

**Alain
Croteau**

Courtier immobilier

819 373-7140



«Ma priorité,
votre
satisfaction»



>244015



PAGE 3

SANTÉ

Bonne posture, bonne lecture!

CHRONIQUE DE SONIA DUPONT,
CHIROPRACTICIENNE

PAGE 4



DANS LA COMMUNAUTÉ

On se raconte avec Steve Bernier

PAGE 5



AMVOQ

La référence en véhicules d'occasion depuis 50 ans

LIQUIDATION D'AUTOMNE
600 véhicules en inventaire!



Trois-Rivières : **819 697-2886** Sans frais : **1 888 697-3375**

>265711

Ligue de balle donnée de Saint-Louis-de-France

La ligue de balle donnée Saint-Louis-de-France a débuté sa saison le 29 juin dernier avec plus de deux mois de retard.

Cette ligue existe depuis 26 ans, mais cette année en fut une très spéciale avec toutes les mesures qu'on a dû prendre afin que les joueurs et joueuses puissent pratiquer leur sport favori. On peut dire que sans l'aide de certaines personnes, il aurait été impossible de tenir cette activité. La distanciation était de mise à chaque partie avec des mesures très sévères.

Plus de 32 clubs, dont 5 classes homme ainsi qu'une classe femme, ont participé durant cette saison écourtée. Les joueurs et joueuses étaient contents de jouer et de faire autre chose que de penser à la COVID.

Un gros merci à tous les participants d'avoir respecté les règles, même si parfois ce n'était pas facile.

Merci aussi à Danielle Newbury qui, à chaque fois qu'une personne utilisait les services sanitaires, nettoyait, après le passage de chaque utilisateur, le tout bénévolement.

Merci aussi à Shannon Newbury (aide organisatrice) à Ronnie Newbury (responsable des arbitres) pour leur bénévolat, sans oublier Jean-Guy Duhaime, Caroline Milette et Julie Tremblay.

Sans tous ces gens, cette activité n'aurait pas pu se dérouler cet été pour le bonheur de tous.



Arbitre André Chapat (vieux routier), Robert Newbury (président), Ronnie Newbury (responsable des arbitres), Champion saison 2020, Classe René Morin A, Café arc-en-ciel, Classe René Morin B, Les Chiefs, Classe Stan Newbury A, Les Kids (pas de photo), Classe Stan Newbury B, Retro Bar, Classe Stan Newbury C, Insertion Plus, classe Féminine, EDB.

Des fleurs pour la perte d'un être cher!

À la maison ou au salon funéraire, offrez des fleurs pour exprimer votre réconfort!

Livraison disponible

Fleuriste
Cormier

Fleurs naturelles • Plantes vertes
Fleurs permanentes • Roses éternelles

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

www.fleuristepepiniercormier.com

Gens de chez nous



M. MICHEL CORMIER
Conseiller municipal

Ghislain est né le 4 octobre 1958 à Giffard, petite municipalité située à l'est de Limoilou, qui sera par la suite fusionnée au grand Beauport. Son père y travaillait comme policier. Il passe sa jeunesse à arpenter les couloirs du Colisée de Québec pour surveiller les exploits des anciens Remparts et des défunts Nordiques.

Il fait son CEGEP à Limoilou, de 1976 à 1978, et sa formation d'ingénieur à l'Université Laval de 1978 à 1982. Il travaille comme préposé aux bénéficiaires à temps partiel au centre hospitalier Robert Giffard pendant toute la durée de ses études supérieures, faisant ainsi ses premiers pas dans le monde du travail.

Diplôme en poche, il entame sa carrière

d'ingénieur pour la firme Consulgaz, dont le mandat consistait à implanter le réseau de gaz naturel pour Gaz Intercité à travers une bonne partie du Québec. C'est d'ailleurs pendant l'exercice de cette fonction qu'il découvre la région de TroisRivières.

Ce projet d'envergure tirant à sa fin, c'est dans ces circonstances que le 6 mai 1985, Ghislain décide de quitter sa ville natale pour exercer une fonction d'ingénieur municipal au sein de la corporation municipale de Saint-Louis-de-France. Jamais il n'aurait pensé à ce moment-là qu'ils'établirait de façon définitive en Mauricie. Il faut dire qu'à l'époque, les besoins de notre petite communauté étaient immenses. De fait, sa première réunion en compagnie de conseil municipal avait pour thème un dépassement de coûts pour un projet de pavage d'envergure, et cette rencontre s'était soldée par un appel au recours collectif contre l'ingénieur municipal de la part du leader de l'opposition. Rien pour lui enlever le goût de retourner par chez lui.

