

DANS LA COMMUNAUTÉ
SAINT-LOUIS EN IMAGES!

PAGE 3

DANS LA COMMUNAUTÉ
ARTISTES CITOYENS
RECHERCHÉS!

PAGE 5

SANTÉ
INVESTIR DANS LE FUTUR

PAGE 11

JOURNAL

la rochelle

Mensuel de Saint-Louis-de-France depuis 1978

Avril 2019 · Volume 41 · Numéro 3 · 3 958 copies

Dépôt légal - Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2018



MOT DU CONSEILLER

DES NOUVELLES DE VOTRE VILLE

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

Chers Citoyens Citoyennes,

Voici la lettre reçue du Ministère des Transports pour la demande d'abaisser la vitesse sur la rue Thibeau. Cette demande a été faite par M. Guy Plamondon, coordonnateur de la circulation et de la Direction du génie, Ville de Trois-Rivières.

Monsieur,

J'ai bien reçu la résolution CE-2018-0858 par laquelle la Ville demande au Ministère de prendre des mesures pour améliorer la sécurité routière sur la portion du boulevard Thibeau comprise entre le numéro d'immeuble 330 et le rang Saint-Alexis, notamment en abaissant la limite de vitesse à 50 km/h et en apportant des modifications à l'aménagement de la route.

Cette demande a été confiée à notre équipe en sécurité routière pour analyse. S'il y a lieu, une rencontre sera fixée afin de bien cerner la problématique vécue. Quoi qu'il en soit, nous vous tiendrons informé du développement du dossier.

Je vous prie d'agréer, Monsieur, l'expression de mes sentiments les meilleurs.

La directrice de la planification et de la
gestion des infrastructures,



Patricia Beaudry, ing.

c. c. M. François Désaulniers, chef par intérim des centres de services de la
Mauricie

VOS SERVICES



BIBLIOTHÈQUE LA FRANCIADE (HORAIRE DES FÊTES EN PAGE 9!)

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

Téléphone : 819 374-6419 | Services en ligne au www.biblio.catalogue.v3r.net

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



SERVICES DES PERMIS, INSPECTIONS EN ENVIRONNEMENT DIVISION GESTION DU TERRITOIRE

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

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

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



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

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

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

Téléphone : 819 378-8039 poste 4140 | Courriel : locationsalleloisirs@v3r.net

Lundi au vendredi de 8 h 30 à 12 h et 13 h 30 à 16 h 30

Restez branché sur la vie municipale - Consultez notre site web au www.v3r.net



SOCIÉTÉ DE GÉNÉALOGIE DU GRAND TROIS-RIVIÈRES

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

Téléphone : 819 376-2691 | Courriel : info@sggtr.com

Mardi de 9 h 30 à 16 h 15; Mercredi de 13 h à 21 h; Jeudi de 9 h 30 à 1; 6 h 15; Samedi de 13 h à 17 h



FRIPERIE SAINT-LOUIS

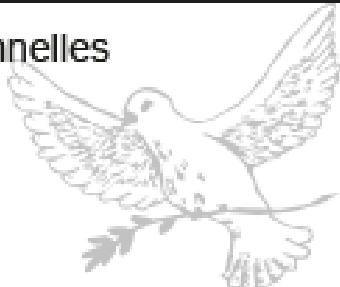
805, rue Louis-de-France, secteur Saint-Louis-de-France

Heures d'ouverture : les jeudis de 13 h à 16 h et de 18 h à 20 h

Résidence funéraire

André T. Béland inc.

- Funérailles traditionnelles
- Columbarium
- Préarrangements
- Inhumation
- Crémation



*À l'avant-garde de vos besoins
depuis 25 ans...*

2845, boul. Thibeau
Trois-Rivières

819 372-0407

Service 24 heures

Télécopieur : 819 538-3074

Domicile : 819 538-2653

181 rue Principale,
St-Narcisse
418-328-4142

58 rue du Pont,
St-Stanislas
418-328-3226

458 rue Principale,
St-Luc-de-Vincennes
819-295-3439

41 rue St-François,
St-Séverin
418-365-5090

DANS LA COMMUNAUTÉ EN IMAGES...



Élèves de l'École Louis de France lors de l'inauguration de la cuisine agro-alimentaire se préparant à manger



Inauguration de la nouvelle cuisine au service de garde de l'École-Louis-de-France. Mme Maryse Côté, directrice de l'école, Mme Sophie Cormier-Rondeau, chargé de projet, M. Brouillette Commissaire à la Commission Scolaire, M Michel Cormier, conseiller municipal.



