Forum Citoyen Ham-Nord

Le Hameau

Année 18 / numéro 4 mai-juin 2023 ISSN 1923-3000 dépôt légal BNQ

SOMMAIRE

2 Faire Église autrement
3 AGA Forum Citoyen HN
4 Camp de jour, été 2023
4 Fête au village !
6 Kiosque de légumes au village
7 Portes ouvertes chez Andréanne
8 Souper dansant
9 Des talents de chez nous
10 MDJ
12 Poésie de Léonie
13 Bonne fête, Céline Grimard !
14 Prévention des incendies
16 Déchets volumineux
17 Compost disponible
18 Pensée du mois : David Suzuki
19 Emploi à Pêche Nicolet
20 Programme « Sam »
21 Cuisines collectives

Faisons partie de la renaissance

Par Louis-Marie Lavoie

Le mois de mai semble idéal pour manifester notre appartenance à la biodiversité terrestre, pour célébrer la nature, ses multiples beautés, sa force et en même temps sa fragilité. C'est d'ailleurs entre le 24 et le 29 mai que se tiendront cette année à travers le monde les activités et événements des Journées de la Nature.

On doit toutefois agiter le drapeau rouge face aux changements climatiques, à notre modèle de développement trop énergivore, à notre consommation insatiable. Malgré tout, « Il nous faut donner une chance à la nature et la laisser renaître » de commenter à ce sujet David Suzuki, notre penseur du mois, devant la finitude de notre planète et de ses ressources. À nous de jouer.

On le sait pour l'avoir expérimenté, être au contact de la nature favorise notre bien-être physique et psychologique. Des études démontrent de surcroît que cette proximité provoque une réduction du stress et de la dépression, une amélioration de l'estime de soi, du sentiment de bonheur ou encore de la créativité. La nature soigne nos maux, réduit la fatigue et restaure notre capacité d'attention. Sa fréquentation est plutôt de bon aloi, à la fois plaisante et thérapeutique.

(Suite, page 2)

(Suite de la page 1)

La nature est pleine, généreuse, dispensatrice de bienfaits, complexe dans toute sa diversité. Elle respire avec les saisons, médite en hiver, explose au printemps. Elle est en toute chose, elle est en nous. Nous sommes chacun un petit morceau d'elle. Et nous vivons à son rythme, en interdépendance avec tout ce qui est vivant.

Mimétisme ?

Le mois de mai semble idéal pour réaliser les idées qui ont germé puis éclos dans les pensées, embryons de projets sur le point d'être mis au point pour être bientôt livrés aux communautés humaines un peu partout à travers le monde.

Chez nous, tout en admirant les pissenlits pousser sur nos pelouses qu'on ne tondra pas tout de suite, et après avoir assaini les terrains et les routes de notre proche environnement à l'occasion de la Journée de la Terre, nous nous apprêtons à semer et à planter la nourriture vivante à partager dans le Parc du 150e, à profiter d'événements préparés pour nous tels une Méga-vente de garage (pages 3 et 20) et la journée portes ouvertes à la Clinique Andrée-Anne Esthétique (page 7). Pour couronner le tout, nous célébrerons les Journées de la Nature, la Fête des Voisins ainsi que le réveil annuel de notre appartenance ham-nordoise par un unique grand événement dont la première édition a connu un énorme succès l'an dernier.

La « Fête au village » est de retour

À l'ombre du clocher de notre église, le 3 juin, tous les membres de la communauté sont invités à partager une journée festive préparée par les organismes et les membres de votre bureau municipal. (page 4) Tout un printemps, toute une renaissance !

Salle comble pour « Faire Église autrement »

Communiqué de presse

Disraeli, le 13 avril 2023 – La salle Mozart était comble au Sanctuaire des Arts de Beaulac-Garthby pour le lancement d'une démarche de revitalisation pastorale. Organisée par l'équipe pastorale du secteur Aylmer, cette activité a accueilli 70 personnes qui ont répondu à l'invitation de réfléchir et de partager autour du thème « faire Église autrement ».

Par cet évènement, les paroisses de Saint-André-Bessette, de Saint-Jean-Paul II et de Sainte-Marguerite-de-Lingwick souhaitaient mettre de l'avant une vision d'espérance et retrouver ensemble un nouveau dynamisme. Le tout en se dotant d'une culture d'écoute et de collaboration entre les trois paroisses.

Après deux conférences inspirantes et des discussions animées, les personnes présentes ont exprimé de maintes façons comment les changements ne sont pas seulement quelque chose à subir, mais un mouvement, dont chacun peut être acteur selon ses forces et les dons qu'il a reçus. « Être acteur du changement, c'est cela véritablement s'adapter », de dire Gérald Lehoux, coordonnateur de l'équipe pastorale de secteur. « Nous sommes tous coresponsables de ce qui est à venir, et pour cela l'essentiel est de témoigner de ce qui nous habite le plus intimement et de le mettre au service des autres, d'une Église mieux présente, différemment présente, et à l'écoute ».

L'équipe pastorale de secteur (secteur Aylmer) entend bien travailler dans les prochaines semaines et les prochains mois en se laissant interpeller par les besoins du milieu, mais toujours en lien avec les forces de ceux et celles qui sont prêts à se mettre en mouvement. Et cela en essayant aussi de voir à plus long terme, en discernant des orientations, des priorités et des objectifs précis, pour s'assurer de la pertinence et de la justesse des changements à opérer.

Les organisateurs souhaitent remercier toutes les personnes qui ont généreusement contribué aux échanges et grâce à qui les prochaines étapes se dessinent déjà et se colorent de nos couleurs locales et régionales.

L'équipe pastorale de secteur (secteur Aylmer) a été mise en place par le diocèse de Sherbrooke pour aider les communautés locales à se recentrer sur leur mission, et mieux structurer leurs services. Elle est composée de l'abbé Bernard Rouleau, des diacres des trois paroisses, et de laïcs mandatés pour s'y impliquer.

Pour information : Gérald Lehoux, coordonnateur
de l'équipe pastorale de secteur Aylmer :
819-344-2953, *gerald.lehoux@hotmail.com*

Forum citoyen et le printemps 2023

Par Louis-Marie Lavoie

Né de la volonté populaire en 2005, Forum Citoyen Ham-Nord a créé bien des événements depuis 18 ans. Et il est maintenant de notoriété publique (locale) qu'un gros projet de « Serre communautaire » fait partie de ses projets à moyen terme. Cependant, plus près de nous, maintenant, les animateurs de l'organisme auront de quoi s'occuper dans les prochaines semaines.

L'Assemblée générale Annuelle de Forum Citoyen se tiendra au centre communautaire le jeudi 11 mai à 19 h. Les membres et les non-membres sont invités à recevoir les bilans et les projets soumis par l'équipe sortante des administrateurs. Il y aura également quelques sièges à combler, si vous désirez participer de près aux menées et aux réalisations de l'organisme ; sachez toutefois que votre présence à la réunion n'implique aucune obligation de votre part.

