

Le Hameau

ISSN 1923-3000

Dépôt légal BNQ

Les charmes de Ham-Nord

Le coup de cœur de notre été 2011 est notre voyage à Victoriaville jusqu'à Ham-Nord. Nous avons accepté l'invitation de notre beau-fils, originaire de Ham-Nord, à vivre dans sa belle maison de la rue Principale.

Nous avons eu le souffle coupé devant la géographie de cette région. La route qui mène de Victoriaville à Ham-Nord nous offre un décor qu'on ne voit nulle part ailleurs au Québec : relief très unique, vaches en flanc de montagne, troupeaux de moutons. Nous nous

exclamions devant toutes ces beautés de la création.

Plus on avance vers Chesterville, Notre-Dame-du-Ham, plus c'est unique. Nous avons pris plusieurs photos très précieuses à partir de points de vue panoramiques. Mon mari a peint une toile de Chesterville, une de Notre-Dame-du-Ham et une de Ham-Nord . <http://yvonlatreille-artiste.blogspot.com>

Tous les gens des Basses-Laurentides, Lanaudière doivent vivre ce que nous avons ressenti devant ce magnifique paysage !



Comment se fait-il qu'une si belle région soit méconnue ? Nous voulons la faire connaître et vous inviter à la faire découvrir.

Suzanne St-Jean et Yvon Latreille
Bois-des-Filions, Qc

Pour garder la forme: se nettoyer l'intérieur.

Par Louis-Marie Lavoie

Comme vous le savez, l'hiver, on a tendance à être plus sédentaire et à manger davantage, plus sucré, plus gras. Cela vient de notre culture, des habitudes que nous avons hérité de nos familles et aussi d'occasions incontournables comme le Temps des Fêtes. On a peut-être pris du poids, mais on a sûrement engorgé notre foie, cet organe aux 500 fonctions qui filtre tout ce qui est déversé dans le sang, incluant les toxines de tous genres. Notre vésicule secrète moins de bile; nos estomacs et nos intestins sont fatigués. Bref, il vient un moment où on a besoin d'épurer notre système digestif.

Je ne suis ni herboriste, ni botaniste, mais en tant qu'amoureux de la Nature, j'aime apprendre à son sujet et partager mon émerveillement. Au-

jourd'hui, j'ai envie de vous communiquer combien je trouve que le monde végétal est bien fait: dans son infinie sagesse, il nous procure ce dont nous avons besoin au bon moment pour nous nettoyer le dedans tout en nous nourrissant. Voici quelques exemples de sa générosité dont nous pouvons profiter au fil des saisons.

Au printemps, c'est le temps de manger les petites pousses tendres des plantes printanières comme la *barbarée vulgaire* et le *pissenlit* (pas trop à la fois pour commencer, nous dit-on); de manger des *asperges*, de l'*oseille*, de garnir nos salades de feuilles et de fleurs de petites *pensées sauvages*.

Puis c'est le temps de profiter de l'abondance des petits fruits : se gaver de *fraises*, *framboises*, *bleuets*, *mûres*, *groseilles*, *baies d'amélanchier*, et d'en mettre en conserve pour l'hiver.

La fin de la belle saison nous procure elle aussi ses bienfaits : c'est le temps des *carottes*, des *betteraves*, des *tomates*, des

concombres; en effet ces légumes frais, à l'air anodin parce qu'habituels, contiennent les éléments qu'il faut pour continuer le travail de dépuratif.

En tout temps on pourra profiter des qualités de l'*ail*, qui aidera également notre système immunitaire, des plantes de la famille des labiées (*menthe*, *thym*, *sarriette*, *basilic*, *romarin*...) qui fortifient la digestion. On peut faire suivre un bon repas d'une infusion, boire du jus de citron... Il existe beaucoup de moyens pour aider notre système digestif à garder la forme, sans renoncer aux plaisirs de la table.

On sait qu'il est préférable de consommer les produits de la nature le plus frais possible, de privilégier ceux qui proviennent de notre région, d'opter pour ceux qui n'ont reçu aucun traitement chimique (engrais chimiques, pesticides, her-

(Suite page 2)



OUVERT

Jeudi et vendredi de 8 heures à 20 heures

Samedi de 8 heures à 16 heures

Dimanche de 10 heures à 14 heures

210, 1^{re} Avenue, Ham-Nord, 819-464-2233

Le Hameau
café branché :)

Soupes • Salades • Sandwichs • Sourires

Café le Hameau

Le café le Hameau a ouvert officiellement ses portes en début de juin dernier. Depuis, quelques petits réaménagements ont eu lieu dans le personnel ainsi que dans les heures d'ouverture. Nous en sommes encore à roder le fonctionnement et nous souhaitons le plus possible répondre aux attentes de la population tout en demeurant dans la ligne de pensée originale de ce projet, c'est-à-dire offrir un lieu convivial, une alimentation faite à partir de produits locaux, légère et santé.