Des bénévoles dans la cuisine agro-alimentaire
Mme Chantal Croteau bénévole, Mme Sophie Cormier-Rondeau, chargé de projet, Mme Alexandra Robert, bénévole.



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

Présidence
Amélie St-Pierre

Vice-présidence & distribution
Louis Hamel

Trésorerie
Patrice Audet

Correction des textes
Hélène Gamache

Montage
Jean-Sébastien Dubé

Vos textes sont les bienvenus!
Soumettez vos articles à chronique@journallarochelle.com.

Prochaine parution : 24 avril 2019
Date de tombée : 29 mars 2019

Vous désirez soutenir la publication de ce journal en vous affichant à l'intérieur de ces pages?
Informez-vous à publicite@journallarochelle.com.

DANS LA COMMUNAUTÉ

COMMUNAUTÉ PÈRE-FRÉDÉRIC-JANSSOONE TIRAGES DU COMITÉ DES DONATEURS

TIRAGE DU 10 MARS 2019

Prix de 50 \$: # 21 M Réjean Thiffeault ; # 247 L'abbé Louis Fecteau; # 275 M Lionel Courteau; # 291 M Pierre Désilets; # 293 Mario Bettez; # 372 M Denis Paquin; # 455 M Yves Trahan; # 503 Mme Suzanne Doucet

Prix de 100 \$: # 304 M André St-Aubin

Tel que mentionné sur vos billets de tirage, les prix doivent être réclamés au presbytère situé au 575, rue Guilbert, Trois-Rivières, G8T 1R9, tél : 819-379-0963, et ce, avant le 7 juin 2019.

Responsable du tirage : André Marchand

Licence # 427362-1 émise le 19-07-2018 par la Régie des loteries, des courses et des jeux.



COMEAU DUPONT
imprimeurs

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

3375, rue Girard, Suite E Trois-Rivières, QC G8Z 2M5



**PTIFRANÇAIS
DES JARDINS**



**Concours jeunesse pour les 3e à 6e année des écoles
Louis de France, Notre-Dame des Prairies et
Notre-Dame (Notre-Dame-du-Mont-Carmel).
Bonne chance à tous !**



M

Formulaires d'inscription disponibles aux écoles Louis-de-France, Notre-Dame des Prairies ainsi que Notre-Dame (Notre-Dame-du-Mont-Carmel). Si vous ne fréquentez pas ces écoles ; par téléphone en contactant un des 3 responsables.

X

Vous devez compléter et remettre le formulaire avant le 11 avril 2019 !

**Responsables : Yves Bérubé / 819-375-9954
Silvi Beaudoin / 819-374-0953 * Christine Campanozzi / 819-609-6698**

Samedi 13 avril : 8h45 à midi
Salle multifonctionnelle de St-Louis-de-France

** Apporte ton crayon & ton efface **



CLUB OPTIMISTE

LOTO-VOYAGE

Le 12 février dernier a eu lieu le second tirage des gagnants du concours loto-voyage 2019. Henry-Paul Côté et Jean Robert + Silvi Beaudoin ont reçu un crédit voyage d'une valeur de 1 600 \$. Denise Thellend, Mathieu, Yvon Morin, Lucie Cloutier ainsi que Luc Delisle ont remporté un montant de 150 \$. Félicitations aux gagnants. Les prochains tirages auront lieu les 12 mars, 9 avril et 14 mai. Notez que dans les jours suivant chacun des tirages, les noms des gagnants se retrouvent sur notre page officielle à l'adresse suivante :

www.facebook.com/optimiste.stlouisdefrance

CONCOURS OPTI-FRANÇAIS

Le 13^e concours de français pour les élèves de la 3^e, 4^e,

5^e et 6^e année, aura lieu à la salle multifonctionnelle le samedi 13 avril dès 8 h 45. Les formulaires d'inscription sont disponibles aux écoles Louis-de-France, Notre-Dame-des-Prairies et Notre-Dame (Notre-Dame-du-Mont-Carmel). Si vous ne fréquentez pas ces écoles vous devez contactez un des 3 responsables : Yves Bérubé : 819 375-9954, Silvi Beaudoin : 819 374-0953 ou Christine Campanozzi : 819 609-6698. Complétez et remettez le formulaire d'inscription avant le 11 avril.