Malgré cela, Ghislain va œuvrer pour la municipalité de Saint-Louis-de-France pendant 17 ans. D'abord sous la gouverne du maire André Levasseur, la petite municipalité connaît un essor remarquable en se dotant d'infrastructures modernes, ce qui a permis à Ghislain de superviser de multiples projets de toutes natures pendant cette période.

Puis, sous l'égide du maire Wilfrid Champagne, la corporation acquiert ses lettres de noblesse et devient une ville, au sens de la loi des cités et villes, jetant ainsi les bases d'une structure de gouvernance beaucoup plus rigoureuse. Ghislain en profite pour acquérir son expérience de gestionnaire sans délaisser ses occupations de génie et de travaux publics. C'est d'ailleurs pendant cette période qu'il retourne sur les bancs d'école pour en ressortir avec un certificat universitaire en

gestion des ressources humaines de l'UQTR.

Enfin, c'est sous le leadership du maire Jean-Pierre Ayotte que Ghislain prépare sa rentrée dans la grande ville puisque c'est pendant ce mandat que le premier ministre Lucien Bouchard impose entre autre la fusion des six villes de l'agglomération trifluvienne.

Le 1^{er} janvier 2002, Ghislain se voit donc confier un nouveau défi professionnel, et prend le rôle de chef de service «voie publique» au sein de la grande ville de Trois-Rivières. Il y supervise les opérations de voirie, de déneigement, de collecte de matières résiduelles et d'hygiène du milieu.

Deux ans plus tard, il est promu Directeur des Travaux publics, fonction qu'il occupe toujours présentement. Toutefois, fait unique dans le domaine municipal, la ville de Trois-Rivières instaure en 2015 le système des doubles fonctions et Ghislain, dans ce cadre, acquiert également le titre directeur général adjoint «services aux citoyens» par lequel il exerce une supervision des directions du génie, de l'aménagement du territoire, des loisirs et de la culture et aussi des incendies. Depuis ce temps, cette fonction s'est modifiée pour devenir la direction générale adjointe «services de proximité» et englobe le nouveau service du 311.



M. GHISLAIN LACHANCE
DG adjoint «service de proximité» et Directeur des Travaux publics, ville de Trois-Rivières

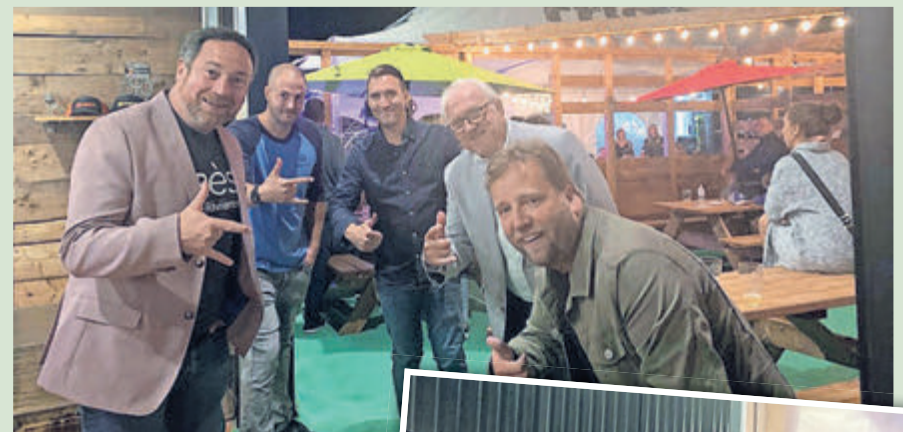
Pour l'heure Ghislain œuvre depuis 18 ans au sein de la grande Ville de Trois-Rivières et n'envisage plus du tout retourner dans sa région natale, se considérant maintenant, compte-tenu qu'il a élevé sa famille ici, un trifluvien bien ancré dans sa région. Pendant ses 35 années de service continu, les réalisations dont Ghislain est le plus fier sont:

- » Les multiples projets de développement domiciliaires ayant amené Saint-Louis-de-France à un statut de ville, et l'érection de plusieurs bâtiments de service tels bibliothèque, centre communautaire, garage municipal, réserve d'eau potable.
- » Défi en santé et sécurité au travail avec la ville de Bécancour.
- » Signature d'une convention collective de 7 ans avec les cols bleus de Saint-Louis-de-France à la fin des années '90, une première au Québec.
- » Signature d'un contrat avec gestion impartie avec l'entreprise «Sintra inc» pour l'entretien de 20 km de routes rurales pendant une période de 15 ans, ce qui a permis à la ville d'obtenir un prix en administration publique.
- » Implantation de la méthode «5 S» dans les ateliers des centres de services pour laquelle la ville s'est vu décerner un prix du mouvement québécois de la qualité.
- » Harmonie syndicale avec les cols bleus pendant 35 ans, ce qui lui a permis d'entreprendre plusieurs projets paritaires facilitant l'efficacité et le maintien de bonnes relations de travail.
- » Meilleure performance en santé et sécurité au travail des dix plus grandes villes au Québec.
- » Implantation d'une planification informatisée des activités «travaux publics» en lien avec les requêtes de la population entrant au service 311.

Bien que très heureux d'avoir participé au développement de la grande Ville de Trois-Rivières depuis son origine, Ghislain, qui réside toujours dans le secteur Saint-Louis-de-France, n'oubliera jamais toutes les belles années passées au sein de notre communauté dynamique et accueillante qu'est Saint-Louis-de-France.

COMMUNAUTÉ

3^e anniversaire Forge du Malt



Les propriétaires de La Forge du Malt entourés du maire Jean Lamarche et du conseiller Michel Cormier. A cette occasion du 3^e anniversaire de la microbrasserie le chanteur trifluvien Steve Hill est venu offrir un spectacle en respectant la distanciation! Soirée mémorable! Bon anniversaire à notre microbrasserie locale et longue vie à cette belle entreprise de chez nous!



Ensemble, favorisons le développement de la jeunesse dans notre communauté !

OptimistestLouisdefrance@gmail.com

www.facebook.com/Optimiste.StLouisdefrance

BONNE POSTURE, BONNE LECTURE!

DRE SONIA DUPONT, CHIROPRACTICIENNE
chirosonia@gmail.com

LECTURE AU LIT

Qui n'a jamais passé un moment à lire au lit? Vous vous relevez après quelques heures penché sur votre bouquin favori et vous ressentez alors une grande douleur au cou. Saviez-vous qu'il est important de respecter certaines postures lorsque vous lisez au lit? En effet, cette activité peut sembler bien banale, mais peut mettre votre corps à rude épreuve.

LES SYMPTÔMES

Lorsque vous lisez au lit, évitez d'être couché sur le ventre, la tête relevée et le menton pointant vers le haut. Vous diminuerez ainsi les risques d'irriter les facettes articulaires de la nuque. Les muscles voudront protéger les structures, ce qui augmentera la douleur. Normalement, la douleur diminue après quelques jours, le muscle se détend et le ligament se replace tranquillement. Cependant, le spasme prolongé d'un muscle peut causer l'engorgement de

celui-ci et provoquer des tensions et des maux de tête. Vous pourriez également ressentir des brûlures dans la région musculaire affectée.

LECTURE SUR TABLETTE

La posture souvent adoptée pour la lecture sur les tablettes numériques, soit la flexion du cou accentuée par le poids de la tête penchée vers l'avant, entre autres, peut avoir des conséquences sur la santé neuromusculosquelettique des lecteurs. Il existe une forte association entre une posture de la tête vers l'avant et une diminution de la force des muscles respiratoires.

Cette posture est reconnue pour entraîner l'élongation musculaire, augmenter les problèmes de tunnels carpiens et augmenter les risques de hernies discales. De plus, lorsque la tête est avancée d'un pouce vers l'avant, cela augmente le poids de celle-ci sur la colonne vertébrale de 10 livres supplémentaires. Finalement, la position de la tête en avant augmente la compression des disques et peut causer une usure précoce. Les effets combinés des claviers microscopiques, des postures tendues et des mouvements répétitifs ne sont que quelques-uns des facteurs qui augmentent les malaises ressentis par les «accros du texto».

LES SYMPTÔMES

Les symptômes les plus fréquents liés à une position inadéquate pour la lecture sur tablette numérique sont les maux de tête, la raideur de la nuque et du dos, les douleurs aux poignets et aux épaules, des engourdissements dans les mains et la perte de la courbe naturelle du cou pouvant engendrer des problèmes d'arthrose à long terme.

