Le. 1 : Au-delà du temps	Dupuy, Marie-B.
Offrandes musicales	Tremblay, Michel

BANDES DESSINÉES ADO/ADULTES ET OUVRAGES JEUNESSE :

Académie des Sources, 4 : Au-delà des apparences	Verilli, Sandra
Jack et la grande aventure du cochon de Noël	Rowling, J.K.
Jeanne dans la télé : Saison 01	Fontaine, Valérie
Réseau Phénix, Le	Boudeville, Peggy

Jack & la grande aventure du Cochon de Noël¹

J.K. Rowling

Jack est très attaché à son cochon en peluche de petit garçon. Ils ont tout vécu ensemble, les bons comme les mauvais moments. Jusqu'à cette veille de Noël où arrive la catastrophe : le cochon est perdu ! Mais la nuit de Noël n'est pas une nuit comme les autres : c'est celle des miracles et des causes perdues, où même les jouets peuvent prendre vie. Alors, Jack et le Cochon de Noël – une peluche de remplacement un peu agaçante – embarquent pour une aventure magique et périlleuse au pays des Choses perdues. Jusqu'ou iront-ils pour sauver le meilleur ami que Jack ait jamais eu ?



Une quête trépidante, merveilleuse et tendre par l'auteure de « Harry Potter » et de « L'ickabog ». Un futur classique à lire et à relire en famille, illustré par l'artiste Jim Field.

J.K. Rowling est l'auteure des sept tomes de la saga « Harry Potter », parue entre 1997 et 2007. Traduite en 80 langues, vendue à plus de 500 millions d'exemplaires, l'œuvre a été adaptée en 8 films à succès.

J.K. Rowling a également signé les scénarios des films « Les Animaux fantastiques », et coécrit une pièce de théâtre qui prolonge l'histoire de Harry Potter, devenu adulte : « Harry Potter et l'enfant maudit ». En 2020, J.K. Rowling est revenue à l'écriture pour la jeunesse avec « L'ickabog ». Le livre s'est vendu à plus d'un million d'exemplaires, et l'auteure a reversé tous les droits d'auteur à son association caritative Volant, pour venir en aide aux populations les plus durement éprouvées par le Covid-19. J.K. Rowling a reçu de nombreuses distinctions pour ses ouvrages, qu'ils s'adressent aux jeunes lecteurs ou aux adultes. Elle soutient plusieurs causes humanitaires grâce à Volant, et a fondé Lumos, œuvre de charité qui se bat pour que les enfants grandissent au sein d'une famille et non dans des institutions. D'aussi loin qu'elle s'en souvienne, J.K. Rowling a toujours rêvé d'être écrivaine. Elle vit en Écosse avec sa famille.

Une nuit pour accomplir le plus extraordinaire et le plus dangereux des voyages !

¹ Quatrième de couverture



PENSÉE DU MOIS

« Lire, c'est n'avoir jamais le dernier mot. »

— Martine Audet

Écrivaine et ambassadrice de la Fondation Lire pour réussir.

Bonnes réflexions et bonnes lectures !

Heures d'ouverture :
Mercredi : 18 h 30 à 20 h 30 | Samedi : 10 h 30 à 12 h

450 347-1376 poste 2640
biblio@saint-alexandre.ca | regard.csdhr.qc.ca

Toute l'équipe vous souhaite
Joyeuses Fêtes!



HORAIRE
LUNDI 8H00@18H00
MARDI 8H00@18H00
MERCREDI 8H00@18H00
JEUDI 8H00@18H00
VENDREDI 8H00@18H00
SAMEDI 9H00@17H00

HORAIRE DU TEMPS DES FÊTES
LE 24 DÉCEMBRE FERMETURE 12H00
LE 25 ET 31 DÉCEMBRE AINSI QUE LE
1^{ER} JANVIER NOUS SERONS FERMÉS.



Sel déglaçant
10 kg : \$ 3.49
20 kg : \$ 5.49
Alaskan
10 kg : \$ 12.99



\$ 449.99



\$ 109.99



\$ 54.99

Antigel à plomberie : \$ 4.49
Lave glace - 40° : \$ 3.49



\$ 649.99



\$ 99.99



Balai à neige pour auto
DE \$ 5.19 À \$ 6.99



ACE



QUINCAILLERIE JJJ

477, Saint-Denis St-Alexandre
Tél. : 450-346-5457



DE \$ 21.99 À
\$ 59.99





Collectes en hiver : trucs pour garder le sourire!