GAGNANTS DES DERNIERS CONCOURS

Rendez-vous sur notre page officielle : www.facebook.com/optimiste.stlouisdefrance pour connaître les gagnants du concours Art de s'exprimer (20 mars) et du concours de mathématiques Opti-Math (23 mars)

PLACE AUX AINÉS ARTISTES-CITOYENS RECHERCHÉS

La Direction de la culture, des loisirs et de la vie communautaire de la Ville de Trois-Rivières est à la recherche d'artistes-citoyens de 55 ans et plus, habitant sur son territoire. L'inscription pour participer à la prochaine édition de Place aux aînés se déroule jusqu'au 26 avril.

Plusieurs disciplines peuvent être présentées, notamment le chant, la musique, l'humour, la poésie et la danse.

Dans une initiative de favoriser la participation citoyenne et le développement culturel de sa communauté, la Ville offre l'opportunité à ces artistes-citoyens de 55 ans et plus de partager leurs talents

sur une scène professionnelle, par le biais de son spectacle Place aux aînés, et ce, depuis plus de 20 ans.

COMMENT S'INSCRIRE?

Les citoyens peuvent remplir le formulaire en ligne ou communiquer avec Julien Godard au 819-372-4621, poste 4162 ou par courriel au jgodardav3r.net.

UN RÊVE INOUBLIABLE

En tant qu'artistes-citoyens, les participants auront la chance de performer sur la scène de la salle J.-Antonio-Thompson les 21 et 22 septembre prochain, devant un public toujours conquis et chaleureux.



DANS LA COMMUNAUTÉ

FRIPERIE SAINT-LOUIS

On se prépare au grand ménage du printemps?

Nous nous ferons alors un plaisir de recevoir ce dont vous n'avez plus besoin, et qui pourrait plaire à quelqu'un d'autre.

Aussi, vos dons de vêtements propres, jeux, livres, vaisselle, souliers, bottes, sacs à main, bibelots et/ou toutes autres choses encore utiles, sont une très belle occasion de donner au suivant. Deux bacs sont situés à l'extérieur du local, pour faciliter le dépôt des objets lorsque nous sommes fermés, ainsi que dans la remise tout près du presbytère de l'église Ste-Bernadette. Si vous prévoyez donner une grosse quantité de choses, vous pouvez nous contacter au 819 373-3057.

Le changement de saison est déjà fait à la friperie, venez vous préparer pour l'été!

Vous aimeriez vous joindre à notre dynamique équipe, vous pouvez nous joindre au même numéro de téléphone, ou bien à helene.gamache@videotron.ca

Merci pour votre fidélité! Toujours un plaisir de discuter avec vous.
Joyeux printemps, de la part de toute l'équipe!

Service de livraison
Commandes téléphoniques
acceptées

Fleuriste Cormier

2420 boul. Thibeau, Trois-Rivières
819-379-3459

Heures d'ouvertures
samedi 20 avril de 9 h à 17 h
dimanche 21 avril de 8 h à 17 h.

*Joyeuses Pâques à notre distinguée clientèle,
de toute l'équipe de Fleuriste Cormier.*

*Passez nous voir, nous avons un vaste
choix de plantes fleuries, fleurs et
arrangements spéciaux pour Pâques.*

Membre du réseau
Teleflora
distribution internationale

MasterCard  VISA



FADOQ SAINT-LOUIS-DE-FRANCE

Les élections du conseil d'administration auront lieu le mardi 16 avril, le même jour que notre dîner mensuel prévu à 11 h 30.

Au menu : Velouté de champignons, jambon à l'ananas, gâteau reine Élisabeth. Une personne des Résidences Duplessis viendra animer notre bingo après le repas. Pour réserver votre repas, contactez Madame Doris Guilbert 819 373-3033

Nouvelle activité pour les amateurs de danse et fans du groupe Sweet People. Samedi 18 mai à la salle la Franciade au 100 rue de la Mairie. Programme de la journée : Duo Jean et Christiane, 15 h : musique et danse, 17 h : souper jambon, repas complet, 19 h : spectacle, 21 h : musique et danse avec Yvon Pepin. Coût : 20 \$ incluant spectacle, souper et danse. Réservez tôt car les places sont limitées. Pour information : 819 376-6521 et 819 379-7409



À LA BIBLIOTHÈQUE

ATELIERS DE ROBOTIQUE (DE LA FRANCIADE)

28 avril 2019 de 9 h à 12 h

Avec Technoscience.

