

Semaine de relâche  
**Cuisine, cinéma et plein air  
pour vous divertir !**

Détails page 5



ÉCHO DES LOISIRS  
**Le Camp de jour  
recrute !**  
page 7

ÉCHO DE LA MUNICIPALITÉ  
**Soumissions  
demandées**  
page 9

LA FABRIQUE EN MARCHÉ  
**Campagne de  
financement pour  
le chauffage** page 15

## L'équipe du journal

Martine Giguère, Yves Mallette  
et Monique Méthé : **Correction**  
Francine Palin : **Publicités**  
Sylvianne Jacques : **Petites annonces**  
Madame Gâteau : **Rubrique cuisine**  
Georges Ménard : **Photographe**  
Frédéric Fournier : **Mise en page et infographie**  
Martin Galipeau : **Relationniste**

## Tarification

### Publicités

Format	Mensuel	Annuel (10 parutions)
Carte professionnelle	20\$	150\$
Quart de page	30\$	175\$
Demi-page	50\$	300\$
1 page	80\$	500\$
Dernière page	90\$	600\$

### Petites annonces

Gratuites pour les moins de 18 ans  
4\$ : 50 mots et moins

## Échéancier pour le mois de mars

Le mercredi 7 mars 2018, 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

Date de parution : Semaine du 19 mars 2018.

## ESPACE MAMAN VEUT CONNAÎTRE VOS BESOINS !

Depuis l'automne dernier, un groupe de mamans de Saint-Alexandre s'est rassemblé dans le but d'organiser des activités pour les familles, dont les mamans à la maison. Afin de créer des activités qui plairont aux parents et aux enfants, elles souhaitent sonder la population par le biais d'un questionnaire en ligne.



Ce questionnaire s'adresse particulièrement aux familles de Saint-Alexandre ayant des enfants de 0 à 5 ans et vise à connaître les besoins et intérêts face à certaines activités qu'elles aimeraient mettre

en place. Le questionnaire doit être rempli avant le 28 février, il comporte 16 questions et prend environ 5 minutes à remplir. Le questionnaire est accessible depuis le site Internet municipal à l'adresse suivante : [www.saint-alexandre.ca/espace-maman](http://www.saint-alexandre.ca/espace-maman).

Vous avez des idées ? Envie de bouger ?

Contactez-nous !

[loisirs@saint-alexandre.ca](mailto:loisirs@saint-alexandre.ca)  
[www.facebook.com/AsLoSA](https://www.facebook.com/AsLoSA)

## Sommaire

Écho des loisirs	pages 2 à 7
Écho de la Municipalité	page 9
Des nouvelles de l'école	page 12
À la bibliothèque	page 13
La Fabrique en marche	page 15
Le Club de l'Âge d'or	page 15
Communiqués	pages 15 à 17

**GARAGE CLÉMENT TAILLEFER INC.**  
MÉCANIQUE GÉNÉRALE • INJECTION ÉLECTRONIQUE • ABS • HOT ROD

488, St-Denis, St-Alexandre  
**450 357-9757**

## EN RAPPEL

### Découvrez des humoristes de la relève gratuitement

Les municipalités rurales du Haut-Richelieu ont le plaisir de vous offrir une série de spectacles d'humour avec différents humoristes de la relève. Le public est invité à participer à tous les spectacles, non seulement celui de leur municipalité. Cette série de spectacles est réalisée grâce à l'entente tripartite de développement culturel du Haut-Richelieu.

Saint-Alexandre a eu le bonheur de recevoir Marko Métivier le vendredi 2 février dernier, avec ses histoires comiques de la vie quotidienne et ses anecdotes, le tout accompagné de mimiques et une présence chaleureuse sur scène. Ce fut une magnifique soirée!

#### Prochaines dates

- Vendredi 23 février : Mélanie Ghanimé à Sainte-Brigide d'Iberville
- Dimanche 25 février : Reda Saoui au Centre d'arts de Sabrevois
- Samedi 3 mars : Marko Métivier à Venise-en-Québec
- Vendredi 9 mars : Derrick Frenette à Saint-Paul-de-l'Île-aux-Noix
- Vendredi 16 mars : Sébastien Haché à Saint-Blaise

Certaines municipalités demandent de réserver vos places. Pour tous les détails, visitez le [www.saint-alexandre.ca](http://www.saint-alexandre.ca). En espérant que vous passiez un drôle d'hiver !

### L'exposition de photos Zoom sur mon patrimoine à Saint-Alexandre

Profitez de la tournée régionale pour admirer une sélection des meilleurs clichés du concours photographique Zoom sur mon patrimoine, une initiative du Musée du Haut-Richelieu, Art[o], Action Art actuel et la Ville de Saint-Jean-sur-Richelieu.

Pour cette dixième édition, la thématique retenue était 10 ans – 10 lieux. Les photographes devaient immortaliser un des dix lieux à l'honneur pour souligner les dix ans de l'événement. Les dix lieux, répartis sur le territoire du Haut-Richelieu, étaient les suivants : la maison natale Honoré-Mercier, la place Feller, l'ancienne gare de Lacolle, l'église d'Odelltown, l'église Saint-Georges, le caveau funéraire de la famille de Sir John Johnson, Trinity Church, la maison Joseph-Roy, le four à pain Dupuis et le pavillon Les Forges du Collège militaire royal.

La salle du conseil de l'hôtel de ville de Saint-Alexandre accueillera l'exposition itinérante du 6 mars au 5 avril, elle pourra être visitée aux heures d'ouverture du bureau municipal.

### Un atelier pour célébrer l'arrivée du printemps

Plonger les mains dans la terre et prendre un moment de détente pour soi, voilà ce que vous offre la styliste florale Mélanie Moreau avec l'atelier de confection d'un terrarium. Vous y apprendrez la méthode de fabrication et d'entretien d'un terrarium avec une styliste florale d'expérience. Mélanie souhaite montrer l'art de prendre soin des plantes tout en prenant soin de soi-même... une belle occasion à ne pas manquer !

L'atelier aura lieu le mercredi 21 mars, de 19 h 30 à 21 heures au Pavillon des loisirs. Tout le matériel (vase, pierres, plantes, terreau, etc.) est fourni. La date limite d'inscription est le 13 mars et le coût est de 52\$. Pour plus de détails, visitez [www.saint-alexandre.ca/cours-et-activites/](http://www.saint-alexandre.ca/cours-et-activites/).

ODILE GAUVIN, coordonnatrice

Loisirs, culture et communications

ogauvin@saint-alexandre.ca • 450-346-6641, poste 5

## ACTIVITÉS LIBRES TERRAIN DES LOISIRS

### PATINOIRES

Pratique libre en fonction de l'horaire d'ouverture et des conditions météorologiques.

### GLISSADE

Pratique libre en tout temps selon les conditions météorologiques.