La Vente de garage est organisée pour le dimanche 28 mai de 10 h à 15 h sur le terrain de stationnement du centre communautaire. L'événement aura lieu à l'intérieur si le temps est maussade. On peut réserver une ou deux tables au 819-344-5791.

Bien entendu, tous les membres de la communauté de Ham-Nord et leurs amis sont invités à venir visiter les kiosques et à acheter toutes sortes de choses utiles et inutiles qui vous seront proposées.

La Fête au village dont il est question dans les pages de ce journal est organisée par notre municipalité, et les organismes de Ham-Nord y vont chacun de leur contribution. Forum tiendra un kiosque orienté sur les Incroyables Comestibles (de 10 h à 12 h). On pourra s'y informer, peut-être manifester de l'intérêt à s'impliquer, et participer à un échange de plantules. Vous avez fait trop de semis, vous avez sérieusement divisé les fleurs de vos platebandes ? Voici l'occasion de partager, échanger, découvrir.

Les Incroyables Comestibles sont devenus aussi des incontournables au Parc du 150e. Cette année, les objectifs sont les suivants : le désherbage sera terminé le 6 juin, et on procédera aux semis et aux plantations le 13 juin après souper.

Forum Citoyen complètera ces informations via sa page Facebook et celle de Ham-Nord–Québec. À suivre.

FORUM CITOYEN HAM-NORD

CONVOCATION à l'AGA de FORUM CITOYEN

Avant la réunion : 10 minutes de cohérence cardiaque avec Marie-Reine Chaput

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

Date et heure : le jeudi 11 mai 2023 à 19h00

Lieu : Salle du Centre communautaire, 474 rue Principale, Ham-Nord

****** Bienvenu aux membres et aux non-membres ******

Camp de jour été 2023 OTJ de Ham-Nord

Par Élise Hamel, responsable des loisirs

Les activités du camp de jour débuteront le lundi 26 juin jusqu'au vendredi 18 août.

Le camp de jour sera fermé pour les 2 semaines de congé de la construction, soit du 23 juillet au 5 août 2023. Retour le lundi 7 août 2023.

Le camp de jour s'adresse aux jeunes de 5 à 12 ans (ou ayant complété la prématernelle 4 ans).

Coût pour 6 semaines de 5 jours + 1 jour

- Un enfant : 150 $
- Deux enfants et + : 100 $
- Service de garde : **Gratuit** (de 7 h 30 à 9 h le matin et de 16 h à 17 h 30 en fin de journée)

DATE LIMITE pour inscriptions : mercredi 14 juin

Courriel : elise.hamel@ham-nord.ca

Téléphone : 819 344-2424 poste : 5 (Élise Hamel)

SVP, veuillez spécifier lors de votre inscription le nom complet et l'âge de votre enfant, si vous avez besoin du service de garde ainsi que l'heure d'arrivée et de départ.

O.T.J. Ham-Nord

C'est la fête au village !

Par Élise Hamel, responsable des loisirs

QUAND : le samedi 3 juin 2023 de 10 h à 15 h

OÙ : sur le parvis de l'église

SOUS LE THÈME : Viens partager ta passion !

- **spectacle des talents locaux**
- **kiosques des passionnés**
- **spectacle pour enfant**
- **camion de pompier**
- **auto de police**
- **jeux gonflables**
- **cantine**

Nous allons vous informer de l'horaire exact sous peu.

Vous voulez participer ?

Pour participer au volet « talents locaux »

Ou pour réserver une table afin de partager votre passion (tricot, sculpture, collection, etc.)

Contactez Patrick : patrick.duchaine@ham-nord.ca ou Élise : elise.hamel@ham-nord.ca

Au plaisir de fêter avec vous !

Fête au village : « Viens partager ta passion ! »

Par Louis-Marie Lavoie

C'est l'occasion rêvée pour renouer avec nos connaissances ou s'en faire de nouvelles, et pour passer de bons moments.

On pourra se sensibiliser au monde et aux équipements des pompiers et des policiers ; on pourra danser, assister à un spectacle, échanger des plantes. On pourra manger sur place.

C'est un rendez-vous pour chacune et chacun d'entre nous. Pour fraterniser, avoir du plaisir, découvrir ; pour assumer notre appartenance à notre beau village, s'en imprégner, et en être fier. Le 3 juin à compter de 10 h.

La « Fête au village » qui a eu lieu sur le parvis de l'église en juin 2022 fut un véritable succès.

L'équipe du bureau municipal, en partenariat avec nos organismes locaux, récidive l'expérience cette année, le samedi 3 juin 2023.

On va débuter l'été en beauté en rassemblant un maximum de personnes de tous âges, au même moment, au même endroit.

Plusieurs projets et activités sont prévus afin d'agrémenter la journée et de la rendre mémorable.

On aura l'occasion de découvrir les œuvres d'artisans et les performances d'artistes, locaux bien sûr.

Quand ? SAMEDI 3 JUIN, à compter de 10 h !

Des légumes bio, frais et locaux … toute l'année ! Ça vous dit ?

Par Lauviah Charbonneau-Robert

Plus que jamais, la souveraineté alimentaire est un sujet au cœur de l'actualité mondiale.

Lorsque la pandémie nous a frappés en 2020 et que, peu après, les États-Unis ont fermé leurs frontières, les Québécois ont collectivement pris conscience de la fragilité du système d'approvisionnement en nourriture, notamment en fruits et légumes qui nous viennent majoritairement de l'Ouest américain. Cela nous a fait prendre conscience de l'importance de se nourrir de manière plus locale.

À la Ferme-Bio-Maraîchère, nous produisons des légumes biologiques depuis plus de trente ans, en serre et dans les champs. Au cours des dernières années, nous avons décidé d'allonger notre période de production en chauffant nos deux principales serres afin de pouvoir produire des légumes de qualité tout au long de l'année.

Des « paniers d'hiver » et des légumes de printemps !

Lorsque nous avons imaginé le projet, il était évident que nous visions à proposer ces légumes aux habitants de notre région en priorité. Nous sommes donc en train de mettre sur pied une offre de paniers d'hiver pour les habitants de Ham-Nord et des environs.

Ces paniers seront en vente à partir de l'automne 2023, mais vous pourrez profiter de nos légumes dès ce printemps, car nous tiendrons un kiosque de légumes tous les jeudis de 15 h à 18 h 30 dès le 1er juin au parc du 150e de Ham-Nord.

Ferme Bio Maraîchère

Cité Écologique

Produit biologique certifié Québec Vrai

Kiosque

LÉGUMES BIOLOGIQUES

de la Ferme Bio-Maraîchère

tous les JEUDIS de 15 h à 18 h 30

dès le 1er juin, au Parc du 150e

Portes ouvertes chez Andrée-Anne Esthétique

Par Louis-Marie Lavoie

Dans le Hameau de septembre 2021, nous était racontée l'histoire de l'installation de quelques spécialistes de soins personnels sous l'égide de « Andrée-Anne Esthétique » au 454 rue Principale. Cette clinique soulignera son deuxième anniversaire, déjà, en ce jeudi 25 mai prochain par une journée « Portes ouvertes », de 13 h à 19 h.