Neige, verglas, pluie, bourrasques : l'hiver nous en fait voir de toutes les couleurs chaque année! Ces sautes d'humeur de Dame Nature occasionnent des défis de taille pour les opérations de collecte. Pour prévenir les désagréments durant cette période, nous vous avons préparé une liste de conseils.

1. Bien fermer les couvercles des bacs.
La neige, la pluie et la glace alourdissent les contenants (risques de bris lors de la collecte) et font geler les matières au fond du bac.
2. Placer les bacs au bout de votre entrée, avant le trottoir ou la rue.
Ainsi, vous ne nuirez pas aux opérations de déneigement et d'épandage d'abrasifs dans les rues et sur les trottoirs.
3. Laisser un dégagement de 60 cm (2 pieds) autour du bac.
Autrement dit, gardez une bonne distance avec les voitures, les poteaux et les bancs de neige.
4. S'assurer que les bacs ne sont pas enlisés au sol (neige, gel, boue).
5. Sortir les bacs avant 7 h le jour de la collecte, et ce, en toutes saisons.



Horaire hivernal pour certains services à compter du 1^{er} décembre

À l'approche de l'hiver, Compo-Haut-Richelieu informe la population des changements apportés à certains de ses services pour la période froide, et ce, à compter du 1^{er} décembre.

BRUN'O LEBAC

De décembre à mars, la collecte de matières organiques est effectuée toutes les deux semaines. Pour connaître les dates de collecte, les citoyens peuvent consulter leur calendrier de collectes dans le Guide 2021 ou en ligne à compo.qc.ca/collectes.

Pour éviter que les matières organiques adhèrent au fond du bac en hiver, il est recommandé de mettre des journaux ou des morceaux de carton (sans ruban adhésif ni agrafe) au fond du bac. Il est aussi important de bien envelopper les résidus alimentaires dans des sacs de papier sans pellicule plastique ou dans des papiers non glacés (circulaires, journaux).

Il n'y a aucun changement pour les collectes de matières recyclables, d'ordures ménagères et de gros rebuts non valorisables.

ÉCOCENTRE LACOLLE

À partir du 1^{er} décembre, l'écocentre situé à Lacolle sera ouvert les samedis, de 9 h à 16 h.

Les écocentres de Saint-Jean-sur-Richelieu, dans les secteurs Iberville et Saint-Luc, conservent leur horaire habituel.

CONTENEURS COLLECTIFS POUR LE CARTON

Les conteneurs collectifs installés à la Palestre Iberville et au parc René-Lévesque pour la récupération du carton seront retirés dès le début du mois de décembre. Les surplus de carton peuvent être apportés sans frais et sans limite aux écocentres, pendant les heures d'ouverture.

Pour tout renseignement supplémentaire, le site compo.qc.ca est une excellente source d'informations.

 **LeFlambeau**

est à la recherche d'une personne pouvant s'impliquer dans la recherche de commanditaires pour la prochaine saison.

Pour informations : Daniel 514 831-7885























INFORMAXIO

Aller de l'avant
en images et en créativité

Infographie
pour tous vos projets
d'impression et multimédias

Tracy Boulerice
tboulerice@informaxio.com
450 523-1742

Décembre 2021

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
		1  18 h 30 20 h 30	2	3 	4  10 h 30 12 h 00	5  Messe 9 h
6	7 	8  18 h 30 20 h 30	9	10	11  10 h 30 12 h 00	12
13	14  	15  18 h 30 20 h 30	16	17 	18  10 h 30 12 h 00	19  Messe 9 h
20	21 	22 Bibliothèque fermée	23	24  Messe 20 h 30	25 NOËL Bibliothèque fermée	26
27	28 	29 Bibliothèque fermée	30	31  Messe 18h 		
		 Déchets  Récupération  Compostage  Gros Rebus  Bibliothèque				



Carole Mercier
(514) 244-4749
 Courtier Immobilier Agrée
Un courtier de chez nous!



Vous voulez VENDRE

Pour vendre en toute confiance
 Pour obtenir le meilleur prix pour votre propriété
 Pour un service professionnel
 Pour être bien conseillé

Faites comme Maryse, Myriam, Francine, Alain, Réal, Huguette, Diane, Lucie, Yves, Emilie, Jeanne, Bernard...
 Contactez moi !