**Le prêt de tubes est offert les samedis et dimanches, de 10 h 30 à 16 heures.**

## ACTIVITÉS LIBRES GYMNASSE DE L'ÉCOLE

**LES ÉQUIPES SONT COMPOSÉES SUR PLACE. BIENVENUE AUX NOUVEAUX JOUEURS !**

### MULTISPORTS

**Jeudi de 19 h à 20 h - Gymnase de l'école**

6 à 12 ans

1\$ par enfant par participation, aucune inscription nécessaire.

Les parents sont invités à bouger et participer gratuitement avec leur enfant.

**L'activité se termine maintenant à 20 h !**

### BADMINTON

**Mardi de 19 h 30 à 21 h 30 - Gymnase de l'école**

16 ans et plus

La participation est gratuite, aucune inscription nécessaire.

**L'équipe de l'activité Multisports recherche des parents bénévoles intéressés à partager, une semaine sur deux, l'animation de l'activité destinée aux enfants de 6 à 12 ans. Intéressés ? Contactez la coordonnatrice des loisirs au 450 346-6641, poste 5.**

## 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](mailto:info@ad-tech.ca)

**TECHNIQUE DE HAUTE PERFORMANCE**



**DISCIPLINE OLYMPIQUE**

# TAEKWONDO 2000

**CENTRE RÉCRÉATIF**  
110, rue Grégoire  
Henryville (Québec) JoJ 1E0  
Tél. : 450 294-2444



HORAIRE

LUNDI      MERCREDI      SAMEDI

☉ Juniors 18h30 à 19h30    19h45 à 20h45    10h00 à 11h00  
☉ Séniors 19h45 à 20h45    19h45 à 20h45    11h15 à 12h15

TARIFS JUNIORS

<u>Durée</u>	<u>Avant tx</u>	<u>Tx incluses</u>
3 mois.....	95,00.....	109,20\$
6 mois.....	165,00.....	189,70\$
12 mois.....	320,00.....	367,90\$

TARIFS SÉNIORS

<u>Durée</u>	<u>Avant tx</u>	<u>Tx incluses</u>
3 mois.....	120,00.....	138,00\$
6 mois.....	200,00.....	229,95\$
12 mois.....	370,00.....	425,40\$

**COUR D'ESSAI GRATUIT!**



Instructeur Audrey DuBois, 4<sup>e</sup> Dan  
Maître Rejean Aumont, 6<sup>e</sup> Dan

# B Frégeau

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**

## Programmation de la relâche scolaire

### ATELIER DE CUISINE : CUISINE INTERGÉNÉRATIONNELLE

**Mardi 6 mars, de 9 h à midi**

Venez cuisiner un délicieux repas complet composé de recettes aussi bien classiques que modernes. Pour tous les membres de la famille, du poupon à l'aîné ! L'atelier est offert par le Centre de femmes du Haut-Richelieu. L'inscription, au coût de 10\$ par famille, est obligatoire. Informations : 450 346-0662

### CINÉMA DE LA RELÂCHE

**Vendredi 9 mars à 19 heures au Pavillon des loisirs**

L'Association des loisirs de Saint-Alexandre vous invite à la projection sur grand écran d'un film destiné à un jeune public. Surveillez la page **Facebook/AsloSA** pour découvrir le titre du film. Du plaisir assuré avec le meilleur maïs soufflé des environs !

### PRÊT DE TUBES À LA GLISSADE

Offert à tous les jours\*

### PATINOIRE

Horaire du samedi à tous les jours du 5 au 9 mars \*

\*Si les conditions météo le permettent

Pour plus de détails, consultez le site Internet municipal :

[www.saint-alexandre.ca](http://www.saint-alexandre.ca)



# Les petits délices

**SURVEILLEZ NOS SPÉCIAUX EN LIGNE !**  
[facebook.com/RestoLesPetitsDelices](https://facebook.com/RestoLesPetitsDelices)  
**438 498-3354**

## COMBOS

Tous nos combos sont servis avec choix de frites, soupe ou salade

1	2 HOT-DOGS	7,50
2	1 HAMBURGER	8,00
3	2 POGOS	8,00
4	6 CROQUETTES	7,50
5	SOUS-MARIN «TI-BO»	11,00
6	WRAP AU POULET	11,00

## EXTRAS

Rondelles	+ 1,00
Poutine	+ 3,00
Bouteille (boisson gazeuse ou jus)	+ 1,00

## CASSE-CROÛTES

Hot dog	vapeur 1,75	rôti 2,00
Guédille rôti ou vapeur		2,00
Guédille au poulet		2,00
Croquettes	(6) 4,00	(12) 7,50
Michigan rôti ou vapeur		3,50
Pogo		2,50
Rondelles d'oignon		3,75
Hamburger 100% boeuf		4,50
Cheeseburger 100% boeuf	5,00	avec bacon 5,75
Burger poulet (pané)		5,00
Club sandwich	12,00	pour deux 15,00
Hot chicken		10,00
Hamburger steak (avec oignons frits)		9,00
Hot burger		10,00
Wrap poulet		8,00
Poulet viande blanche, salade, tomates, bacon, légumes, vinaigrette ranch		
Sous-marin 7po		8,00
Steak, pepperoni, salade, tomates, piments, oignons, champignons		
Choix de vinaigrette : ranch, française, catalina, italienne		

## DÉJEUNERS

Toutes nos assiettes sont servies avec patates, rôties, tomates, café ou jus

1 œuf	4,50
2 œufs	5,50
1 œuf + bacon ou saucisse	6,00
2 œufs + bacon ou saucisse	7,00
3 œufs + bacon ou saucisse	8,00
3 œufs + 2 viandes	9,50
Extra viande (bacon/saucisse) 1,50	
Club déjeuner + café	12,00
Rôties + café	4,00
Rôties + fromage + café	4,75
Grilled cheese	4,00
avec bacon	4,75
La spécialité du chef « Le Skillet »	10,00

## POUTINES

	Mini 16oz	Petite 7po	Moyenne 8po	Familliale 9po
Régulière	6,00	8,00	10,00	12,00
Poutine du chef		12,00	14,00	
Boeuf haché, saucisses, chou				

## EXTRAS

<b>Viande</b>	1,75	2,25	2,75	3,75
Steak haché, bacon, poulet blanc ou pané, saucisses				
<b>Fromage</b>	2,00	2,50	3,00	4,25

## PATATES

Mini	3,00	extra sauce + 0,75
Petite	4,00	extra sauce + 1,00
Moyenne	5,25	extra sauce + 1,25
Grande	6,50	extra sauce + 1,50
Bol de sauce	petit 2,75	gros 4,50