Du jeudi au dimanche, en plus des dîners et soupers, nous offrons un menu déjeuner.

D'ici peu, nous pourrions offrir bières et vins à ceux qui désirent accompagner leur repas d'une consommation. En effet, Forum citoyen Ham-Nord a récemment obtenu un permis d'alcool pour le café le Hameau.

(Suite de la page 1, Se nettoyer l'intérieur)

bicides, irradiation), de choisir autant que possible des produits certifiés biologiques. L'idéal, c'est de manger ce qu'on cultive soi-même.

Manger est un plaisir certain. C'est aussi l'acte par lequel nous nous nourrissons; il peut être également celui par lequel nous nous guérissons. Surtout par prévention. Intégrons à nos repas des aliments qui protègent, renforcent nos organes, qui stimulent l'assimilation et la digestion et qui évitent l'engorgement. Des aliments qui nettoient le dedans.

Si ces propos vous intéressent et que vous désirez en apprendre davantage, je vous invite à effectuer une recherche par internet. Vous pouvez aller voir les propriétés dépuratives de la nourriture que vous mettez dans votre assiette. Pour ceux qui préfèrent les livres, vous pouvez consulter *"Les Aliments sont vos meilleurs Remèdes"* du Dr. Henry G. Bieder. Je vous suggère également le *"Guide des plantes médicinales (La pharmacie Verte)"* de James A Duke. Et, si vous en sentez le besoin, vous pouvez aussi consulter un(e) naturopathe ou un(e) herboriste qui vous guidera dans votre démarche. Bonne appétit, et bonne santé.

SERVICES

Télévision HD | Internet | Téléphonie

DUO ou TRIO de services disponibles dans Ham-Nord

Service à la clientèle | **1 866 764-3835**

WWW.SOGETEL.COM

SOGETEL
à dimension humaine

UNE ENTREPRISE D'ICI

Fournitures

Mobilier

Équipement

Imprimerie numérique

Buro
PRO

KONICA MINOLTA

partenaire
de vos affaires

4 succursales au Centre-du-Québec
800 263-9775 | www.buropro.qc.ca

BUROPRO

MUNICIPALITÉ DU CANTON DE HAM-NORD

AVIS PUBLIC

aux contribuables de la susdite Municipalité

EST PAR LES PRÉSENTES DONNÉ par la soussignée, qu'au cours de la séance du Conseil à être tenue le 12 septembre 2011, le Conseil doit statuer sur la demande de dérogation mineure suivante :

Demande de dérogation mineure de M. Pierre Picard (Matricule 1577-15-9565)

La demande consiste à diminuer la largeur de la façade d'un des terrains à être loti (partie du projet de lotissement de plusieurs terrains situés sur la rue Picard (lot 16-P du rang 8 du Canton de Ham) et a pour objet de :

- permettre le lotissement dudit terrain selon la largeur suivante, en vue d'une construction : 33.3 mètres au lieu du 50 mètres requis prescrit par le règlement municipal de zonage no 310, art. 4.3.2, la superficie minimale du terrain devant toutefois être de 3000 m², tel que stipulé par ce même article.

DONNÉ À HAM-NORD, ce 9^e jour d'août 2011

Aline Lemieux,
Directrice générale et
Secrétaire-trésorière

Quoi de neuf!

La MDJ tient à remercier chaleureusement les commanditaires ainsi que les participants de l'édition 2011 du tournoi d'hockey-balle de juillet dernier. Encore cette année, votre implication a permis à la MDJ de rencontrer ses objectifs de financement. Un merci particulier à l'OTJ d'Ham-Nord pour le prêt de l'aréna. Nous voudrions aussi féliciter les gagnant du tournoi dans la Catégorie Mixte, l'équipe de Gabrielle et Édith Lehoux-Aubert et dans la Classe Masculine l'équipe de Hugo Lafontaine. Merci de votre participation.

Musique-à-do : Le local de pratique de la musique est en cours de finition. Les instruments arriveront en août et nous serons prêts à accueillir les virtuoses en herbe dès septembre.

L'équipe d'animation travaille actuellement sur la programmation d'automne 2011. Au menu : ateliers de cuisine, sport, musique et beaucoup plus...Viens donner

ENSEIGNES  MONTPETIT

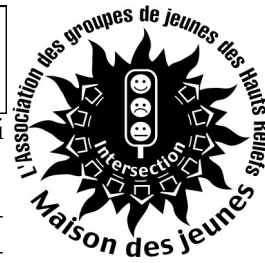
626, rue Principale, Ham-Nord • Tél.: 819 344-2289

M.D.J. L'Intersection

tes idées et voir les possibilités qui s'offrent à toi!