ESTIMATION DE LA VALEUR MARCHANDE GRATUITE
 sans obligations de votre part !



Campagne de financement du
Centre d'entraide régional d'Henryville



Vous ne pourrez résister à nos fameuses tourtières qui sont cuisinées avec amour. Elles sont en vente au prix de 10 \$, chacune. Elles seront congelées, la pâte non-cuite pour en faciliter la préparation chez-vous.

Au profit de la Guignolée !

Seulement 10 \$

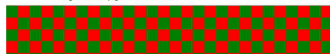


Centre d'entraide régional d'Henryville
791, rue St-Jean Baptiste
Henryville, Qc J0J 1E0

Commandez vos tourtières des fêtes dès maintenant 450 299-1117 !



Légende accompagnant l'illustration



INSCRIPTION DES PANIERS DE NOËL



Le centre d'Entraide Régional d'Henryville (CERH) avise la population de son territoire que la période **d'inscription se tiendra à partir de maintenant jusqu'au 18 décembre 2021 inclusivement pour les demandes de l'obtention d'un panier de Noël.**

Les inscriptions se feront du lundi au vendredi de 9 h 30 à 11 h 30 et de 13 h 30 à 15 h 30.

COVID-19 : Vous devez absolument nous téléphoner avant pour savoir quelle documentation vous devrez nous fournir. 450 299-1117
Toutes les demandes seront traitées confidentiellement.

Le Centre dessert les municipalités suivantes :
Henryville, Ste-Anne-de-Sabrevois, St-Sébastien,
St-Alexandre et Venise-en-Québec.



France Larocque, directrice générale

LES SABLES
SURPRENANT

520, rang Sainte-Marie, Saint-Alexandre
450 542-0717 • lessablenessurprenant@gmail.com

ENVIRO-SEPTIQUE, Q-2, r.22
(Requis pour le système TSA)

Sable filtrant
Sable MG-112 (classe A)
Sable de remplissage,
Terre végétale

Sable CG-14 - Sable à béton
Roches (provenant du tamisage)

Nos produits sont certifiés en laboratoire.
Parlez-en à votre conseiller en environnement.

Nathalie
Audette
450.741.1313

Professeur de piano, éveil musical,
arrangements musicaux, pianiste pour
accompagnement, musique d'ensemble,
corporatifs, événements, concerts.

n_audette@hotmail.com



CLUB DE L'ÂGE D'OR

par Lise Rousseau

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE:

Vous êtes convoqués à l'assemblée générale annuelle, qui aura lieu à la salle de l'âge d'Or au 108, rue St-Paul St-Alexandre.

Le Lundi 6 décembre 2021, à compter de 13 h 30

**Nous avons des postes à combler
VOUS ÊTES TOUS LES BIENVENUS**

ACTIVITÉS

Café-jasette

Mardi le 30 novembre, le 14 décembre 2021 à 13 h 30. Un café et des biscuits seront servis et des jeux pour agrémenter l'après-midi et la jasette. Vous êtes tous les bienvenus.

Informations: Gonnie Jetten 450-347-0174

Code QR requis.

Train-mexicain

Mercredi le 24 novembre et 8 décembre 2021 à 13 h 30. Vous êtes tous les bienvenus.

Informations: Denise Daudelin 450-346-407

Code Qr requis.

*Nous souhaitons à chacun de vous
un joyeux temps des Fêtes !*

Carte de membre :

Pour le renouvellement de votre carte Fadoq vous recevrez un avis par la poste, c'est à vous de faire parvenir le paiement et le renouvellement la Fadoq.

**Pour un nouveau membre contactez Lise Rousseau au 450 358-1029
Prix de la carte 25 \$ par an.**



CHIC BAZAR ALEXANDRIN

Vos dons sont acceptés

Le Chic Bazar du mois d'octobre a encore une fois été une réussite dont nous pouvons être fiers.