Le Hameau a rencontré Andrée-Anne Racette, propriétaire de la clinique, qui rappelle que c'est l'occasion pour elle de commémorer aussi le fait que cela fait maintenant dix ans qu'elle avait emménagé son premier salon à Ham-Nord, en rejoignant Karo Nolet, styliste, et Louiselle Caron, naturopathe, sous l'emblème « Louange ».

Dix ans ! Andrée-Anne relate cette époque avec reconnaissance envers sa première clientèle qui lui a fait confiance, et surtout envers Louiselle, qu'elle considère comme une pionnière, et qui lui a donné sa chance, en lui présentant beaucoup de monde. À son tour, elle « donne au suivant » ; en effet, son entreprise lui procure l'occasion aujourd'hui de créer une synergie sous le même toit avec diverses intervenantes qui gagnent leur vie en améliorant la qualité de celle des autres.

Cet aspect de la clinique fait d'ailleurs la fierté d'Andrée-Anne : chaque praticienne apporte sa signature, son talent, dans son domaine spécifique tout en contribuant par son expérience à la pérennité et à la qualité de l'ensemble. Sans compter l'importance de fidéliser une belle clientèle qui, satisfaite, « attire du bon monde ». Une entreprise saine comme celle-ci participe à la vie économique de notre communauté, en favorisant ce qu'on appelle « l'achat local » ; parmi la clientèle, des gens viennent de Victoriaville, de Sherbrooke, de Plessisville, même de Québec.

La clinique propose les services de Sonia Roy (massothérapeute), de Lorraine Lemieux (acupunctrice), de Mélodie Darveau (maquillage permanent), de Caroline Juneau (infirmière), de Katleen Nugent (fasciathérapeute) et d'Andrée-Anne Racette (esthéticienne, drainage lymphatique, électrolyse, soin facial et plus). Ces praticiennes seront présentes lors des « portes ouvertes » ; il sera possible d'échanger avec elle et d'en apprendre davantage à propos de leur travail et du bien-être qu'elles peuvent dispenser.

Andrée-Anne
ESTHÉTIQUE

Ce 25 mai, « La Clinique Andrée-Anne Esthétique » sera en effervescence. On vous attend. Accueil chaleureux, petit cocktail maison, informations, rabais et promotions, prix de présence, tout sera mis en œuvre pour créer une journée mémorable, stimulante, festive. Cette invitation, fait remarquer Andrée-Anne, est aussi valable pour les messieurs…

Pour terminer l'entretien, cette dernière insiste pour remercier la municipalité pour la solidarité qu'elle manifeste envers sa jeune entreprise ; ses partenaires pour leur confiance et leur présence ; son conjoint Jean-Michel pour son encouragement et sa collaboration ; enfin sa clientèle pour sa fidélité.

SOUPER DANSANT BBQ

SAMEDI 13 MAI 2023

CENTRE COMMUNAUTAIRE DE HAM-NORD

Au menu :

DEMI-POULET BBQ
SALADE — SAUCE
PATATE AU FOUR
ET DESSERT

TOUS LES PROFITS VONT À LA PAROISSE
SAINTS-ANGES DE HAM-NORD

BILLETS — ADULTES : 35$
12 ANS ET MOINS : 15$

TIRAGE DE PRIX DE PRESENCE!

Venez manger et danser avec nous!

— BAR SUR PLACE —

Repas à 18h – Danse avec DJ Charles Perreault à 20h

ORGANISÉ PAR LE CONSEIL DE GESTION
Marie-Josée Brault : 819 344-2471 – Diane Garneau: 819-344-2019
Suzanne Desrochers : 819 344-2514 – Sarah-Ève Dubé : 819 344-2342
Gérald et Claudette Lehoux : 819 344-2953

Finales régionales de Secondaire en spectacle

Les talents de chez nous raflent les grands honneurs !

L'édition 2022-2023 des finales régionales de Secondaire en spectacle du Centre-du-Québec avait lieu au Théatre Belcourt de Baie-du-Febvre les 18 et 19 avril dernier. Plus de cent jeunes provenant des seize écoles secondaires de la région y participaient. En plus d'offrir de très belles prestations, les artistes des écoles secondaires de la MRC de l'Érable et d'Arthabaska ont été mis à l'honneur.

Lauréats régionaux

L'école secondaire Le Boisé s'est d'abord mérité les grands honneurs de la finale régionale du 18 avril dans la catégorie Interprétation-musique grâce au talent de Layli Evans (Victoriaville), Juliette Gagnon (Victoriaville) et Éliot Couture (Ham-Nord).

Le mariage des voix des chanteuses ainsi que la qualité d'exécution au piano, à la guitare et à la batterie ont séduit le jury. Ils nous ont présenté avec brio la chanson *Nous après nous* des sœurs Boulay.

Pour se mériter une place à la finale régionale du Centre-du-Québec, les 3 artistes avaient au préalable remporté le volet local de Secondaire en spectacle qui s'était déroulé le 16 février à la Polyvalente le Boisé.

Bravo à ces artistes de chez nous qui représenteront fièrement la région du Centre-du-Québec au Rendez-vous panquébécois, volet provincial de Secondaire en spectacle du 1er au 4 juin, à Laval.

(Artistes gagnants de l'école secondaire Le Boisé : Éliot Couture, Layli Evans et Juliette Gagnon)

Coup de cœur du jury

Lors du spectacle des finales régionales de Secondaire en spectacle du Centre-du-Québec tenu le 18 avril au Théatre Belcourt de Baie-du-Febvre, les membres du groupe LES SARDINES (dont fait partie Caleb Couture-Nolette de Ham-Nord, au saxophone) ont eu la chance de démontrer leurs talents de musicien et de littéralement enflammer la salle avec une prestation hautement dynamique. LES SARDINES avaient obtenu le prix « Coup de cœur du jury » lors du volet local de Secondaire en spectacle qui s'était déroulé le 16 février à la Polyvalente Le Boisé, leur permettant ainsi de venir démontrer leur savoir-faire lors de la finale régionale.

Le groupe LES SARDINES (Caleb Couture-Nolette, 2e rangée à l'extrême gauche)

Loisir Sport CentreduQuébec tient à féliciter tous les participants des finales régionales de Secondaire en spectacle. Soulignons la précieuse collaboration de tous nos partenaires, soit NousTV, le Cégep de Victoriaville, le Cégep de Drummondville, la Société SaintJeanBaptiste du Centredu-Québec, le Camp Chanson Québécor de Petite Vallée qui, par leur soutien, ont permis à tous ces jeunes artistes de vivre une expérience de scène inoubliable !

MDJ DES HAUTS-RELIEFS:

à Ham-Nord et à Chesterville!