Sous forme de défis et de petites compétitions, ces ateliers sauront éveiller l'intérêt des jeunes au codage, à la construction et à la programmation de robots LEGO. 16 participants - 8 à 12 ans

HEURE DU CONTE EN PYJAMA (DE LA FRANCIADE)

Mercredi 10 avril 2019 à 18 h 30. 3 à 6 ans

CONTES ZEN (DE LA FRANCIADE)

Dimanche 7 avril 2019 à 9 h 30

Lecture de contes qui s'adressent aux enfants et leurs parents, durant lesquelles alternent postures de yoga, respiration et comptines. 2 à 5 ans



familiprix

Liste de prix *Services esthétiques*

NOS SOINS OFFERTS*

Facial

Soin express.....	30 \$
Soin du visage.....	50 \$
Soin dermabrasion.....	80 \$
Cure dermabrasion..... à l'achat de 5 traitements (400 \$) le 6 ^e est gratuit	

Maquillage

Maquillage.....	18 \$
Cours de maquillage.....	25 \$
Maquillage de bal (essai inclus).....	30 \$

Épilation

Sourcils.....	10 \$
Aisselles.....	12 \$
Aines.....	12 \$
Intégrale.....	22 \$
Demi-jambes.....	17 \$
Demi-jambes et cuisses.....	27 \$
Cuisses.....	17 \$
Lèvre supérieure.....	10 \$
Dos.....	prix variable

Manucure

Manucure de base.....	20 \$
Manucure gel.....	30 \$

Soins des pieds

Pédicure.....	30 \$
Pédicure gel.....	35 \$
Hygiène des pieds.....	44 \$

Corps

Massage à tête reposée.....	56 \$
Massage pieds et mains.....	50 \$
Soin du dos.....	55 \$
Soin des jambes.....	45 \$

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

**VENEZ RENCONTRER NOS
COSMÉTICIENNES
ET NOS
ESTHÉTICIENNES
POUR UNE ANALYSE DE PEAU
GRATUITE !**

Nouveau
service de
microdermabrasion



23282

HEURES D'OUVERTURE

LUNDI AU VENDREDI 9 H À 21 H

SAMEDI 9 H À 17 H

DIMANCHE 10 H À 17 H

SUIVEZ-NOUS:   
WWW.FAMILIPRIX.COM

EXCLUSIVEMENT CHEZ

Frédéric Dupéré et Andrée Gélinas

2800, boul. Thibeau, Trois-Rivières

819 378-0627



Service de
microdermabrasion



*Promotions**

Obtenez 1 soin dermabrasion pour **60\$**

ou

Obtenez 1 cure dermabrasion
de 6 soins pour **300\$**



*Durée limitée.
Valide jusqu'au 30 avril 2019.

23283

HEURES D'OUVERTURE

LUNDI AU VENDREDI 9 H À 21 H

SAMEDI 9 H À 17H

DIMANCHE 10H À 17H

SUIVEZ-NOUS:   
WWW.FAMILIPRIX.COM

EXCLUSIVEMENT CHEZ

Frédéric Dupéré et Andrée Gélinas

2800, boul. Thibeau, Trois-Rivières

819 378-0627

2019 - RÉOLUTIONS: 10 SOLUTIONS FACILES POUR RÉDUIRE VOTRE USAGE DE PLASTIQUE EN 2019.

D'après un article publié ce matin dans The Guardian, qui dit entre autre que "les pressions des consommateurs peuvent forcer le changement". Et ça, c'est nous. Alors voici:

Commencez à la maison. Faites un INVENTAIRE du plastique de ce que vous avez. Produits de douche, déodorants, liquides vaisselle, bouteilles de shampoing. Essayez de réduire en abandonnant le gel douche pour le savon et les cotons-tiges en plastique pour les recyclables; achetez du détergent liquide dans des bouteilles en plastique recyclé et trouvez un poste de remplissage pour les remplir. Des shampoings et du papier toilette dans des emballages recyclés sont également disponibles.

À l'échelle mondiale, un milliard de BROSSES À DENTS en plastique sont jetées chaque année, générant quelque 50 millions de livres de déchets. Essayez plutôt d'utiliser des brosses à dents en bambou qui ne prennent que six mois environ pour se biodégrader dans le sol lorsque vous devez remplacer votre brosse.

Ayez toujours en main des SACS réutilisables.

Essayez d'acheter en VRAC et de mettre des produits secs tels que le riz, les pâtes et lentilles dans des bocaux en verre pour éviter d'acheter des produits emballés dans du plastique.

Recyclez les vieux JOUETS en plastique pour enfants. Recherchez une ludothèque près de chez vous pour emprunter ou à faire un don. Et considérez les magasins de seconde-main lorsque vous recherchez des cadeaux.

Transportez une TASSE de café réutilisable; chaque jour, on jette des millions de tasses de café doublées de plastique.