## PIZZAS

	Petite 12po 4 pointes	Moyenne 14po 6 pointes	Grande 16po 8 pointes
<b>NATURE</b> Fromage, sauce	14,00	17,00	20,00
<b>CLASSIQUE</b> Pepperoni, fromage, sauce	14,00	17,00	20,00
<b>TOUTE GARNIE</b> Piments, champignons, oignons au choix, pepperoni, fromage et sauce	14,00	17,00	20,00
<b>VÉGÉTARIENNE</b> Champignons, oignons au choix, piments, olives noires, tomates et sauce	14,00	17,00	20,00
<b>ST-ALEX</b> Champignons, piments, steak haché, oignons au choix, olives au choix, fromage, pepperoni, sauce spaghetti	17,00	21,00	25,00
<b>TI-LUC</b> Champignons, oignons, tomates, piments, fromage, pepperoni, sauce, poulet viande blanche	17,00	21,00	25,00
<b>HAWAÏENNE</b> Jambon, ananas, fromage, sauce	14,00	17,00	20,00
<b>KO</b> Piments, oignons, champignons, bacon, steak haché, sauce, croûte farcie	20,75	24,75	30,00

## EXTRAS

<b>Viande</b>	3,25	3,75	4,75
Steak haché, bacon, poulet pané, poulet viande blanche, jambon			
<b>Fromage</b>	3,50	4,00	5,25
<b>Croûte farcie</b> Avec fromage en grain	3,50	4,00	5,25
<b>Sauce spaghetti maison</b>	2,25	3,25	4,00

## SANDWICHES & PLUS

Sandwich aux œufs	4,00	
Sandwich au poulet	5,00	
Sandwich aux tomates	4,00	
Extra bacon	0,75	
Extra fromage	0,50	
Soupe	petite 2,50	grosse 4,00
Salade	petite 2,50	grosse 7,00
Légumes, fromage, vinaigrette italienne		
Grosse salade avec viande		9,00
Poulet, boeuf haché		
Bol de chou	petit 2,75	gros 4,50

## BREUVAGES

Canette (boisson gazeuse/jus)	1,50
Bouteille (boisson gazeuse/jus)	2,50
Café	2,00
Eau	1,00

### MENU DU JOUR

Soupe ou salade  
Repas  
Choix du chef  
Breuvage 355 ml

Avec dessert pour 2<sup>e</sup> de plus

10\$  
+tx

Disponible en salle à manger seulement.

### SPÉCIAL PIZZA

DU LUNDI AU JEUDI

2 moyennes 14po  
+ 1 moyenne frite

29.95\$  
+tx



## Le camp de jour Alextra recrute !

### Chef de camp

#### Principales tâches

Gérer les opérations quotidiennes, superviser le personnel d'animation et veiller au bon déroulement du camp.

#### Qualifications requises

- Être âgé de 18 ans ou plus au début du camp
- Avoir au moins deux ans d'expérience en animation
- Être aux études à temps plein au printemps et à l'automne 2018

#### Conditions de travail

- Salaire selon expérience
- 40 h / semaine

### Accompagnateur/trice

#### Principale tâche

Accompagner un ou des enfants à besoins particuliers (handicap, TED, TDAH, etc.) pour faciliter leur intégration au camp de jour.

#### Qualifications requises

- Être âgé de 16 ans ou plus au début du camp
- Être aux études à temps plein au printemps et à l'automne 2018
- Avoir de l'expérience avec les enfants ayant des besoins particuliers

#### Conditions de travail

- Salaire selon expérience
- 40 h / semaine

### Animateur/trice

#### Principales tâches

Planifier, réaliser et animer des activités adaptées à un groupe d'enfants.

#### Qualifications requises

- Être âgé de 16 ans ou plus au début du camp
- Être aux études à temps plein au printemps et à l'automne 2018

#### Conditions de travail

- Salaire selon expérience
- 40 h / semaine

### Aide-animateur/trice

#### Principale tâche

Aider les animateurs dans la gestion du groupe.

#### Qualifications requises

- Être âgé de 15 ans ou plus au début du camp
- Aimer jouer avec les enfants

#### Conditions de travail

- Poste bénévole
- Entre 13 et 35 heures par semaine, selon disponibilité du candidat

### Intéressé/e?

Envoie ton curriculum vitae et une lettre de motivation en indiquant le titre du poste convoité à

[loisirs@saint-alexandre.ca](mailto:loisirs@saint-alexandre.ca)

**Au plus tard le 12 mars**

### Camp de jour

du 25 juin au 11 août

### Pré-camp

Des rencontres d'équipe auront lieu dès le mois de mai, en soirée. Les journées de formation auront lieu en **juin, de soir et de fin de semaine**. Ces rencontres et formations sont obligatoires.



*Carole Mercier*  
 Courtier Immobilier Agrée  
 514-244-4749  
 cmercier@accesimmobilierplus.com



*Francine Choinière*  
 Courtier Immobilier  
 450-542-1363  
 fchoinière@accesimmobilierplus.com

*Vous voulez vendre votre propriété ?*

*Offrez un vous un service professionnel*

*Mise en marché efficace de votre propriété*

Publicité\*\*Internet\*\*Service Inter-agence\*\*Mise en valeur de votre propriété  
 (home staging) et encore plus...

**VENDU**

Pour une estimation de la valeur de votre propriété!

GRATUITEMENT

Vous voulez recevoir le guide du vendeur ou le guide de l'acheteur

Contactez nous!

**VENDU**

## BANQUE NATIONALE



*Nos solutions d'affaires sont  
 orientées vers les producteurs*

## La Banque Nationale présente dans le domaine agricole à St-Alexandre

- Une succursale et un service offert près de chez vous, à St-Alexandre
- Une ligne d'affaires dédiée au secteur agricole
- Nos solutions bancaires adaptées à votre entreprise agricole

### Nous contacter :

*Votre succursale*

**(450) 346-3182**

ou

succursale.04432@bnc.ca

*L'équipe agricole*

**(450) 347-4022**

stephane.danre@bnc.ca



### PROCHAINE SÉANCE DU CONSEIL MUNICIPAL

La prochaine séance ordinaire du conseil municipal aura lieu le lundi 5 mars 2018 à 20 heures, à l'hôtel de ville situé au 453 rue Saint-Denis.

### PAIEMENT DES TAXES MUNICIPALES

Lundi 19 février : date limite du premier versement.

### TRAVAUX DE CONSTRUCTION OU DE RÉNOVATION EN VUE... DEMANDEZ VOTRE PERMIS !

Vous prévoyez des travaux sur votre propriété tels que : construction, transformation, agrandissement ou addition de bâtiments, réparation ou démolition d'une construction, installation d'une piscine, d'une haie, d'une clôture ou d'un muret, installation d'un système de traitement des eaux usées et d'alimentation en eau potable, travaux de remblai ou déblai, aménagement d'un stationnement, etc.?

Il est important de se renseigner au sujet des permis ou certificats à obtenir avant d'entreprendre les travaux pour s'assurer de leur conformité et du respect des normes en vigueur. Vous éviterez ainsi de devoir recommencer vos travaux si tel n'est pas le cas.