La MDJ invite les jeunes de 11 à 17 ans!

Venez découvrir nos activités directement à la maison des jeunes située au 210, rue Caron, à Ham-Nord ou au local des jeunes du 480, rue de l'Accueil, à Chesterville.

CRÉATION D'UN VIDÉOCLIP

Maison des jeunes des Hauts-Reliefs

Tu souhaites :

Participer à la mise en scène d'un vidéoclip pour la chanson composée par les jeunes ?

Recevoir une formation sur l'utilisation d'une caméra vidéo et d'un micro ?

Être accompagné.e par un professionnal tout au long du tournage ?

Mettre à profit tes connaissances en montage ?

Donne ton nom dès maintenant !
819-344-5530 ou
Animateurs Mdj Hauts Reliefs

PROJET SPÉCIAL - M'ENTENDS-TU ?

Le Projet « M'entends-tu?» vise une meilleure connaissance et estime de soi pour les jeunes grâce à une expérience créative et haute en couleur.

Le projet a débuté en février par des activités de connaissance de soi et des discussions sur la santé mentale. En mars, les jeunes ont reçu la visite de l'auteure-compositrice-interprète Bermuda, qui nous accompagne dans le processus de composition d'une chanson!

À VENIR EN AVRIL :
2 AUTRES ATELIERS D'ÉCRITURE AVEC L'ARTISTE BERMUDA

UNE FORMATION POUR SE FAMILIARISER AVEC LE MATÉRIEL AUDIOVISUEL

LA CRÉATON D'UN VIDEOCLIP

ET BIEN PLUS !

Merci aux jeunes qui s'impliquent avec coeur et sérieux dans ce projet créatif !

Il est encore temps de t'impliquer dans la suite du projet !
819-344-5530 ou Animateurs Mdj Hauts Reliefs

MAI 2023

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
1 Soirée j'm'active	2 CA	3 Soirée «Jasette entre filles»	4 Libre	5 Soirée loup garou
8 Soirée j'm'active	9 Aide aux devoirs 16h-17h Comité aménagement	10 CJ *Dernière soirée de Pri*	11 18h30 Projet M'entends-tu? avec invité	12 Canettes
15 Escalade	16 Aide aux devoirs 16h-17h Canettes	17 Libre	18 18h30 Projet M'entends-tu?	19 Pédago Activité à venir
22 MDJ fermée	23 Aide aux devoirs 16h-17h Libre	24 Soirée des membres	25 18h30 Projet M'entends-tu?	26 Soirée intergénérationelle
29 Soirée j'm'active	30 Aide aux devoirs 16h-17h Comité activités	31 Soirée «Jasette entre garçons»		

Maison des jeunes des Hauts-Reliefs

Regroupement des MAISONS DES JEUNES du Québec MEMBRE OFFICIEL

= Aspirants de 11 ans admis!

L'escalade ça te parle? C'est ta chance! Inscris-toi

= transport disponible!

= inscription obligatoire

Pour toute question
819-344-5530
coordo@mdjhr.ca

Citations savoureuses

Par René Bergeron

Les sportifs, les entraîneurs, les commentateurs et les politiciens adoptent parfois une forme de dérapage verbal cocasse. En voici quelques exemples:

- **Les Nordiques devraient aller chercher des recrues d'expérience.**
- **Avec la relève qui s'en vient, ça regarde de bon augure.**
- **Félicitations aux Alouettes pour avoir gagné la coupe Stanley en 2009. – Gérald Tremblay**
- **Je crois que nos importations viennent de plus en plus de l'étranger. – George W. Bush.**
- **Comment tu fais pour savoir si tel ou tel gars a une graine de coach.**
- **Il ne faut pas jeter la serviette avec l'eau du bain.**
- **Il s'est retrouvé les quatre jambes en l'air.**
- **Pat Burns a une épée de Guillaume Tell suspendue sur sa tête.**
- **Il n'y est pas allé avec le dos de la main morte.**
- **Les Bruins ont eu un bon début de match, surtout en première période.**

J'arrive en corps

L'odeur m'éveille.
L'air chaud et puis froid.
Couche le soleil.
Le même chaque fois.
Je suis un bébé, une enfant
Une adulte, un adolescent
Qu'une vieille de mille voies
Aller, revenir
Aller, repartir
L'hiver se rappelle, l'été reviendra
La nuit nous oublie, demain nous vivra
Ailleurs existe pour revenir à soi
L'odeur m'éveille.
L'air chaud et puis froid.
Couche le soleil.
Le même chaque fois.
Introduit de la terre
Conclu dans ta terre
Je suis en corps nomade
En corps malade
De vivre vite de vivre
Vite de vivre en corps
Aller, revenir
Aller, repartir
L'odeur m'éveille.
L'air chaud et puis froid.
Couche le soleil.
Le même chaque fois.
Silence dans corps
M'arrêter un instant
Aimer lentement
Que de tout tant
Durcir en corps
Vivre avant la mort
Je reste toujours.
Je repars en corps.
L'odeur m'éveille.
L'air chaud et puis froid.
Couche le soleil.
Le même chaque fois.

Léonie

Bon anniversaire à Céline Grimard !

Par Katy Grimard

Toute la famille s'est réunie pour souhaiter un très joyeux anniversaire à notre Maman Céline Grimard qui a célébré ses 80 ans en avril dernier ! Pour nous, notre maman est une femme inspirante par sa grande disponibilité, sa détermination et son implication dans son milieu. Nous sommes heureux de mieux vous la faire connaître dans les quelques lignes qui suivent :

Tout d'abord, notre maman possède de nombreux talents, dont des aptitudes manuelles dans des domaines variés, et parfois même surprenants : couture, tissage, tricot, jardinage, cuisine, aménagement paysager, réparation diverse, etc. Elle a même développé des aptitudes en mécanique agricole !! Si on fait un retour dans le temps qu'elle exploitait une ferme, c'est notre mère qui opérait la presse à balles de foin et c'est aussi elle qui la réparait quand il y avait un bris. Elle conduisait les tracteurs, faisait la traite des vaches, montait dans les silos ; bref, il n'y avait vraiment rien à son épreuve ! ET c'est un trait qui la caractérise encore aujourd'hui par son sens du travail et sa débrouillardise.

En plus de ses nombreux talents, notre maman Céline est une retraitée active et qui se tient occupée par diverses activités : jeux de carte, pétanque, marche, activités physiques en ligne, lecture ainsi que des petits et grands voyages.

Quand on pense à son implication dans son milieu, sa feuille de route s'est allongée au fil des années : présidente du Club FADOQ à Ham-Nord, membre du CA FADOQ Centre-du-Québec, membre du CA et présidente des Fermières, membre de la chorale, marguillère, membre du Club Lions pour ne nommer que ceux-là.