La MDJ remettra sur pied son comité de jeunes 2011-2012 dès septembre. Pour ceux et celles qui désirent s'y impliquer, mettre leur grain de sel et participer d'une façon active à la vie de la MDJ, c'est un rendez-vous.

L'aide au devoir reprendra, les mardis, avec l'horaire d'automne.



Horaire été

Jusqu'au 26 août

Lundi : fermé

Mardi: 13 à 16h + 18 à 21h

Mercredi 13 à 21h

Judi 13 à 16h + 18 à 21h

Vendredi 18 à 21h

Horaire automne

Lundi : 18 à 21h

Mardi: 16 h à 17h: aide au devoirs + 18 à 21h

Mercredi, jeudi et vendredi: 18 à 21h

Besoin d'infos: Contactez la MDJ au 819-344-5530

Suis ta Maison de jeunes à :
mdjhamnord / FACEBOOK... ☺

Résidence pour aînés

Par *Yvan Riopel*

Nous avons des **logements disponibles pour le 1er octobre 2011**. Toute personne intéressée à obtenir un logement peut prendre contact avec Louise Doyon au 819-344-2548 ou avec Gervais Aubert au 819-344-2349.

Pour les futurs locataires de la résidence, si vous avez 70 ans et plus, vous pourriez avoir droit au **crédit d'impôt pour maintien à domicile d'une personne âgée**. Si vous ou votre conjoint y êtes admissible, un seul d'entre vous peut faire la demande pour le couple.

Ce crédit d'impôt remboursable est accordé aux personnes âgées pour faciliter leur maintien à domicile. Ce crédit est basé sur des dépenses payées pour obtenir des services admissibles de maintien à domicile.

STEVEN GUILBEAULT EN VISITE À LA CITÉ ÉCOLOGIQUE

Steven Guilbeault, co-fondateur et porte-parole d'Équiterre sera le conférencier invité à l'occasion de la 4^e Édition de la journée Éco-Mieux-Être, organisée par l'entreprise manufacturière de vêtements éthiques Respecterre.

Sous le thème « PORTER L'AVENIR », la journée du samedi 20 août, sur le domaine de l'écovillage d'Ham-Nord, promet de ne pas passer inaperçue.

Le grand public est invité à venir visiter l'écovillage ainsi que l'entreprise Respecterre; découvrir de nombreux kiosques de produits écoresponsables; assister aux défilés de mode éthique des compagnies OÖM, RESPECTERRE et ABAKA; côtoyer Steven Guilbeault, qui passera la journée avec nous, donnera sa conférence le soir et relèvera le défi de parader lors du défilé des collections printemps 2012 ! Tout se passera entre midi et minuit le samedi 20 août prochain, à Ham-Nord.

La conférence de M. Guilbeault portera sur la consommation responsable en tant qu'outil pour lutter contre les changements climatiques. L'ONU définit la question des changements climatiques comme la plus grande menace à laquelle fait face l'humanité. À travers un survol de la question des changements climatiques (science, impacts, négociations internationales), le porte-parole d'Équiterre explorera comment la consommation responsable peut être l'un des



À votre service!

Yvon Vallières
Député de Richmond

50, rue Daniel-Johnson, C.P. 160
Danville (Québec) J0A 1A0

Tél. : (819) 839-3326
Sans frais : 1-800-567-3596

outils de lutte contre cette menace en plus de contribuer à une société plus juste et équitable.

Autour d'un grand feu, le soir venu, les participants auront également l'occasion d'expérimenter des ateliers de tam-tam et de « hula-hoop », animés par les professeurs du Studio Mouvance de Drummondville.

Respecterre est la seule entreprise québécoise à offrir une gamme de vêtements écologiques créés et confectionnés au Québec et dont les tissus sont eux-mêmes, majoritairement tricotés et teints au Québec.

Pour le souper, un menu de saison tout en fraîcheur :

Maïs et salades biologiques; bière locale haut de gamme de la micro-brasserie « Le Trou du Diable » de Shawinigan; vin local du vignoble « Les côtes du Gavet » de Warwick; café et tisanes bio-équitables « Pablito », de Wotton.

Tarifs

De midi à minuit : Gratuit pour l'entrée sur le site, les défilés de mode, les kiosques, l'animation, les sentiers, les activités, etc.

Conférence de Steven Guilbeault : 20 \$ avec réservation. 25 \$ à l'entrée le jour même.

Nourriture et boissons disponibles à des coûts équitables.