Cet événement est rendu possible grâce aux gens qui ont offert des dons d'articles auxquels nous avons redonné une deuxième vie ainsi qu'à tous les bénévoles qui travaillent d'arrache-pied tant à l'intérieur qu'à l'extérieur. Il en va de même avec le soutien de tous nos généreux commanditaires :

Éclairage Saran, Familiprix de Saint-Alexandre, Quincaillerie ACE, restaurant Les Petits Délices, Supermarché IGA Laplante d'Iberville, Traimex ainsi qu'un artisan de Saint-Alexandre. Il nous faut aussi souligner l'appui de la municipalité. Finalement vous, chers visiteurs, toujours aussi fidèles à venir faire des achats pour nous encourager. À vous tous mille fois merci!

Le prochain bazar se tiendra les 14 et 15 mai 2022 au presbytère de Saint-Alexandre. Si vous avez des articles en bon état dont vous voulez vous départir, n'oubliez pas de penser à nous.

Nous continuons d'accepter : articles de cuisine (vaisselle, petits appareils ménagers, verrerie...), jouets, livres, lingerie (couvertures, draps, douillettes...), petits meubles d'appoint, outils (brouettes, pelles...) et tout article de garage. Nous n'acceptons plus les vêtements et chaussures d'enfant et d'adulte. Pour toute question, veuillez communiquer avec Berthe Cadieux 450-346-5910, Lyne Bouthillette 579-362-3287 ou Christiane Mercier 450-346-4112.

Finalement, si faire du bénévolat avec nous vous intéresse, n'hésitez pas à communiquer avec nous.

Voici les gagnants du tirage :

Linda Babeux, Diane Choinière, Chantal Daudelin, Denise Daudelin, Nicole Desbiens (2), Christian Drapeau, Diane Dubé (2), Lise Duquette Roy, Linda Garnis, Carl Gosselin, Nicole Jodoin, Jessica Lagüe, Émilie Larochelle, Shirley Leblanc, Isabelle Leclerc, Monique Marcil, Lucie Mercier, Manon Michaud, André Ostiguy (2), Julie Paquette, Suzanne Roy (3), Yolande St-Amand, Maryse Vachon et Jade Voyer

On se donne rendez-vous au presbytère de Saint-Alexandre (447 rue Saint-Denis) le samedi 14 mai 2022 de 9h00 à 16h00 et dimanche 15 mai 2022 de 10h00 à 16h00. Au plaisir de vous y voir.

Que la paix et la joie de Noël vivent en vos cœurs pendant toute l'année.

*Joyeux Noël et Bonne Année
de toute l'équipe du Chic Bazar*

Berthe Cadieux.



LA FABRIQUE EN MARCHÉ

par Jacqueline C. Patenaude

SONT DEVENUS DISCIPLES DU CHRIST PAR LE BAPTÊME:
Théo Laporte, fils de Mathieu Laporte et Ariane Lagacé.

SONT RETOURNÉS À LA MAISON DU PÈRE:
Huguette Marcoux, 87 ans, veuve de Daniel Racicot et mère de Claire.

ONT ÉTÉ INHUMÉS AU CIMETIÈRE SAINT-ALEXANDRE:
Jeannine Gamache, 82 ans, veuve de Roger Duteau; Huguette Marcoux; Daniel Racicot, décédé en 2005, époux d'Huguette Marcoux et père de Claire; Germain Audette, 95 ans, veuf de Jeanne Laporte et frère de Daniel.

HORAIRE DE NOËL ET DU JOUR DE L'AN À SAINT-ALEXANDRE
24 décembre : Messe de la veille de Noël à 20h30.
31 décembre : Messe de la veille du Jour de l'An à 18h00.

ASSEMBLÉE DE FABRIQUE

Meilleurs vœux du temps des fêtes

Que la magie de Noël vous apporte joie et gaieté dans vos foyers. Qu'elle soit le prélude d'une nouvelle année, remplie de bonheur, de paix et de sérénité.



CHOU À LA CRÈME ET SA CRÈME PÂTISSIÈRE

CHOUX

- 2 tasses d'eau
- 1 tasse de beurre
- 2 tasses de farine
- 3 à 4 oeufs
- 1 c. à thé de sucre

1. Amener l'eau à ébullition avec le beurre et le sucre;
2. Retirer du feu et ajouter d'un seul coup la farine;
3. Remettre sur le feu et dessécher en remuant énergétiquement (doit donner une boule homogène);
4. Retirer du feu et laisser tempérer légèrement environ 20 minutes;
5. Ajouter un œuf à la fois, la pâte est prête lorsqu'elle fait un pic mou. (on met son doigt dans la pâte et le pic retombe légèrement);
6. Dresser votre pâte à l'aide d'une poche à pâtisserie et d'une douille unie sur une plaque à pâtisserie muni d'un papier parchemin. Cuire au four à 350 degrés environ 30 minutes. Le dessous doit être bien cuit mais pas brûlé.