LECTURE SUR FAUTEUIL

Pour une séance de lecture agréable, le mieux est de s'assurer d'être installé

COMMENT ÉVITER LES DOULEURS?

- Prenez des pauses régulièrement.
- Évitez de fléchir la tête vers l'avant de façon prolongée.
- Évitez les positions où votre torse serait tordu
- Quand vous sentez des petits inconforts, pensez à vous relaxer en faisant des mouvements circulaires avec le cou.
- Déposez votre tablette ou livre sur une table ou un coussin de lecture. Sinon, tentez de supporter vos coudes et de demeurer le dos le plus droit possible. Si vous avez des torticolis à répétition ou si une douleur occasionnée par une posture de lecture inadéquate persiste plus d'une semaine, prenez rendez-vous avec votre docteur en chiropratique.

Source: association
des chiropraticiens du Québec

dans un fauteuil qui permet au lecteur d'être assis avec le dos bien appuyé. Pour éviter d'avoir à pencher le cou, pensez à utiliser un coussin de lecture. En plus d'épargner votre nuque, le coussin libérera vos bras d'un poids, surtout si vous êtes amateurs de grosses briques. Veillez à amener le livre à vous et non pas à vous pencher vers le support de lecture. Assurez-vous également de munir votre coin lecture d'un éclairage adéquat. N'utilisez pas de lumière trop vive ou trop tamisée, vous risqueriez de forcer vos yeux inutilement. Pensez au confort de vos jambes. Évitez de les croiser, cela peut couper la circulation et vous occasionner des «fourmis» dans les jambes! Au besoin, utiliser un petit tabouret ou un pouf pour les surélever.

PÈRE-FRÉDÉRIC- JANSSOONE

DU COMITÉ DES DONATEURS :

Tirage du 16 août 2020

C'est avec grand plaisir que le comité des donateurs a procédé à son dernier tirage le dimanche 16 août dernier à l'église Ste-Bernadette après la célébration de 10 h 30. Notons que ce tirage était prévu le 19 avril mais n'a pu se terminer en raison des mesures restrictives exigées par la Santé publique.

Pour l'occasion, l'abbé Jean-Pierre Guillemette a été invité à procéder au tirage et à dévoiler le nom des personnes chanceuses pour les 4 prix de 500 \$:

- # 225 Denis Jacob
- # 349 L'abbé Louis Fecteau
- # 360 Jean-Pierre Boissonneault
- # 513 Claude Lanneville

Nous offrons toutes nos félicitations aux personnes gagnantes. Elles seront jointes par le secrétariat de la communauté, afin qu'elles puissent réclamer leur prix.

Notons qu'en raison
des modifications apportées
aux dates de tirage, les détenteurs
des billets gagnants ont
jusqu'au 24 septembre 16 :00
pour réclamer leur prix
au presbytère St-Odilon,
situé au 440 rue du Charbonnier,
à Trois-Rivières.

Tel : (819) 375-1919

■ Bénéfices au profit de notre communauté

Les bénéfices générés par ce tirage ont permis de verser une somme de 11500 \$ au compte de la Communauté Père-Frédéric-Janssoone afin de la soutenir financièrement dans la gestion de ses opérations. Cet apport important est l'œuvre de nombreux bénévoles et l'appui de nos communautés. Grand merci à vous tous !

■ Suspension des activités du prochain tirage :

Notre réflexion sur le contexte de pandémie qui sévit nous amène à suspendre les activités du prochain tirage du Comité des donateurs, et ce, pour le bien des membres de nos communautés. La situation sera réévaluée en 2021, selon l'évolution de la pandémie.

Responsable du tirage :
André Marchand

Licence # 429409-1 délivrée le 24-07-2019 par la Régie des loteries, des courses et des jeux.

Chiropratique
Le Papillon Bleu



Dre Sonia Dupont
chiropraticienne
819 694-0111



Ce bulletin est publié par votre comité du journal LaRochele en collaboration avec la Ville de Trois-Rivières.

- Présidence / Amélie St-Pierre
- Publicité / Marc Lemire | Claude Martin | Marilyne Desaulniers
- Correction des textes / Hélène Gamache | Louis Cournoyer
- Collaborateurs / Louis Cournoyer, Véronique Milette
- Dépôts / Michel Lafrenière
- Distribution / Publi-Sac

Vos textes sont les bienvenus!