Toutefois, ce qui pourrait en surprendre plusieurs, c'est tout le travail dans l'ombre qu'elle a réalisé au bénéfice de notre communauté au cours de la dernière décennie. Avez-vous été témoins des nombreuses améliorations et rénovations du Centre communautaire de Ham-Nord ? Changement des portes d'entrée extérieures permettant l'accès aux personnes à mobilité réduite, rénovations importantes de la cuisine incluant l'ajout d'un lave-vaisselle commercial, rénovations des salles de bains du sous-sol, travaux de peinture du sous-sol, etc. C'est pas moins de 4 subventions totalisant tout près de 100 000 $ que notre mère est allée chercher par sa seule initiative et bénévolement, afin de faire une cure beauté au centre communautaire. Pour une retraitée, on peut dire qu'elle se tient occupée de belle façon et au bénéfice de notre communauté !

C'est le 15 avril dernier que nous avons souligné l'anniversaire de notre Maman… au centre communautaire de Ham-Nord, évidemment ! C'est sous la thématique de la Soirée canadienne que plus de 50 personnes se sont rassemblées autour d'un bon repas de Cabane à sucre suivi d'une soirée bien animée à taper du pied et des mains sur des airs folkloriques. Pour l'occasion, toute la famille de Céline était présente : ses 4 enfants et conjoints, ses 14 petits-enfants, ses 11 arrière-petits-enfants, sa fratrie ainsi que quelques amis. Tout le monde s'était paré de ses plus belles trouvailles vestimentaires et certains hommes ont poussé l'audace en arborant leur plus belle moustache afin de faire revivre cette belle époque le temps d'une soirée. Du gros bonheur en famille et entre amis !

Gens de Ham-Nord, joignez-vous à nous pour lui souhaiter vos meilleurs vœux d'anniversaire !

Maman, pour les années à venir, on te souhaite la Santé, l'énergie de poursuivre tes projets et loisirs et du bonheur à profusion ! On t'aime beaucoup, et merci d'être toujours là pour nous !

Tes enfants Martin, Dany, Maryse et Katy xxxx

Régie intermunicipale d'incendie des Trois Monts

Chronique PRÉVENTION

Par Toni Marcotte, Directeur de la Régie intermunicipale des 3 Monts

Feux de broussailles

Le printemps s'en vient à grands pas. Ce qui veut dire aussi la saison des feux de broussailles.

Chaque année, on nous appelle pour aller éteindre des feux de broussailles ou de forêt qui sont d'origine accidentelle ou volontaire. Chaque petit feu allumé volontairement était petit, à la base, et sous contrôle de son responsable.

Il ne s'agit que d'un moment de distraction ou que le vent se lève pour en perdre le contrôle. Même si vous pensez que votre feu est éteint, le vent pourrait transporter des braises ou même parfois ce sont les racines qui propagent l'incendie. C'est pourquoi une grande quantité d'eau est nécessaire afin de bien éteindre et refroidir notre feu.

« Beau temps » rime avec « Beau petit feu de camp »

Là aussi, on reçoit plusieurs appels par année pour la vérification d'un feu à ciel ouvert ou pour la fumée qui incommode un voisin. J'en profite donc pour expliquer ce qui définit un feu à ciel ouvert, où et quand on peut en allumer.

FEU À CIEL OUVERT

Est considéré comme un feu à ciel ouvert, tout feu ailleurs que dans un foyer conforme. Pour être conforme, le foyer doit être muni d'une porte et d'une cheminée qui possède un pare-étincelle.

➛ **OÙ** peut-on allumer un feu à ciel ouvert (sans permis) ?

➛ Dans un périmètre rural (à la campagne) ;

➛ À une distance de 3 mètres de la ligne de propriété, à 5 mètres de tous matériaux combustibles, à 10 mètres de tout bâtiment et à 45 mètres des bâtiments agricoles ;

➛ L'espace doit être délimité sur une surface incombustible et ayant un muret de rétention de 250 mm de hauteur. Il ne doit pas être supérieur à un mètre de diamètre et le feu à un mètre de hauteur ;

➛ Aucun feu à ciel ouvert ne peut être allumé dans le périmètre urbain (village).

➛ Quand peut-on allumer un feu à ciel ouvert (sans permis) ?

➛ Lorsque l'équipement nécessaire pour empêcher la propagation du feu est disponible sur les lieux où sera allumé le feu, et ce, pour toute la durée du feu ;

➛ Lorsqu'une personne d'au moins 18 ans est présente sur les lieux, et ce jusqu'à ce que le feu soit complètement éteint ;

➛ Lorsque la fumée n'incommode pas les voisins ;

➛ Lorsque l'on n'y brûle pas de déchets solides ou autres rebuts visés aux règlements sur les déchets ; (Utilisez seulement comme matière combustible du bois séché non verni, non peint, ni traité et exempt de toute matière toxique) ;

➛ Ne pas allumer ou maintenir un feu allumé si la vélocité du vent dépasse 20 km/h ;

➛ Ne pas utiliser de produits accélérant ;

➛ Le responsable a l'obligation de vérifier le niveau de danger d'incendie indiqué par la Sopfeu. Celui-ci doit être bas ou modéré ;

➛ Aucun feu à ciel ouvert ne peut être allumé entre le 1er avril et le 1er juin sans permis.

➛ Village ou périmètre urbain

➛ Dans le village, un foyer conforme est requis

➛ Un foyer extérieur ne peut être installé que dans la cour arrière ou latérale.

➛ La distance entre un foyer extérieur et toute ligne de propriété doit être d'au moins 2 mètres.

➛ La distance entre un foyer extérieur et tout matériau combustible doit être d'au moins 3 mètres.

➛ La distance entre un foyer extérieur et tout bâtiment doit être d'au moins 5 mètres.

AUTRES FEUX ET PERMIS

Pour tout autre feu, un permis est requis, demandez à votre responsable municipale, **ce permis est obligatoire et gratuit.**

Rappelons aussi qu'il est interdit de faire ou de laisser brûler des matières polluantes, par exemple : plastique, huile, pneus, matériaux de construction, etc. Dans le cas où le service incendie serait appelé à intervenir sur les lieux d'un feu ou des polluants seraient impliqués, le service serait dans l'obligation de transmettre le dossier au ministère de l'Environnement.

ATTENTION, infraction à l'article 70 du règlement de prévention incendie :

Le fait pour une personne d'allumer un feu sans permis ou de ne pas respecter les conditions d'utilisation stipulées ci-haut constitue une infraction. Cette personne est passible des sanctions prévues au présent règlement et peut être tenue responsable du paiement des déboursés encourus par la Régie pour le travail du service de sécurité incendie. Ceci est un résumé du Règlement municipal, je vous invite à le consulter dans son entièreté pour plus de précision.

Bon feu de camp !