Dites non aux USTENSILES en plastique. Trimblez toujours une fourchette avec vous ou utilisez une alternative compostable.

les PELLICULES PLASTIQUES pour la nourriture ne peuvent pas être recyclées. Le papier d'aluminium étant recyclable, utilisez plutôt du papier d'aluminium ou des boîtes, ou encore mieux des tissus enduits de cire d'abeille.

Utilisez un RASOIR électrique au lieu d'un rasoir en plastique jetable.

ÉCRIVEZ aux entreprises dont l'emballage est non recyclable en leur demandant d'envisager l'utilisation de matériaux moins destructeurs.

Voilà ce n'est pas sorcier, et vraiment accessible pour tout le monde. N'attendez surtout pas d'être parfaits, ou de faire 100% de zéro-déchet, vous pouvez tous faire partie de la solution, et ce DÈS MAINTENANT. Ensemble, on change le monde.



INVESTIR DANS UNE BONNE TECHNIQUE DE MARCHE REVIENT À BONIFIER VOTRE RÉGIME-RETRAITE

Martine LeBlanc M. Sc. Sciences de l'activité physique
www.flexyforme.com | 819 944-2260

Pour profiter pleinement de votre retraite, il vous faudra être en santé. Une bonne condition physique fait impérativement partie d'une bonne santé globale. Mais le temps ou la motivation manque trop souvent pour mener à bien un programme d'entraînement. Cela dit, le mois dernier sur mon site web, je dissertais sur la possibilité de se maintenir en forme sans faire d'exercice. Est-ce envisageable?

Mes adeptes FlexyForme le savent bien, je préconise une vigilance constante et un tonus salubre tout au long du quotidien. L'insignifiance de vos gestes peut se transformer en magnificence pour votre vieillesse.

La marche est sans contredit l'exercice par excellence qui n'en est pas un.

C'est-à-dire que la plupart des gens considèrent qu'ils font de l'exercice lorsqu'ils vont «prendre» une marche, négligeant ainsi TOUS les autres pas qu'ils effectuent le reste de la journée. Dommage. Car, nous avons avantage à maintenir un bon tonus à CHACUN de nos pas. Même si la vitesse n'est pas élevée, il demeure possible d'allonger notre silhouette, permettant ainsi à nos abdos et à nos fessiers de demeurer vigilants.

Analogiquement à la position assise, nous pouvons marcher en étant affalés.

La gravité gagne alors, et comprime votre région lombaire ou votre nuque. Vous vous fatiguez plus rapidement. Vos genoux ou vos hanches vous envoient des signaux de détresse...

Néanmoins, il ne s'agit pas simplement de se dire : désormais, je vais tenir mes abdos et serrer les fesses en marchant. En réalité, tout comme il n'est pas évident de se tenir le dos droit sans forcer inutilement, vous avez avantage à apprendre comment utiliser vos pieds, vos jambes et vos bras pour rendre votre démarche souple et harmonieuse. Tonique et bienfaitrice. Qui améliorera votre posture tout en soulageant votre dos, vos épaules, vos genoux et vos hanches!

Laissez-vous guider par une personne qualifiée qui saura vous apprendre à utiliser judicieusement vos

muscles, pour rendre votre démarche efficace à chacun de vos pas.

Ce mini entraînement en mode continu tout au long de la journée sera payant au fil des années.

C'est tellement beau de voir une personne de 80 ans marcher encore d'un pas alerte avec une posture droite. Mais ça se travaille! Alors, mettez toutes les chances de votre côté, et inscrivez-vous à la session de FlexyMarche. Au plaisir de FlexyMarcher avec vous!



Cours de FlexyMarche

LIEU : Parc Terre des Loisirs, Saint-Louis-de-France

DATE : 29 avril au 21 juin (8 semaines)

HORAIRE : Lundi 17h ou vendredi 10h30

COÛT : \$70 jusqu'au 12 avril (\$80 après le 12 avril)

819 944-2260 – www.flexyforme.com



CENTRE DENTAIRE
SYLVIE BEAUCLAIR
Santé • Esthétique

BIENVENUE AUX
NOUVEAUX PATIENTS !



SANTÉ
DENTAIRE



DENTISTERIE
ESTHÉTIQUE



ORTHODONTIE
INVISIBLE



IMPLANTOLOGIE

UNE ÉQUIPE
QUI AIME
VOUS FAIRE
SOURIRE



2800, boul. Thibeau
Trois-Rivières G8T 1G2

Téléphone : 819 378-8888
centredentairesylviebeauclair.com

« Faites de votre visite chez le dentiste,
un moment de plaisir... ».