Questions / Commentaires: 819 379-1490 poste 6327

Soumettez vos articles à astpierre@icimedias.ca

Prochaine parution : 2 décembre 2020

Date de tombée : 6 novembre 2020

Vous désirez soutenir la publication de ce journal en vous affichant à l'intérieur de ces pages? Informez-vous à nmartel@icimedias.ca

On se raconte avec Steve Bernier

Je suis conteur, comédien et enseignant en arts. J'œuvre dans le domaine de l'animation contée depuis maintenant 25 ans. J'ai le goût de vous raconter des histoires. Parfois, ce sera des choses qui me mentionne et d'autres fois ce sera du conte.

Pour l'heure, vous connaissez probablement les guerres de clocher entre village. L'histoire commence quelque part jadis, naguère, autrefois, dans un très petit village au creux des montagnes. Le curé avait entendu dire que le village voisin s'était doté d'un bel et prestigieux orgue Casavant. Cela avait piqué l'orgueil, de notre curé. Oui, son orgueil!

Ce dernier avait décidé de faire mieux, car dans son village, son église aurait des fresques à faire rougir de jalousie les gens de la grande ville. Pour ce faire, le fameux curé avait eu pour idée d'engager un grand peintre en provenance de Montréal, car il était certain qu'il saurait faire un travail de qualité et qu'en prime, il ferait rougir les curés et les habitants des contrées voisines.

Et, un dimanche en chaire, lors de son sermon, notre curé décide d'annoncer le projet à ses paroissiens. Il n'y a pas à dire, cela faisait bien jaser les gens, et beaucoup étaient réticents à la venue d'un étranger chez eux, d'autant qu'ils auraient bien pu la peindre eux-mêmes leur église. Il y a bien le charpentier-menuisier et homme à tout faire Jean Thibodeau qui, dans son jeune temps, avait été peintre-étudiant.

Alors pour ne pas faire de discorde, le curé décida donc qu'il donnerait sa chance à Thibodeau. Pour ce faire, l'église serait séparée en deux, et chacun aurait un mois pour peindre leur moitié. Au final, les honneurs se décideraient par un vote.

Pour mettre les concurrents à égalité, on peignit les murs et le plafond de l'église d'un blanc hivernal. Sur le parvis de l'église, comme c'était coutume de faire la criée, le curé prit la parole pour lancer le concours. D'un côté du rideau il y avait l'artiste de Montréal, et de l'autre, Ti-Jean Thibodeau, chacun disposant de ce qu'il désirait pour réaliser leur chef-d'œuvre. Le gars de la ville exigea des peintures de grande qualité, des dorures et des pinceaux de diverses grandeurs en crin d'animaux. De son côté, muni uniquement d'un chiffon de coton, Thibodeau n'exigea rien pour l'instant. Il réfléchissait à son projet en caressant doucement le mur.

L'église était interdite d'accès avant la fin du concours. Parfois, le curé jetait un œil. Après une semaine, l'aumônier vit que le travail de l'artiste de Montréal prenait forme et que la création était prometteuse. Du côté de Thibodeau, grande surprise, les murs étaient toujours d'une blancheur javeillisée. Dans son échelle, Ti-jean est plongé dans ses réflexions. Il observe, il scrute et il fait des allers-retours avec son linge.

Ben voyons Ti-Jean, intervient le curé. Il faudrait penser à commencer à peindre.

Pas d'inquiétude monsieur le Curé, je suis sur la bonne voie.

Le curé reparti douteux, en regrettant presque d'avoir donné sa confiance aux paroissiens et à Jean Thibodeau.

Deux semaines passèrent, et le curé décide de voir l'avancement des travaux, vu que tous les murs étaient peints du côté du gars de Montréal. Il faisait maintenant le plafond. Le curé rêvait déjà de sa chapelle Sixtine, tellement les scènes peintes étaient merveilleuses. Du côté de Thibodeau, panique, les murs étaient toujours aussi blancs qu'une tempête de neige. Et Ti-jean dans

son échelle observe et scrute toujours et il continu à faire des allers-retours avec son linge.

Ben voyons Ti-Jean, intervient le curé. Il ne reste que peu de temps avant le dévoilement. Il faudrait penser à commencer à peindre, car tu vas faire honte à toute la paroisse.

Mais Thibodeau, sur un ton d'inconscience, répondit au curé de ne pas s'inquiéter, qu'il était sur la bonne voie.

Dormez sur vos deux oreilles, tout sera prêt à temps.