CRÈME PÂTISSIÈRE

- 3 1/2 tasses de lait
- 6 onces de sucre
- 3 jaunes d'oeufs
- 5 c. à soupe de fécule
- 2 c. à soupe de beurre
- 1 c. à thé de vanille

1. Dans une casserole porter à ébullition le 3/4 du lait avec la moitié du sucre et la vanille;
2. Dans un bol mélanger la fécule avec le restant du sucre, incorporer les jaunes d'oeufs et bien mélanger;
3. Lorsque le lait bout ajouter un peu de ce lait dans le bol des jaunes d'oeufs et bien mélanger, verser doucement sur le lait bouillant;
4. Fouetter sans arrêt jusqu'à ce qu'elle recommence à bouillir, incorporer le beurre hors du feu et bien fouetter;
5. Déposer votre crème pâtissière dans un plat 13x9. Recouvrir d'une pellicule de plastique et laisser refroidir;
6. Lorsque vous voulez l'utiliser déposer votre crème pâtissière dans un bol du mélangeur et fouetter jusqu'à lisse.



NOTRE ENVIRONNEMENT

par Yves Barrette

Bonjour à vous,

Je vous annonce que je prends une pause d'écriture de la chronique.

Je veux bien intégrer mes nouvelles responsabilités alors je vais les prioriser et revenir à la chronique dès que je serais plus en selle.

Merci de votre compréhension et de l'ouverture du Flambeau pour la chronique

Merci aux lectrices et lecteurs !

Yves

**Affichez votre annonce
dans le journal local**

LeFlambeau

pour aussi peu que

25\$
par parution*

**sur contrat annuel*

AD-TECH ÉLECTRIQUE inc.

ENTREPRENEUR ÉLECTRICIEN
RÉSIDENTIEL - COMMERCIAL - AGRICOLE



Tél. (450) 347-2999

Antonio Di Pisa, Président

1818, rue St-Gérard, Saint-Alexandre (Québec) J0J 1S0
Télec.: (450) 347-8922 - Courriel: info@ad-tech.ca



À VOTRE SERVICE DEPUIS 1946

B. FRÉGEAU et Fils inc.

402, rue Saint-Denis
Saint-Alexandre

450 346.3487

DÉSAMIANTAGE
—
DÉCONSTRUCTION
—
DÉMOLITION

Nous avons des équipes spécialisées pour effectuer des travaux tels que **désamiantage, enlèvement de vermiculite, démolition et déconstruction sélective.**

Nous travaillons dans les secteurs résidentiels, institutionnels et commerciaux.

RBQ : 1470-9091-33

BFREGEAU.COM

Une succursale et un service offert près de chez vous

Qu'il soit question de relève, de croissance, d'achat d'équipement ou de quota, nos experts spécialisés en agriculture présents à Saint-Alexandre sont en mesure de comprendre vos besoins.

Agro-industrie Montérégie Ouest

- > Stéphane Danré, agr.
450 347-4022 | stephane.danre@bnc.ca
- > Marc Boulanger
450 347-4342 | marc.boulanger@bnc.ca

433A, rue Saint-Denis, Saint-Alexandre
450 346-3182 | Succursale.04432@bnc.ca

bnc.ca/agricole





Les équipements de ferme

Pierre Bouneau

514-444-3737

Achat et vente d'équipements agricoles



*Joyeuses Fêtes
et
Bonne Année
2021!*

104, INDUSTRIELLE ST-ALEXANDRE JOJ 1S0 TÉL : 450-346-9998

LES ÉQUIPEMENTS DE FERME
MIRO
DEPUIS 1979
INC



HONDA
MOTEURS



WALLENSTEIN



Pourquoi
se battre contre
vents et marées?
Appelez-nous !



 **DĒNEIGEMENT**
ALEX LAFLEUR

Résidentiel et commercial
Possibilité de contrat annuel
Estimation gratuite

Service rapide et courtois 24h/24 • 7jrs/7
Garantie de la propreté sur votre pelouse

514 269-6793

alex.lafleur79@gmail.com