Les permis et certificats sont délivrés par l'inspectrice municipale, sur rendez-vous. Elle a 30 jours pour analyser la demande après avoir reçu les plans ; ce délai doit donc faire partie du calendrier de réalisation de vos projets. La tarification varie selon le type de permis demandé et peut être sujette à changement sans préavis. Conservez votre permis ou certificat une fois les travaux terminés, un tel document pourrait vous être demandé lors de la vente de votre propriété.

Pour savoir si vos travaux nécessitent un permis ou un certificat, ou pour connaître la tarification en vigueur, adressez-vous à l'inspectrice municipale au 450 346-6641, poste 4 ou inspectrice@saint-alexandre.ca .

## SOUSSIONS DEMANDÉES

La Municipalité de Saint-Alexandre demande des soumissions pour la vente d'un coffre-fort. Le coffre-fort est vendu tel que vu et sans aucune garantie. Les caractéristiques et photos de l'article sont affichées sur le site Internet municipal.

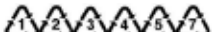
Pour plus de détails, visitez le [www.saint-alexandre.ca](http://www.saint-alexandre.ca) ou contactez Louise Nadeau au 450 346-6641, poste 4.



## COMMUNIQUÉ

### QU'EST-CE QUI VA DANS LE BAC DE RECYCLAGE?

**Papier et carton** : Journaux, circulaires, revues. Feuilles, enveloppes et sacs de papier. Livres et annuaires téléphoniques. Rouleaux de carton. Boîtes de carton. Boîtes d'œufs. Cartons de lait et de jus. Contenants de type Tetra Pak.

**Plastique** : Sacs et pellicules d'emballage. Bouteilles, contenants et emballages de produits alimentaires, de boissons, de cosmétiques, de produits d'hygiène personnelle et d'entretien ménager identifiés par un de ces symboles : 

**Verre** : Bouteilles et pots, peu importe la couleur.

**Métal** : Papier et contenants d'aluminium. Bouteilles et canettes d'aluminium. Boîtes de conserve. Bouchons et couvercles.

#### Consignes

- Bien rincer les contenants et les sacs en plastique.
- Retirer les circulaires et les coupons de caisse des sacs en plastique.
- Sacs et pellicules plastiques souples : vider, rassembler et compresser dans un même sac puis fermer d'un nœud.
- Séparer les divers types d'emballages d'un même produit (par exemple, le sac de plastique d'une boîte de céréales.

PAGE FACEBOOK

Suivez Compo-Haut-Richelieu inc. sur Facebook! Vous pourrez y suivre nos activités, nos collectes spéciales et des rappels concernant les collectes.

**Pour plus d'information concernant la collecte sélective, la collecte d'ordures ménagères, les écocentres ou autres, les citoyens sont invités à communiquer avec le bureau administratif au 450 347-0299 (poste 21), à [info@compo.qc.ca](mailto:info@compo.qc.ca) ou à visiter le site Internet [www.compo.qc.ca](http://www.compo.qc.ca).**



Thoinière  
& Morin  
Inc.

Épandage de fumier liquide et solide  
Épandage de chaux

### AUSSI DISPONIBLE

- TRANSPORT DE TERRE
- TRANSPORT DE PIERRE
- TRANSPORT DE SABLE

105 St-Charles, St-Alexandre  
450 347-7826

# CHRONIQUE SANTÉ PHARMACEUTIQUE



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!

Cette semaine, nous parlerons du traitement de la peau sèche. La peau représente l'organe le plus étendu et le plus lourd de notre corps. Plusieurs grands rôles lui sont attribués :

- Y tatouer le prénom de son amoureuse dans un cœur;
- Isoler le corps (telle une mousse de polyuréthane) pour maintenir la température et prévenir les pertes de chaleur et d'eau;
- Protéger les organes contre les agressions extérieures (soleil, allergènes, polluants, infections);
- Fabriquer de la vitamine D;
- Percevoir le toucher, la douleur, etc.;
- Accueillir les racines de nos poils et cheveux.

Comme le chantait Julie Masse, quand la peau est sèche, ça peut vraiment faire mal comme des petits coups de couteaux. Les symptômes suivants peuvent apparaître :

- Démangeaisons;
- Toucher rrapeux et rèche;
- Manque de souplesse, perte d'élasticité;
- Inconfort et rougeurs.

De plus, d'autres problèmes de peau peuvent être plus difficiles à traiter ou à contrôler lorsqu'il y a sécheresse. Pensons seulement à un eczéma, un psoriasis, un urticaire ou à l'acné. Le pot aux roses expliquant ce phénomène: une barrière cutanée altérée sera moins efficace à remplir sa mission! Elle sera irritée plus facilement par les allergènes, les polluants et les agents infectieux. Son rôle d'isolant sera moins efficace et la peau laisse s'échapper plus d'eau! On imagine rapidement un cercle vicieux de sécheresse s'installer si aucune mesure n'est prise afin de sauver sa peau!

Tout d'abord, afin d'éviter que ça vous coûte la peau des fesses en produits hydratants, vous pouvez tenter les mesures suivantes :

- Se protéger adéquatement du froid et du vent;
- Boire beaucoup d'eau;
- Éviter les boissons qui peuvent vous déshydrater (café, alcool, thé);
- Cesser de fumer;
- Maintenir un bon taux d'humidité dans votre environnement;
- Éviter les cabinets de bronzage, bien se protéger du soleil;
- Avoir une alimentation riche en Omega-3;
- Éviter les interminables bains ou douches avec de l'eau trop chaude (durée de 2 chansons maximum);
- Se sécher en se tapotant avec la serviette (et non en frottant);

- Éviter de porter des vêtements humides de façon prolongée;
- Bien se démaquiller (avec des produits doux tels que des eaux micellaires).

Certains médicaments peuvent, par ailleurs, assécher votre peau. Si vous croyez que c'est votre cas, passez nous voir pour en discuter avec nous.

Évidemment, en compagnie de toutes ces précautions, nous aurons le réflexe de vouloir réparer les peaux cassées. Comme le chantait amoureusement Frank Sinatra en tournant autour de son pot de crème: *I got you all over my skin.*

Pour sa part, Cléopâtre avait réussi, grâce à sa méthode révolutionnaire utilisant le lait caillé, à se hisser en tête du marché mondial des cosmétiques. Grâce à sa peau merveilleuse, Astérix le gaulois était en grande admiration devant elle malgré l'odeur de fromage qui la suivait partout. Cette façon de faire a par contre été abandonnée au fil des ans.

De nos jours l'hydratant idéal aurait plutôt les caractéristiques suivantes:

- Bien toléré même par une peau sensible;
- Peu d'ingrédients inactifs (parfums, agents de conservation ou de stabilité);
- Non-comédogène (ne favorise pas l'acné);
- Agréable d'utilisation, ne colle pas aux vêtements, rapidement absorbé: il vous faudra l'utiliser 2 à 3 fois par jour pendant au minimum quelques jours: aussi bien que ce soit plaisant!;
- Effet barrière (ne laisse pas l'eau s'échapper).