Un mois s'était écoulé et le concours était maintenant terminé. Le bedeau avait sonné les cloches et le village au complet s'était rassemblé aux portes de l'église. Le curé était des plus nerveux, car il espérait du plus profond de lui que Ti-Jean ne les humilierait pas.

On commença par regarder le côté réalisé par le peintre de la ville. Un sublime travail qui souleva les esprits dans la foule. On pouvait entendre des «ooooh!», des «aaaah!» et des «ihhhh!» de surprise et de fascination.

Tous s'empressèrent alors du côté de Thibodeau. Son travail souleva les esprits dans la foule. On pouvait entendre des «ooooh!», des «aaaah!» et des «ihhhh!» De craintes, d'interrogations et de déceptions. Le curé entra dans une colère à peine contenu.

Ben voyons Ti-Jean, les murs sont encore et toujours d'un blanc plus blanc qu'une meringue. Tu n'as rien peint.

Minute monsieur le Curé, répondit Thibodeau. Faites tomber le drap pour que nos créations puissent être comparées.

Était-ce la folie ou la peur de la honte qui le poussa à agir ainsi, mais on acquiesça à sa demande et on laissa tomber le grand drap qui séparait l'église en deux. Une fois fait un miracle se produisit. On pouvait entendre dans la foule des «ooooh!», des «aaaah!» et des «ihhhh!» d'exclamation. L'extraordinaire fresque du garçon de Montréal s'était réfléchié comme par magie sur l'autre moitié resté blanche comme un écran de cinéma. La réflexion de l'œuvre apparaissait comme par magie et elle avait la transparence de l'Esprit Saint.

Ce miracle qui n'en était pas un en réalité, était dû au fait que Ti-Jean ayant frotté le mur tout le mois, l'avait rendu aussi réfléchissant qu'un miroir. Ayant usé d'astuces et d'intelligence, il fut déclaré gagnant par acclamation. Ce fut la seule fois de son histoire qu'on ne reconnut pas le grand artiste de la ville pour son talent.

Et la morale de l'histoire là-dedans? C'est que dans la vie, tout vient à point à qui sait attendre. Alors on se dit à la prochaine fois, pour vous laisser conter!

Steve Bernier Conteur

Résident de Saint-Louis-de-France

www.onseraconte.ca

Facebook – Instagram – TikTok – Youtube



COMMUNAUTÉ

Société de généalogie du Grand Trois-Rivières (SGGTR)

■ Atelier : GÉNÉALOGIE 101

Mercredi, 14 octobre à 13h30 ou à 19h00

À nos locaux 100 rue de la Mairie, Trois-Rivières.

Initiation aux techniques de bases en généalogie. Quel est votre but : une lignée patronymique jusqu'à votre ancêtre français ou un arbre complet ? Quelles informations recueillir et où les obtenir. Comment prendre les moyens pour bien réussir vos recherches. Cet atelier répondra à une multitude de questions afin de bien amorcer votre projet de généalogie.

Présentation par : Yvon Lemire

GRATUIT et offert au grand public.

INSCRIPTION : directement sur <http://sggtr.com> par courriel à info@sggtr.com (819) 376-2691.

INFORMATION : Internet : sggtr.com

Facebook : Société de généalogie du Grand Trois-Rivières

REDKEN

Kristal Coiffure

OCTOBERFEST ET NOVEMBER

20% de rabais sur la collection REDKEN BREWS

Valide du 1^{er} octobre au 30 novembre 2020

2545, boul. Thibeau Trois-Rivières • 819 909-4946

LA FORGE DU MALT

FORGEZ VOTRE SOIF!

SALON DE DEGUSTATION

2385 THIBEAU, TROIS-RIVIERES

LAFORGEDUMALT.COM

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DE LA FÊTE FAMILIALE

Il y aura assemblée générale pour la Fête familiale de Saint-Louis-de-France le vendredi 23 octobre à 19h au 100 rue de la mairie (ancienne hôtel de ville / Bibliothèque) à la salle la Franciade. Lors de cette assemblée, il y aura des postes de disponibles au sein du comité. Venez joindre une équipe dynamique. On vous attend en grand nombre car c'est le temps de connaître vos idées et d'agrémenter la fête selon vos goûts. Plus on aura d'idées, plus la fête sera intéressante pour tous.

Les règles de la santé publique s'appliquent pour cette réunion.