DÉCHETS VOLUMINEUX (GROSSES VIDANGES)

SEMAINE DU 5 JUIN 2023

Matières acceptées :

Tout ce qui meuble une résidence, mais qui ne peut être mis dans le bac à déchets. Exemple :

- Fauteuils et matelas, tapis et couvre-planchers (roulés)
- Piscines hors terre, accessoires et pompes
- Réservoirs vides et non contaminés (maximum de 1 100 litres)
- Branches d'arbres de moins de 3 pieds
- Souffleuses, tondeuses et taille-bordures (sans moteur)
- Cuisinières, laveuses/sécheuses et lave-vaisselles

Matières refusées :

- Bains, lavabos, toilettes, portes, fenêtres et autres matériaux de construction, de rénovation et de démolition
- Matériel informatique (écrans, ordinateurs, etc.)
- Les réfrigérateurs et les congélateurs ou tout appareil contenant du fréon
- Peinture, pneus
- Pour toutes informations sur les matières acceptées, visitez le www.gesterra.ca

ATTENTION :

La collecte des déchets volumineux est prévue dans la semaine du 5 juin, ce qui permettra au transporteur de déterminer le moment de la semaine le plus approprié pour effectuer la collecte ou encore de pouvoir effectuer la collecte de notre territoire complet sur quelques jours. Il vous sera donc demandé de déposer les déchets volumineux en bordure de rue, au plus tard le dimanche soir 4 juin, soit juste avant la semaine de collecte.

Message à tous les résidents…

Vous souhaitez voir vos coordonnées apparaitre dans le prochain BOTTIN RURAL ?

Vous faites affaire avec une compagnie AUTRE que TÉLÉBEC ou BELL ?

Écrivez-nous directement par courriel :

catherineperushek98@gmail.com
carolinedoyon@cgocable.ca

* Prenez note que notre liste est valide jusqu'au 1er janvier et que tout changement passé ce délai n'apparaitra pas dans le Bottin actuel.

LE COMPOST ARRIVE AU PARC DU 150e

Afin de nous encourager à poursuivre les efforts effectués pour le compostage, la compagnie GESTERRA redistribue du compost à chacune des municipalités membres de son entreprise.

Le compost sera disponible pour vous au Parc du 150e qui se trouve sur la 1re Avenue.

Livraison prévue : le vendredi 12 mai prochain

Vous pourrez aller en chercher dans les prochains jours !

NOUS VOUS DEMANDONS SVP :

1– D'apporter votre propre pelle ainsi que vos récipients pour le compost.

2– D'être raisonnable dans vos quantités afin que tous aient une part équitable.

… et nous vous remercions à l'avance de votre PRÉCIEUSE COLLABORATION !

Il est donc demandé SVP d'utiliser des chaudières, des pots à fleurs ou encore une petite brouette pour la collecte du compost.

Merci beaucoup et bon jardinage à tous !

Activités à venir à Ham-Nord

Par Élise Hamel

Au Centre communautaire

11 mai, 19 h, Assemblée générale Annuelle des membres de Forum Citoyen Ham-Nord

Au Parc du 150e

12 mai, distribution de compost

À la Clinique Andrée-Anne Esthétique

25 mai, de 13 h à 19 h, Journée « Portes ouvertes » à la Clinique Andrée-Anne Esthétique, 454 rue Principale

Au Centre communautaire

28 mai, Vente de garage et distribution d'arbres, de 10 h à 15 h

Sur le parvis de l'église

3 juin, Fête au village de 10 h à 15 h

Au Parc du 150e

6 juin, fin du désherbage des Incroyables Comestibles

13 juin, 18 h, semis et plantations des Incroyables Comestibles

23 juin, Saint-Jean-Baptiste de 18 h à 23 h au Parc du 150e mettant en vedette Les Triplettes

13 juillet, Les jeudis en chanson de 18 h à 22 h Parc du 150e mettant en vedette Why not

24 août, Les jeudis en chanson de 18 h à 22 h au Parc du 150e mettant en vedette Les mangeux d'puck.

La pensée du mois Notre invité : David Suzuki

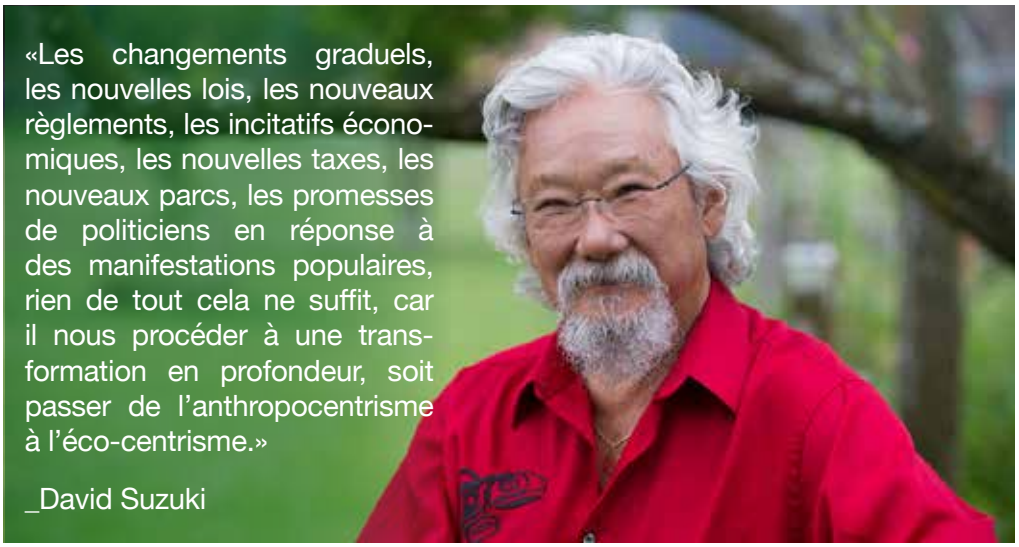
Par Louis-Marie Lavoie

Le docteur David Suzuki, né à Vancouver en 1936, et toujours vivant, est renommé pour son implication en tant qu'écologiste, militant climatique, et écrivain. Il détient un baccalauréat en biologie et un doctorat en zoologie. Il deviendra Professeur Associé à l'institut de recherche en développement durable à l'Université de Colombie-Britannique. Il est titulaire de 29 doctorats honorifiques décernés par des universités de plusieurs pays et a été fait officier de l'Ordre du Canada en 1976.

Entre 1975 et 2022, il a collaboré à plusieurs émissions de télévision dont la plus célèbre est la série scientifique « The Nature of Things », dont il a été animateur, ce qui lui a valu une renommée internationale. Il a également écrit plusieurs livres dont « L'équilibre sacré » (2007).

C'est à son intense implication dans le domaine de l'écologie que David Suzuki doit sa notoriété. Il cofonde en 1989, avec son épouse Tara Cullis, la Fondation David Suzuki « dont la mission est la protection de la diversité de la nature et de la qualité de la vie, maintenant et pour l'avenir. Grâce à cette fondation, de nombreux projets voient le jour, surtout au Canada, pour transformer l'économie, protéger les systèmes naturels, créer des communautés viables, sauvegarder le climat et permettre aux citoyens, et aux jeunes en particulier, de renouer avec la nature. »

Concernant notre relation avec la Terre et notre mode de vie, le docteur Suzuki nous invite à un changement radical dans notre façon de considérer le monde qui nous entoure et dont nous faisons partie. Rien de moins qu'un changement de paradigme.