Le but recherché en appliquant un hydratant est de faire peau neuve. Dans les premières minutes qui suivent le bain ou la douche, la peau est très réceptive

à se faire hydrater. Il s'agit du moment le plus efficace pour appliquer l'hydratant choisi afin de maximiser l'effet barrière. Les hommes des cavernes avaient par exemple compris qu'en se couvrant coquettement de pelures de bananes, on pouvait ainsi reproduire une couche supplémentaire de protection pour remplacer la peau défectueuse. Étant donné le prix actuel de la banane dans les marchés boursiers et les risques de mauvaise chute qui sont associés à son utilisation, rares sont ceux, qui de nos jours, utilisent encore cette technique.

### Controverse

Certains composants hydratants se sont vus attribuer, au fil des ans, une mauvaise réputation (perturbateurs endocriniens, cancérigènes, nuisent à la croissance, etc.) et c'est difficile de tout démêler. Santé Canada va au besoin retirer du marché les ingrédients fautifs lorsque la preuve scientifique fait la démonstration d'une problématique potentielle.

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 pour davantage de questions ou pour nous suggérer un sujet pour une prochaine chronique! S'il y a un membre du gouvernement qui vous réclame des «peaux de vin», nous ne pourrons pas faire grand chose pour vous mais pour vous conseiller sur la prévention et le traitement de la peau sèche, 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



# INSCRIPTION

## ANNÉE SCOLAIRE 2018-2019

### 19 AU 23 FÉVRIER 2018

## NOUVEL ÉLÈVE

**Passe-Partout,  
maternelle,  
primaire et  
secondaire**

En personne à  
l'école de secteur



**De 9 h à 11 h et de 13 h à 15 h**

Certaines écoles seront ouvertes en soirée.

Pour l'horaire, visitez le [www.csdhr.qc.ca/inscription](http://www.csdhr.qc.ca/inscription).

## Documents requis

**L'original (grand format) de l'acte de naissance**  
de l'enfant portant le nom des parents.

**Une preuve de résidence** des parents  
(compte de taxe scolaire ou municipale,  
document officiel du gouvernement, etc.).

## ÉLÈVE FRÉQUENTANT PRÉSENTEMENT UNE ÉCOLE DE LA CSDHR

En ligne

Surveillez vos communications  
en provenance de l'école.

### Déjà inscrit à Passe-Partout, à la maternelle et au primaire

Inscription du 19 au 23 février.

### Secondaire **nouveau**

Inscription et choix de cours du  
19 février au 16 mars inclusivement.

### Service de garde **nouveau**

Inscription à la mi-mars.

## Important

Pour procéder à l'inscription en ligne,  
le parent doit être inscrit à Mozaïk Portail Parents.

### Programme Passe-Partout

Service gratuit de familiarisation à la maternelle offert à tous  
les enfants et leurs parents. L'enfant doit avoir 4 ans au 1<sup>er</sup> octobre 2018.

### Maternelle 4 ans

Écoles Bruno-Choquette, du Petit Clocher, de Ramezay  
et Saint-Joseph. L'enfant doit avoir 4 ans au 1<sup>er</sup> octobre 2018.

Certains autres critères doivent être respectés.

Informations auprès de l'école.

### Maternelle 5 ans

L'enfant doit avoir 5 ans au 1<sup>er</sup> octobre 2018.

[www.csdhr.qc.ca](http://www.csdhr.qc.ca)



Commission scolaire  
des Hautes-Rivières



**Quelques nouveaux titres acquis au cours du dernier mois...**

**ROMANS**

15e affaire	Patterson, James
Amélia, un cœur en exil	Dupuy, Marie-Bernadette
Astrid, la reine bien-aimée	Dupuy, Marie-Bernadette
Chercheur d'âme, Le	Laflamme, Steve
Couple d'à côté, Le	Lapena, Shari
Darker : Cinquante nuances plus sombres par Christian	James, E.L.
Homme feu, L'	Hill, Joe
Kilomètre zéro	Ankaoua, Maud
Minuit sur le canal San Boldo	Leon, Donna
On flush... pis on recommence ! (en théorie)	Dessureault, Marie-Millie
On la trouvait plutôt jolie	Bussi, Michel
Playground	Kepler, Lars
Soif, La	Nesbo, Jo
Sous ses yeux	Armstrong, Ross
T'aimer, encore...	Moccia, Federico
Temps de le dire, Le, 2 : Une vie nouvelle	Langlois, Michel
Tortues à l'infini	Green, John
Tous ces chemins que nous n'avons pas pris	Boyd, William
Une sœur inconnue	Gagnon, France
William et Eva, 1 : À un fil du bonheur	Calvé, Mélanie
Wonder	Palacio, R.J.
Y manquait plus que ça ! (Kool FM, acte 1)	Debaker, Laurent

**DOCUMENTAIRES**

Bible des arguments qui n'ont pas... La (Le Pharmachien, 3)	Bernard, Olivier
Claude Dubois : Biographie	Lebeau, Gabrielle
Culture générale pour les nuls, La (Éd. Québec)	Braunstein, Florence
Être face à la rue	Lapointe, Jean-Marie
Être libre, ce n'est pas seulement se débarrasser de ses...	Mandela, Nelson
Fin des exils, La	Aussant, Jean-Martin
George Lucas, une vie	Jones, Brian Jay
Idola Saint-Jean : L'insoumise	Lavigne, Marie
I'm your man : La vie de Leonard Cohen	Simmons, Sylvie
Lettres à une jeune entrepreneure	Taillefer, Alexandre
Premières lueurs : Mon combat contre le trouble de...	Dallaire, Roméo
Ranger inspire la joie : La méthode KonMari pas à pas	Kondo, Marie
Saint Laurent et moi : Une histoire intime	Thomas, Fabrice
Santé globale à votre portée, La	Marcotte, Justin
TDAH : Pourquoi être ordinaire quand on peut être spécial ?	Lèvesque, Johanne

**BANDES DESSINÉES ADO/ADULTES ET OUVRAGES JEUNESSE**

ABC des filles 2018, L'	Girard-Audet, Catherine
Carnet de bord de Greg (Journal d'un dégonflé, 1)	Kinney, Jeff
Rodrick fait sa loi (Journal d'un dégonflé, 2)	Kinney, Jeff
Trop c'est trop (Journal d'un dégonflé, 3)	Kinney, Jeff
Ça fait suer ! (Journal d'un dégonflé, 4)	Kinney, Jeff
Vérité toute moche, La (Journal d'un dégonflé, 5)	Kinney, Jeff
Carrément claustro ! (Journal d'un dégonflé, 6)	Kinney, Jeff
Un cœur à prendre (Journal d'un dégonflé, 7)	Kinney, Jeff
Pas de bol ! (Journal d'un dégonflé, 8)	Kinney, Jeff
Un looong voyage ! (Journal d'un dégonflé, 9)	Kinney, Jeff
Zéro réseau (Journal d'un dégonflé, 10)	Kinney, Jeff
Double peine (Journal d'un dégonflé, 11)	Kinney, Jeff
Sauve qui peut ! (Journal d'un dégonflé, 12)	Kinney, Jeff