La Fête familiale Saint-Louis-de-France est un organisme sans but lucratif qui se charge de l'organisation de la Fête familiale combiné à celle de la Saint-Jean-Baptiste le 23 juin à Trois-Rivières au parc de la Terre des Loisirs. Visitez notre page Facebook à « Fête Nationale du Québec à St-Louis de France ».

Nous avons besoin de nouveaux membres sur le comité pour de nouvelles idées, cela demande quelques heures de réunion par mois et la journée de la fête.

Pour information : 819 693-5577

Pierre Pélissier, président
Fête familiale de Saint-Louis-de-France



La chronique de l'AFEAS

La reprise des activités de l'AFEAS Saint-Louis-de-France a débuté par un 5 à 7 qui a eu lieu le 9 septembre dernier. Une belle rencontre, très attendue et appréciée de nos membres. Le prochain souper aura lieu ce 14 octobre, toujours au Pavillon Saint-Louis, 3825 boulevard Thibeau, tout en respectant les normes de sécurité requises par la ville. Les nouveaux membres seront les bienvenus.

Il est possible de vous inscrire par téléphone au (819) 383-5111.

Le Comité

FADOQ

Bonjour à tous,
Votre FADOQ de Saint-Louis-de-France a repris ses activités cet été avec la pétanque et les gens étaient bien contents de se revoir.

Notre souper du 17 septembre a souligné la reprise de nos activités d'automne, à la salle de la Franciade.

Nous allons fêter nos 80 ans lors du dîner du 7 octobre à 11 h 30 qui aura aussi lieu à la salle de la Franciade, au 100 rue de la Mairie. Il sera important de respecter les consignes sanitaires en vigueur avec le port du masque.

Il est possible de payer les cartes de membres au local des aînés tous les mardis, au 3825 boulevard Thibeau Nord, de 14 h à 16 h, depuis le 8 septembre dernier. Lorsque vous paierez votre carte de membre, nous vous donnerons un reçu officiel et votre carte vous sera livrée par la poste, 4 à 6 semaines plus tard.

Pour information supplémentaires, vous pouvez contacter Solange Lafrenière, publiciste, au (819) 376-6521

DANS LA COMMUNAUTÉ

FRIPERIE ST-LOUIS OCTOBRE 2020

Comme nous étions contentes de vous revoir la «bette» ou, du moins, la moitié du visage! J

Avec l'automne qui s'est installé tranquillement, voilà qu'on pense à l'hiver. Venez nous visiter et découvrir manteaux, chandails, bottes, tuques, mitaines, foulards et bien d'autres choses afin de ne pas vous faire prendre par surprise.

Profitons bien des couleurs et de la température de la saison avant que ce soit le temps de sortir nos choses de Noël.

Pour que vous fassiez de belles découvertes, nous sommes situés dans l'ancien presbytère de l'église de Saint-Louis-de-France et nous sommes ouverts les jeudis de 13 h à 16 h et de 18 h à 20 h

Au plaisir de vous recevoir, l'équipe de la friperie

Une deuxième vie pour vos vêtements

.... RÉUTILISER

Réutiliser, c'est utiliser quelque chose à d'autres fins que celle prévue initialement, mais c'est aussi choisir de garder ses vêtements plus longtemps!

Puis, quand ils ont atteint leur fin de vie, on peut leur offrir une cure de jeunesse par différents moyens; à l'aide d'une teinture écologique, en les personnalisant avec des décorations textiles, ou en les transformant, en modifiant un pantalon usé en short par exemple.

Les friperies débordent de vêtements usagés et représentent un excellent moyen d'offrir une nouvelle vie aux vêtements dont on veut se débarrasser. Pour acheter d'occasion ou pour donner des vêtements.

Le troc entre collègues et ami(e)s permet d'échanger la robe trop petite pour fillette contre une barboteuse pour le nouveau-né. C'est facile à organiser et très convivial...

RECYCLER

...Recycler, ça paraît anodin mais en réalité, c'est tout un processus de transformation qui se met en branle pour recréer un nouvel objet. Au lieu de jeter vos vêtements, pensez à donner ce que vous n'utilisez plus.

Quant au textile, il est facilement recyclable et transformable. Les fibres déchiquetées des anciens vêtements synthétiques sont transformées en nouveaux vêtements. Plusieurs entreprises et designers proposent de plus en plus de produits fabriqués de fibres recyclées. Surveillez les étiquettes!