La biodiversité, c'est quoi ?

On entend souvent ce mot, on a une vague idée de sa signification bien sûr, mais que veut-il dire vraiment ? Une petite balade sur Internet nous apprend que la biodiversité inclut toutes les formes de vie, les liens qui les unissent entre elles ainsi que les liens qui les unissent avec l'environnement dans lequel les espèces évoluent. On constate qu'elle est constituée de trois niveaux.

La diversité des espèces : À ce jour ce jour, les spécialistes ont réussi à identifier 1,75 million d'espèces différentes. Du microbe à la baleine bleue, en passant par le pissenlit et l'être humain.

La diversité génétique : Il n'y a pas deux individus vivants qui soient semblables ; l'ADN de chaque personne, de chaque animal, de chaque champignon ou de chaque plante fait en sorte que nous sommes tous différents.

La diversité des écosystèmes est caractérisée par la multitude de milieux dans lesquels les organismes vivants évoluent, par exemple : la forêt, le désert, l'océan, le marais, la rivière, la forêt tropicale, la montagne.

Le 22 mai est la Journée internationale de la biodiversité. À cette occasion, la planète entière célèbre la vie sur terre. Profitons-en pour s'émerveiller de sa richesse et peut-être redécouvrir les espèces qui nous entourent à l'occasion d'une petite promenade, n'importe où.

Corporation de gestion des rivières des Bois-Francs (Pêche Nicolet)

Mandat et principales activités de notre organisme

Mandat environnemental et récréotouristique : conservation, protection et mise en valeur de la rivière Nicolet. Gérer un parcours de pêche à la truite unique au Québec et son accès public, promouvoir la pêche récréative et initier de nouveaux adeptes de la pêche, entre autres par le Festival de la truite de Victoriaville et les Samedis « Pêche en ville ».

Pêche Nicolet, présent à Victoriaville ainsi que dans les régions de Saint-Rémi-de-Tingwick et Chesterville, recherche un candidat intéressé à un travail en plein air.

Le candidat choisi aura à travailler en collaboration avec le directeur du parcours, le responsable des sentiers et l'agent de territoire.

OFFRE D'EMPLOI : **Assistant au parcours de pêche (été 2023)**

Principales tâches et responsabilités

- Participer à l'entretien des sentiers du parcours de pêche (débroussaillage), à la tonte de la pelouse des stationnements et autres petits travaux. Propreté des terrains.
- Participer à l'ensemencement hebdomadaire des truites dans la rivière Nicolet.
- Participer aux projets spéciaux : affichage, petits aménagements et autres.
- Réaliser des activités environnementales telles que le repérage de plantes exotiques envahissantes.
- Possibilité également de participer au projet d'amélioration de deux frayères.
- Participer à la surveillance des lieux et au respect des règles de pêche, sécurité et propreté auprès des pêcheurs.
- Participer à l'accueil et l'accompagnement de groupes.
- Prendre note des commentaires et situations problématiques ; les transmettre aux responsables.
- Inciter les pêcheurs à faire des rapports de captures.
- Participer au 9e Festival de la truite de Victoriaville (3-4 juin 2023).
- Autres responsabilités connexes.

PROFIL DU CANDIDAT RECHERCHÉ

1* Âgé de 18 à 30 ans
2* Certaines habiletés manuelles
3* Être autonome, une fois qu'il aura reçu sa formation de base
4* Avoir le sens de l'observation pour faire des recommandations
5* Connaissances de base sur la pêche; savoir communiquer avec les pêcheurs

SALAIRE ET CONDITIONS OFFERTES :

- 2 $ l'heure de plus que le salaire minimum, plus frais de déplacement.
- Horaire flexible; notre saison de pêche 2022 est du 28 avril au 24 septembre.
- Contrat de 280 heures sur 8 à 10 semaines * Avec possibilité de vacances.

PRINCIPALES ÉTAPES DE SÉLECTION

1. Le plus tôt possible, faire parvenir un curriculum vitae, avec une courte lettre d'intérêt (1 page). Par courriel à : marc.morin@pechenicolet.com
2. Les candidatures retenues seront acheminées au coordonnateur et au directeur de parcours.
3. Une entrevue en personne ou par TEAMS aura lieu.

Le Programme Sam

- SAM est un programme de jumelage personnalisé de gardien à domicile pour offrir du répit aux parents et proches aidants de personnes en situation d'handicap.
- SAM réfère des ressources qui ont les compétences pour prendre soin de l'usager et les disponibilités pour répondre aux besoins de répit du demandeur.
- Le demandeur choisit le gardien avec lequel il se sent en confiance et établit une entente de service de gré à gré.
- Le gardien aussi appelé le «SAMi», anime et accompagne l'usager dans ses loisirs, aide à l'alimentation et peut offrir des soins d'hygiène.

Vous avez besoin de répit?

Vous voulez être un SAMi pour offrir du répit?

Communiquez avec nous:
sam@rophcq.com
819 818-0276

Porteur du projet

Regroupement des organismes pour personnes handicapées Centre-du-Québec

DIMANCHE 28 MAI 2023

sur le stationnement du Centre communautaire de Ham-Nord

de 10 h à 15 h

Vous pouvez réserver 1 ou 2 tables :

819 344-5791

La Semaine de la police

Pour en savoir plus sur la réalité du milieu policier…

La Semaine de la police est une occasion annuelle pour les corps de police de tenir des événements pour souligner des réalités du milieu policier et des communautés qu'ils desservent. Cette année, la Semaine de la police se déroulera du 14 au 20 mai prochains et aura pour thème « Mieux se comprendre : la police et le citoyen ».

Dans le cadre de la Semaine de la police, les policiers de la MRC d'Arthabaska et de l'Érable prendront donc part à des activités dans leur communauté. Ils vous invitent à vous joindre à eux pour les dates suivantes :

17 mai 2023 de 8 h 30 à 10 h 30 à la Brûlerie Reno : « Café avec un policier » ;

17 mai 2023 de 13 h 30 à 15 h 30 au Tim Hortons de Plessisville : « Café avec un policier ».

Pour en apprendre davantage sur la réalité du travail policier, nous vous invitons à visiter notre chaîne YouTube, SQtv – sûreté du Québec, où des capsules sont déposées deux fois par mois :

https://www.youtube.com/channel/UCH5bN91NLOUyesV04b4OZMg

Venez cuisiner avec nous…
Les Cuisines collectives des Bois-Francs

Vous avez le goût de cuisiner ?

Vous désirez apprendre de nouvelles recettes et faire de nouvelles connaissances ?

Les Cuisines collectives c'est pour vous !