**RÉJEAN MESSIER**, Responsable de la bibliothèque  
biblio@saint-alexandre.ca • <http://regard.csdhr.qc.ca>

**La bible des arguments qui n'ont pas d'allure (Le Pharmachien, 3) <sup>1</sup>**

OLIVIER BERNARD



Le lait est-il un poison mortel? L'intestin est-il vraiment ton deuxième cerveau? Les médecines vieilles de 4000 ans sont-elles nécessairement bonnes? Les OGM menacent-ils l'humanité? Le remède contre le cancer est-il gardé secret par Big Pharma? La science est-elle une nouvelle religion? Bienvenue dans le monde des arguments qui n'ont pas d'allure! Si tu as l'impression que les études scientifiques se contredisent constamment, que les experts se battent entre eux pour avoir raison, que les gens prennent leurs opinions pour des faits et qu'il est pratiquement impossible de détecter les fausses informations sur la santé, ce livre va changer ta vie. Il t'apprendra à reconnaître certains types d'arguments douteux que tu rencontres partout (en famille, dans les médias, sur le web, sur la place publique) et qui sonnent l'alerte de la niaiserie. C'est un guide pour t'immuniser contre les faux débats et les arguments bidon, mais aussi pour répliquer en beauté à ceux qui disent n'importe quoi.

*Olivier Bernard est un scientifique qui n'a pas toutes les réponses et qui ne s'est jamais encore pris pour Galilée. À sa connaissance, il n'a jamais été génétiquement modifié, sauf par sélection naturelle. Il n'est pas un fan de jus d'orange. Lorsqu'il n'est pas en train de chevaucher sa licorne tout en se gavant de curcuma et d'eau citronnée, il prend du temps pour être pharmacien.*

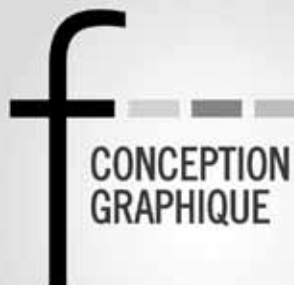
<sup>1</sup>Quatrième de couverture

**Merci d'utiliser notre boîte de retour de volumes...**

Située à l'avant du gymnase de l'école, tout près de la bibliothèque ! Cependant, nous serions très heureux que vous preniez le soin d'insérer vos volumes dans un sac que vous attacherez solidement... cela évitera qu'en tombant dans la boîte, le(s) volume(s) s'ouvre(nt) et se brise(nt) lorsque d'autres volumes seront déposés par la suite. Les grands vents de l'hiver peuvent laisser de la neige se faufiler à l'intérieur... il serait désolant que nos volumes soient abîmés par notre belle neige blanche... Sac protecteur et un peu d'attention à ce que la porte soit bien fermée avant votre départ nous assureront que nos volumes seront protégés ! Merci à tous ceux et celles qui ont déjà pris ces bonnes habitudes !

**Avez-vous visité vos croque-livres dernièrement ?**

Même en hiver, ils vous attendent pour partager leurs trésors !



**Frédéric Fournier**  
Infographiste  
514 970-8236

**Matérialisez vos idées.**

Pour tous vos projets, petits ou grands, j'offre un service clé en main débutant par la conception jusqu'à la livraison en passant par la préparation des fichiers, le tout, dans les plus brefs délais.

Pour information et/ou soumission :  
[f.CG@bell.net](mailto:f.CG@bell.net)

# ACE QUINCAILLERIE JPJ

477, RUE SAINT-DENIS, SAINT-ALEXANDRE 450-346-5457

**MAINTENANT DISPONIBLE!**



VENEZ NOUS VISITER À CETTE ADRESSE

<https://www.ace-canada.ca/fr>

Achat  
en  
ligne

**SPÉCIAUX DE NOTRE PROCHAINE CIRCULAIRE  
DU 8 AU 18 MARS**



**TOUJOURS DISPONIBLE EN MAGASIN**



**Purina**

**DU LUNDI AU MERCREDI 8H00 À 18H00  
JEUDI ET VENDREDI 8H00 À 20H00  
SAMEDI 8H00 À 17H00**

## LA FABRIQUE EN MARCHÉ

### EST DEVENUE DISCIPLE DU CHRIST PAR LE BAPTÊME

**Lauralie** fille de Jean-Maurice Paquet et de Josiane Brin

### CAMPAGNE DE FINANCEMENT POUR LE CHAUFFAGE

Chaque année, l'hiver nous apporte son temps froid. Nous vous sollicitons donc encore une fois afin de nous aider à assumer les dépenses de chauffage de notre église et du presbytère. On comprendra qu'avec les coûts qui augmentent continuellement, il n'est pas toujours facile de payer les factures.

Comme paroissiens(nes) de Saint-Alexandre, nous avons tous la responsabilité de maintenir en bon état l'église et le presbytère qui font partie de notre patrimoine, chefs-d'oeuvre légués par nos prédécesseurs : parents, grands-parents et amis. C'est la raison pour laquelle la Fabrique de Saint-Alexandre vous demande de partager cette responsabilité avec elle en effectuant un don à la mesure de vos moyens.

Voici la suggestion avancée : si chaque famille qui le peut donnait 20 \$ par mois pendant les six mois de l'hiver, ce qui totalise 120 \$, il s'agirait d'une contribution substantielle qui nous sera d'un grand support.

D'ici peu, vous recevrez par la poste une enveloppe afin d'effectuer votre don. Vous pouvez aussi communiquer avec un marguillier qui se fera un plaisir de recueillir votre don ou de déposer votre enveloppe à la quête du dimanche, ou le poster aux Seigneuries du Lac. À noter qu'un reçu pour déclaration fiscale sera émis en retour de votre don.

Avec votre aide, nous pourrions atteindre notre objectif. Un gros MERCI ! pour votre belle générosité.

Danielle Clément :	450-347-7990
Gotthard Neeser :	450-346-3317
Guy Roy :	450-347-6096
Gunter Blum :	514-718-3196
Jacqueline C. Patenaude, sec. :	450-357-9234
Jacques Surprenant, v.p. :	450-296-4466
Alain Pinard, président :	514-443-4749

## COMMUNIQUÉ

### Paniers Fruigumes

Le CERH vous offre l'opportunité d'acheter un beau panier de fruits et légumes frais toutes les deux semaines, le vendredi, au coût de 12.00\$ le moyen panier et 20.00\$ le gros panier.

Pour information ou inscription  
450-299-1117 ou via le Facebook  
de Fruigumes.



# AFFICHEZ-VOUS !

## à partir de 20\$/mois

[journalleflambeau@hotmail.com](mailto:journalleflambeau@hotmail.com)

## LE CLUB DE L'ÂGE D'OR

Le Club de l'âge d'or organise une soirée de danse tous les premiers samedis du mois avec Fernand à partir de 19h. Il y aura une pratique de danse, des tirages et un goûter sera servi à la fin de la soirée. Venez vous amuser entre amis, on vous attend en grand nombre. Bienvenue à tous!