VALORISER

Valoriser, c'est donner une nouvelle vie, sous une nouvelle forme! Par exemple, les vieux vêtements se transforment facilement en chiffons pour la maison. Un chandail oublié au fond du placard peut devenir la pièce maîtresse d'une couverture en patchwork. Faites des recherches sur des sites tels Pinterest et sur le web pour dénicher une foule d'idées créatives.....

Extrait d'un texte sur la page officielle « d'Équiterre »

<https://www.equiterre.org/geste/une-deuxieme-vie-pour-vos-vetements-et-textiles-usages>



BIBLIOTHÈQUES
DE TROIS-RIVIÈRES

BIBLIOTHÈQUE DE LA FRANCIADE
100, rue de la Mairie,
secteur de Saint-Louis-de-France
Tél. : 819 374-6419

Pour profiter des services en ligne,
rendez-vous au
www.biblio.catalogue.v3r.net

ATTENTION :

**Des changements peuvent être apportés
à l'horaire des bibliothèques
au courant de l'automne,
nous vous invitons à consulter le site
des bibliothèques biblio.v3r.net
pour des informations à jour.**

ACTIVITÉ À VENIR :

De plus en plus végété

Caroline Huard, alias Loonie, veut aider les Québécois à être en meilleure santé, dans leur corps et dans leur tête, au moyen de la cuisine végétarienne.



Bibliothèque de La Franciade
Vendredi 18 septembre (sur réservation)
19 h à 20 h 30

Rencontres effrayantes!

Avec Nadine Poirier

Apporte ton coussin, une doudou ou maquille-toi en zombie! L'auteure présentera sa collection Mini-Frissons, des romans parfaits pour se mettre dans l'ambiance de l'Halloween.

7 à 10 ans

(20 participants sur réservation)

Bibliothèque de La Franciade

Samedi 24 octobre 13 h 30

Conte zen en famille

Avec Annie Prouvencher, professeure de yoga

Lecture de contes durant laquelle s'alternent postures de yoga et comptines. Apportez votre tapis de yoga.

3 ans et + sur réservation

De La Franciade

Les dimanches, 10 h 15

13 septembre *

25 octobre

15 novembre

13 décembre

Frédéric Dupéré et Andrée Gélinas Pharmaciens propriétaires

Affiliés à:



VOTRE PHARMACIEN POURRAIT VOUS PRESCRIRE LA MÉDICATION POUR:*

- Pédiculose (poux)
- Diarrhée du voyageur
- Cessation tabagique
- Grossesse: supplément vitaminique, nausée et vomissement
- Traitement d'urgence pour surdose d'opioïdes

*Certaines conditions peuvent s'appliquer. Consultez votre pharmacien.



VOTRE INFIRMIÈRE EST LÀ POUR VOUS AIDER**

- Traitement des verrues et accrochordons (tétines)
- Vaccination voyage
- Prise de sang
- Vaccination zona
- Lavage d'oreilles
- Et plus encore!

**Des frais peuvent s'appliquer. Informez-vous au laboratoire.

**CES SERVICES SONT OFFERTS AUX PHARMACIES FRÉDÉRIC DUPÉRÉ
ET ANDRÉE GÉLINAS DE TROIS-RIVIÈRES.**

Les infirmières sont responsables de leurs activités professionnelles.

Les pharmaciens sont les seuls responsables
de l'exercice de la pharmacie.



2 adresses pour mieux vous servir!



**SERVICE DE
LIVRAISON GRATUIT***

*Détails en pharmacie

165, boul. Ste-Madeleine
Trois-Rivières
819 371-2204

Heures d'ouverture:

Lundi au vendredi 9h à 20h
Samedi 9h à 16h • Dimanche 10h à 15h

2800, boul. Thibeau
Trois-Rivières
819 378-0627

Heures d'ouverture:

Lundi au vendredi 9h à 21h
Samedi 9h à 17h • Dimanche 10h à 17h

24925

PRODUITS ÉCOLOGIQUES EN VRAC BIODÉGRADABLES

- Détergent à lessive
- Assouplissant à lessive
- Détergent à vaisselle
- Nettoyant à plancher
- Nettoyant dégraisseur,
nettoyant pour vitre et inox
- Savon, revitalisant
et shampoing 3 en 1



Disponible dans le

Rachelle
Béry 

IGA
extra
Thibeau

Rachelle
Béry 
espace santé

645, boul. Thibeau, Trois-Rivières
819 376-1551 



SERVICE DE
LIVRAISON