Nous offrons à tous ceux et celles qui le désirent la possibilité de cuisiner en petits groupes, des repas simples, appétissants et économiques que vous rapportez à la maison.

Il y a déjà des groupes auxquels vous pourriez vous joindre à Chesterville, Warwick, Daveluyville, Ste-Clotilde-de-Horton, St-Rosaire et Victoriaville.

Et pourquoi pas à Ham-Nord ?

Nous aurions présentement la possibilité de démarrer un groupe dans votre municipalité !

Si cela vous intéresse, ou pour avoir plus d'information, appelez-nous au 819 758-6695.

Au plaisir de cuisiner avec vous !

L'équipe des cuisines collectives

Téléphone : 819 758-6695

Courriel : direction@cuisinescollectivesboisfrancs.com

Bois-Francs
Cuisines collectives

!! NOUS RECRUTONS !!

Partagez la nouvelle!

Parlez en à vos connaissances ayant de l'expérience ou un grand intérêt pour le travail en pharmacie.

Pharmacie dans un local complètement neuf!

Au plaisir!

Pharmacie Catherine Dallaire et Steve Roy inc.

familiprix Ham-Nord

OFFRE D'EMPLOI
Assistant-technique en pharmacie

Nous offrons :
- Poste à temps plein
- Horaire avantageux : pas de soirs, 1 fin de semaine sur 4
- Conciliation travail-famille
- Salaire selon expérience
- Milieu de travail agréable et dynamique axé sur le service à la clientèle et le travail d'équipe
- Tâches demandées : Assister le pharmacien dans ses tâches quotidiennes au laboratoire avec possibilité de participation active aux différentes activités cliniques.

Exigences :
- 1 à 2 ans d'expérience pertinente dans le domaine
- Bonnes connaissances en informatique
- Avoir à cœur de bien servir la clientèle
- Être assidu, ponctuel et discret
- Connaître le logiciel PrioRx (atout)

Contactez Catherine Dallaire
Téléphone : 819 344-2249
Courriel : 2845proprio@familiprix.ca

Association des
PROCHES AIDANTS
Arthabaska - Érable
40, rue Alice
Victoriaville (Québec) G6L 3H4

François MELANÇON
agent de communication
819-795-3577
com@prochesaidantsae.com

LE CHÊNE BLANC
logements à louer
3 1/2 - 4 1/2
Couple ou personne seule
Chauffé, éclairé, eau chaude, buanderie, salle à diner, salon communautaire, stationnement extérieur avec prise de courant.
INFORMATION:
(819) 464-0032 ou 382-2471
3 1/2 présentement admissible à une subvention

Massothérapeute Spécialisé
Massage Détente et Thérapeutique
Cours de Qi Gong et Jin Shin Do®
Martine Vézina
819-774-3340
www.massagebienveillance.com
massage.bienveillance@gmail.com

NOUVEAU ET UNIQUE EN RÉGION
FOREUSE DE PUITS SUR CHENILLE
FORAGE A DOUBLE ROTATION :
MEILLEUR SCELLEMENT AU ROC
MEILLEUR QUALITÉ D'EAU
FOREUSE PLUS COMPACT ET PLUS LÉGÈRE
100% fait au Québec
819-758-6468 OU 1-800-567-5829
GROUPE Puitbec
www. puitbec.com
RBQ: 8327-6663-50

Pat
pareur d'onglons
819 350 0225
Patric Létourneau

Alain RAYES
Député de Richmond—Arthabaska
alainrayes.ca
alain.rayes@parl.gc.ca
1-877-751-1375 (sans frais) | 819-751-1375
3, rue de la Gare, Victoriaville (QC) G6P 6S4

ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC
Sébastien SCHNEEBERGER
DÉPUTÉ DE DRUMMOND-BOIS-FRANCS
819 475-4343
sebastien.schneeberger.drum@assnat.qc.ca

VIVACO GROUPE COOPÉRATIF
MERCI D'ENCOURAGER LOCAL, C'EST PROFITABLE POUR TOUS.
BMR 827, route 161 819 344-2521
MARCHÉ BONICHOIX 445,rue principale 819 344-2422

AUBERT
BERNARD
MATTEAU
NOTAIRES

ASSOCIÉES DANS LA MÊME TRADITION D'EXCELLENCE ET DE QUALITÉ DE SERVICES

LOUISE AUBERT
LL.B., D.D.N. NOTAIRE
laubert@notarius.net

STÉPHANIE BERNARD
LL.B., D.D.N. NOTAIRE
sbernard@notarius.net

MÉLINA MATTEAU
LL.B, LL.M. NOTAIRE
melinamatteau@notarius.net

DISRAELI
846 avenue Champlain
T. 418.449.2955
F. 418.449.1681

WEEDON
225 2e avenue
T. 819.877.3233

RE/MAX
ÉLITE
DAVID LEVASSEUR
CELLULAIRE : 819-990-2306
BUREAU : 819-758-7441
DAVID.LEVASSEUR@REMAX-QUEBEC.COM

OPTI-SOINS
Caroline Juneau
B.Sc. infirmière
Expertise en soins podologiques et soins de plaies

Clinique médicale de Princeville
840 boul. Baril Ouest
Princeville QC G6L 3W6
819 364-2150

Clinique de soins à Ham-Nord
454 rue Principale
Ham-Nord QC G0P 1A0
819 460-4208

Centre de prévention Suicide
Arthabaska-Érable

Parles-en...
Ta VIE est importante !

Sème la vie !

Vous pensez au suicide ?

Vous êtes inquiet pour une personne de votre entourage ?

Vous êtes endeuillé par suicide ?

Nous sommes là pour vous !

24 heures par jour • 7 jours par semaine

MRC DE L'ÉRABLE
819 362-8581

MRC D'ARTHABASKA
819 751-2205

PARTOUT AU QUÉBEC
1 866 APPELLE
(1 866 277-3553)

www.cpsae.ca

PROCHAINE PARUTION: 12 juin 2023

DATE DE TOMBÉE: 1er juin 2023

Responsables:
Louis-Marie Lavoie et Andrée Robert

Faites-nous parvenir vos textes et annonces:

hameau@arlittera.com

Hameau en couleurs: *www.ham-nord.ca*

FORUM CITOYEN Ham-Nord

Forum Citoyen est un OSBL qui a pour mission de favoriser le développement de projets structurants à Ham-Nord. Nous travaillons pour vous et avec vous!

Pour 15 $ devenez membre à vie!

Vous avez des idées, des compétences à partager? Bienvenue!

474, rue Principale, Ham-Nord,
819 344-2828
forumcitoyen@ham-nord.ca

Président: Louis-Marie Lavoie;
Vice-présidente: Émilie Lapointe;
Secrétaire: Marylène Morin;
Trésorier: Benoit Charbonneau;
Administratrices: Nébesna Fortin et Martine Vézina.

MUNICIPALITÉ DU CANTON DE HAM-NORD

Municipalité amie des ainés; amie des enfants!