**Date : Samedi 3 mars 2018 à 19 h 30 au Pavillon des loisirs**

### CAFÉ JASETTE

Le Club de l'âge d'or ouvre maintenant ses portes tous les mardis après-midi, dès 13 h 30. Les membres vous invitent à venir jouer aux cartes, tricoter, placoter... ou juste passer du temps libre avec d'autres personnes. Pour les gourmands, on prépare de bons biscuits !

**Bienvenue à tous.**

**DATES : MARDI 20 FÉVRIER, 6 ET 20 MARS ET 3 AVRIL 2018**

### CARTES DE MEMBRES FADOQ

Prix : 22\$

**Contacteur : Lise Rousseau Tél : 450-358-1029.**

### LOCAL À LOUER

Vous avez besoin d'une salle pour vos réceptions?

Adresse : 108, St-Paul

Prix : Membre du Club de l'âge d'or: 100 \$ - Non membre : 125 \$

**Info : Lise Rousseau au 450 358-1029 / Gonnie Jetten au 450 347-0174**

### DATE À RETENIR

Notre dîner à la cabane à sucre aura lieu **le 5 avril 2018. Plus d'infos dans le Flambeau de mars.**



À partir de seulement  
**2%**\*

Evaluation gratuite  
dans les 24 h

\*La plus grande  
visibilité sur le web\*

**Patrick Plouffe**  
Courtier Immobilier  
**514 502-6277**

**Proprio Direct**  
AGENCE IMMOBILIÈRE

*Acheteurs ou vendeurs*  
**CERTIFICAT-CADEAU**  
chez le **NOTAIRE** de  
**250\$\***

ADVANCED  
**ENVIRO)SEPTIC**  
Préserver l'équilibre de la nature.

Avez-vous à remplacer  
votre champ d'épuration /  
fosse septique?

**Le système de traitement des eaux usées  
perfectionné et certifié.**

Quand vient le temps de mettre en place une **solution pour le traitement des eaux usées**, il n'est pas toujours évident de savoir par où commencer.

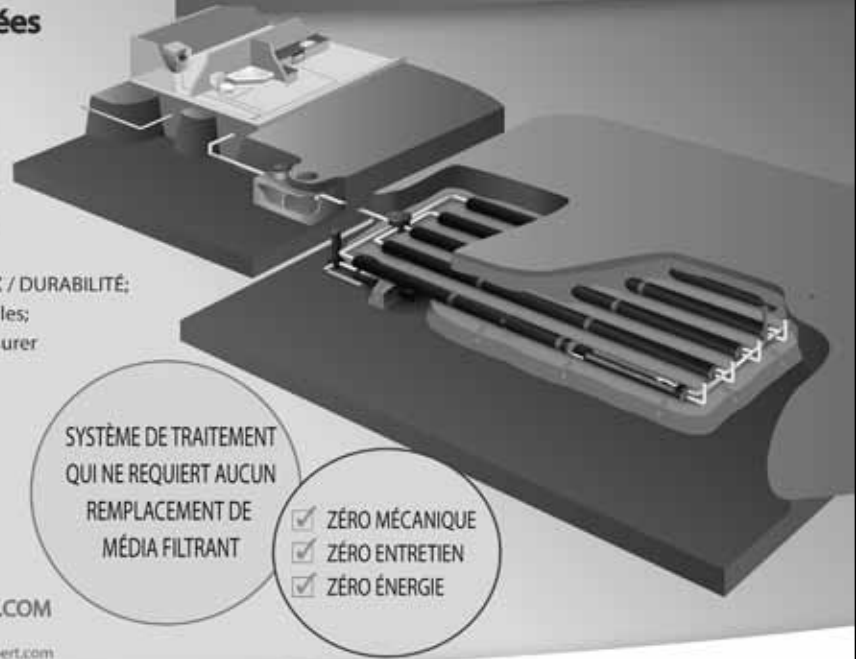
VOICI QUELQUES ENJEUX AUXQUELS VOUS FEREZ FACE :

- Trouver la solution offrant le meilleur rapport **QUALITÉ / PRIX / DURABILITÉ**;
- Avoir une solution conforme aux exigences environnementales;
- Obtenir une solution qui ne requiert pas d'entretien pour assurer son fonctionnement;
- Trouver un installateur de confiance;
- Obtenir une bonne garantie du fabricant;
- Obtenir le meilleur tarif pour le suivi annuel des installations de type TSA (Traitement secondaire avancé);

Je vous offre une consultation sans frais afin de vous aider à bien structurer votre projet.

VISITEZ NOTRE SITE INTERNET AU [WWW.ENVIRO-SEPTIC.COM](http://WWW.ENVIRO-SEPTIC.COM)

**FRANK CÔTÉ** - Conseiller technique - 819-578-5957 - frank@dboexpert.com



## Les Sables Surprenant

520, rang Ste-Marie,  
Saint-Alexandre (Qc) J0J 1S0

**450 542-0717**

[lessablenessurprenant@gmail.com](mailto: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 !**

MAINTENANT DISTRIBUTEUR DE



**naturesorb**

LITIÈRE À BASE DE MOUSSE DE TOURBE



**MEUNERIE  
BENJAMIN**

226, Haut Rivière Nord, Saint-Césaire (QC) J0L 1T0  
Téléphone : 1 800 469-4841 Fax : 450 469-2634



**ADM**  
Alliance Nutrition®

**Martin Galipeau**  
représentant

**Tél. : 450 296-4490**  
**Cell. : 450 210-4490**

## COOP DE SANTÉ LAC CHAMPLAIN VENISE-EN-QUÉBEC

### NOUVEAU SERVICE OFFERT PAR PROFESSIONNEL MASSOTHÉRAPEUTE ET RÉFLEXOLOGUE

Encore du nouveau à la Coopérative de Santé Lac Champlain. Une massothérapeute et réflexologue est maintenant à votre service le vendredi.

Si vous êtes incommodés par le stress, la migraine, la douleur chronique, les douleurs lombaires, la douleur au cou et aux épaules, les inflammations musculosquelettiques, les troubles dépressifs, la fibromyalgie, fasciite plantaire, syndrome du tunnel carpien, nerf sciatique ou simplement pour la détente, vous pouvez explorer les bienfaits de la massothérapie. Vous êtes invités à prendre rendez-vous avec Caroline Tardif en téléphonant à la Coopérative au 450-244-5350

#### Professionnel :

Caroline Tardif  
Massothérapeute et réflexologue  
Diplômée de l'Alliance des massothérapeutes du Québec  
Téléphone : 450-244-5350

#### Endroit :

Coopérative de Santé Lac Champlain  
211, 16e Avenue Ouest, Venise-en-Québec,  
QC, J0J 2K0

### RENOUVELLEMENT DE VOTRE COTISATION ANNUELLE : 2018

#### Objet : Renouvellement de votre cotisation à la Coopérative de Santé Lac Champlain

Madame, Monsieur,  
Votre contribution financière à la Coop de santé sera échue en date du 31 janvier 2018.

Votre contribution de 120 \$ est indispensable à la continuité de notre initiative. Nous vous invitons à défrayer en argent comptant, par carte débit ou par chèque au nom de la Coopérative de Santé Lac Champlain.

Votre cotisation couvrira donc la période du 1<sup>er</sup> février 2018 au 31 janvier 2019.

La cotisation annuelle à la Coopérative sert à couvrir les frais fixes (loyer, électricité, télécommunications, assurances), les salaires (infirmières, secrétaires, équipe de l'entretien) et les frais inhérents à l'activité médicale (imprimerie, fournitures médicales spécialisées et non spécialisées).

Si vous ne désirez plus être membre de la Coop, s.v.p. nous le laisser savoir afin que nous puissions faire profiter cet avantage aux nombreux patients qui désirent y participer.

**Le conseil d'administration de la  
Coopérative de Santé Lac Champlain**

## BÉNÉVOLES RECHERCHÉS

L'ALSA est toujours à la recherche de personnes motivées pour l'organisation d'événements spéciaux et pour certaines activités libres. Impliquez-vous dans votre communauté !

[loisirs@saint-alexandre.ca](mailto:loisirs@saint-alexandre.ca)  
[www.facebook.com/AsLoSA](http://www.facebook.com/AsLoSA)

# DRÔLE D'HIVER



**PUBLIC CIBLE :  
ADOS ET ADULTES**

**GRATUIT**

**TOURNÉE  
D'HUMORISTES  
dans le Haut-Richelieu**

Les municipalités rurales du Haut-Richelieu ont le plaisir de vous offrir une panoplie de spectacles d'humour avec différents humoristes de la relève. Nous vous invitons à participer à tous les spectacles qui vous intéressent, et non seulement celui de votre municipalité !!!

**En espérant que vous passiez un drôle d'hiver !**

 <b>2 VENDREDI FÉVRIER</b>   SAINT-ALEXANDRE <b>MARKO MÉTIVIER</b> 20 h. Pavillon des Loisirs (440, rue Bernard) <small>Pour plus d'informations ou pour consulter des extraits vidéo de l'humoriste, visitez ChoseHumor.com Réservation obligatoire, places limitées</small>	 <b>25 VENDREDI FÉVRIER</b>   SABREVOIS <b>REDA SAOUI</b> 16 h. Centre d'Arts de Sabrevois (1224, rang du Bord de l'Eau) <small>Pour plus d'informations ou pour consulter des extraits vidéo de l'humoriste, visitez ChoseHumor.com Réservation obligatoire, places limitées</small>
 <b>9 VENDREDI FÉVRIER</b>   SAINT-VALENTIN <b>CHARLY POP</b> 20 h. Édifice municipal (790, chemin 4 <sup>e</sup> Ligne) <small>Pour plus d'informations ou pour consulter des extraits vidéo de l'humoriste, visitez ChoseHumor.com</small>	 <b>3 SAMEDI MARS</b>   VENISE-EN-QUÉBEC <b>MARKO MÉTIVIER</b> 20 h. Centre Culturel de Venise-en-Québec (239, 16 <sup>e</sup> Avenue Ouest) <small>Pour plus d'informations ou pour consulter des extraits vidéo de l'humoriste, visitez ChoseHumor.com</small>
 <b>10 SAMEDI FÉVRIER</b>   NOYAN <b>STÉPHANE POIRIER</b> 20 h. Hôtel de ville - Salle Valérie Rémillard (132, chemin de la Petite-Franco) <small>Pour plus d'informations ou pour consulter des extraits vidéo de l'humoriste, visitez ChoseHumor.com Réservation obligatoire, places limitées</small>	 <b>9 VENDREDI MARS</b>   SAINT-PAUL-DE-L'ÎLE-AUX-NOIX <b>DERRICK FRENETTE</b> 20 h. Centre Paulinoix (959, rue Principale) <small>Pour plus d'informations ou pour consulter des extraits vidéo de l'humoriste, visitez ChoseHumor.com Service de garde disponible sur inscription (1 à 12 ans)</small>
 <b>17 SAMEDI FÉVRIER</b>   HENRYVILLE <b>ALEXANDRE BISAILLON</b> 20 h. Centre Communautaire (854, rue Saint-Jean-Baptiste) <small>Pour plus d'informations ou pour consulter des extraits vidéo de l'humoriste, visitez ChoseHumor.com Réservation obligatoire, places limitées</small>	 <b>16 VENDREDI MARS</b>   SAINT-BLAISE-SUR-RICHELIEU <b>SÉBASTIEN HACHÉ</b> 19 h 30 Centre Communautaire (735, rue des Loisirs) <small>Pour plus d'informations ou pour consulter des extraits vidéo de l'humoriste, visitez ChoseHumor.com</small>
 <b>23 VENDREDI FÉVRIER</b>   SAINT-BRIGIDE-D'IBERVILLE <b>MÉLANIE GHANIMÉ</b> 20 h. Centre municipal (510, St-Frang) <small>Pour plus d'informations ou pour consulter des extraits vidéo de l'humoriste, visitez ChoseHumor.com</small>	

**POUR INFORMATIONS :**  
 Henryville : 450 291-2448 (Danièle Charbonneau) | Noyan : 450 291-4304 #301  
 Sabrevois : 450 346-0536 (Nicole Melnick) | Saint-Alexandre : 450 346-6641, poste 8 (Doris Gauthier)  
 Saint-Brigide : 438 391-6603 (Genevieve Desrosiers) | Saint-Blaise-sur-Richelieu : 450 291-0854 #2340 (Julie Giroux)  
 Saint-Paul-de-l'Île-aux-Noix : 450 291-3102 #2305 (Éliane St-Pierre)  
 Saint-Valentin : 450 291-5422 (Josée Grignon) | Venise-en-Québec : 450 244-9400 (Marie-Christine)

**ENTENTE DE DÉVELOPPEMENT CULTUREL**  
 Québec (MRC)



**Venez déjeuner  
avec nous!**

Du **lundi au samedi** de 6 h à 11 h  
et le **dimanche** de 9 h à 13 h

*Les petits délices* 

**CANTINE • RESTAURANT  
PIZZERIA • CRÈMERIE**

**DÉJEUNER  
SPÉCIAL DU JOUR  
LIVRAISON**

**433 rue St-Denis**

**438 498-3354** 

Si vous avez l'impression de pelleter le Groenland...



 **DĒNEIGEMENT  
ALEX LAFLEUR**

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

Possibilité de contrat annuel  
combiné avec la tonte de pelouse  
Estimation gratuite

**514 269-6793** [alex.lafleur79@gmail.com](mailto:alex.lafleur79@gmail.com)