Courriel: info@respecterre.com

Site web: www.respecterre.com

Téléphone: 819 344-2292

Journée **PORTER • L'AVENIR** 2011



Conférence de Steven Guilbeault
samedi le 20 août, 19 h

10 \$

RESPECTERRE

689, 8e Rang, Ham-Nord

Prix spécial
sur présentation
de ce coupon

Infos municipales

BIENVENUE À DOMINIC PICARD

La Municipalité est heureuse d'annoncer la venue d'un nouvel employé au sein de son équipe. Dominic Picard effectuera le déneigement des routes municipales. Nous lui souhaitons bon succès dans ce nouveau défi!

NOUVEAU!!!

Dorénavant, les citoyens de Ham-Nord pourront faire leur demande de permis de feu, piscine, construction, rénovation, démolition, puits et installation septique directement sur notre site web au www.ham-nord.ca/services_permis.php C'est facile et pratique!

AVIS AUX ORGANISMES

Le site Web de la municipalité est disponible pour l'annonce de vos divers événements.

Profitez-en!

NOUVELLE POLITIQUE MUNICIPALE

Veillez prendre note que dorénavant, la municipalité n'effectuera plus les travaux de clôture pour les contribuables.

PERMIS DE BRULAGE

N'oubliez pas que vous devez demander un permis pour faire un feu.

JOURNÉE NORMAND-MAURICE

La journée Normand-Maurice aura lieu le 15 octobre, en avant midi, au garage municipal.

PARC MARIE-VICTORIN...au profit de la Sécurité Alimentaire

Du lundi 22 au dimanche 28 août les résidents de Ham-Nord sont invités à venir visiter gratuitement le Parc Marie-Victorin EN ÉCHANGE D'UNE DENRÉE NON-PÉRISSABLE pour la Sécurité alimentaire.

Les communautés protestantes de Chesterville et Ham-Nord, 1855-1982

Florent Charest, Notre-Dame-de-Ham.

Au cours d'une recherche généalogique sur des ancêtres ayant vécu à Chesterville, j'ai été amené à revoir les événements entourant le transfert de la chapelle qui était située au

« coin St-Philippe » et sa reconstruction sur le chemin Craig actuel, au cours des années 1870-73. La revue des archives de l'époque et de nouveaux documents provenant de familles impliquées m'ont permis d'écrire quelques nouvelles pages sur cette période mouvementée et souvent rapportée de l'histoire de Chesterville.

Peu après ces événements, à cause d'une histoire de bible « protestante », une famille du « coin St-Philippe » va se convertir au protestantisme. D'autres familles se joindront bientôt à elle pour former une communauté protestante qui existera à cet endroit pendant 30 ans. Je raconte les grandes étapes de cette communauté et plusieurs détails sur les familles qui en faisaient partie.

Des liens ont été tissés entre cette communauté et une autre qui a existé pendant 100 ans sur le « chemin de la Montagne », jadis situé dans les limites de Ham-Nord et aujourd'hui rattaché à la municipalité des Saints-Martyrs-Canadiens. J'ai reconstitué la naissance et le déroulement de cette communauté, les raisons qui expliquent sa longévité et les causes de sa disparition.

Pour compléter ceci, j'ai refait l'histoire de trois familles toujours mentionnées lorsque l'on reparle de ces événements : Xavier Fortier et ses beaux-frères Octave et Jean-Baptiste Dupuis.

Vous lirez des documents inédits, la révélation de certains faits surprenants, de nombreux éléments de la tradition orale confirmés ou infirmés. Certains passages de *l'Histoire des Bois-Francs* de l'abbé Charles-Édouard Mailhot concernant la paroisse de St-Paul-de-Chester sont revus, complétés ou... discutés. Des photos d'époque et de nombreuses informations généalogiques touchant des familles mentionnées parsèment ce livre.

Le livre comprend 296 pages format 8,5 x 11, 13 cartes et plans, 116 photos, plus de 600 références à l'appui, 20 annexes complémentaires, le tout suivi d'une bibliographie.

Pour quelques temps, on peut se le procurer au bureau de la Municipalité de Ham-Nord. Prix 40\$. Quantité limitée.

Petites annonces

Tarif pour petites annonces: 5\$ par parution, pour 24 mots, Environ 2 lignes en bas de page; tél.: 819-344-2828



André Bellavance

Député de Richmond-Arthabaska
Porte-parole du Bloc Québécois en
matière d'Agriculture et Agroalimentaire

Bureau 442
Édifice de la Confédération
Chambre des communes
Ottawa (Ontario) K1A 0A6
Tél : (613) 995-1554

32, rue Notre-Dame Est
Victoriaville (Québec)
G6P 3Z5
Tél : (819) 751-1375
Sans frais : 1-877-751-1375



Courriel : bellaa1@parl.qc.ca

Forum citoyen Ham-Nord

210, 1ère Avenue
Ham-Nord, Qc
G0P 1A0

Téléphone : 819 344 2828

Télécopie : 819 344 2806

Courriel : forumcitoyen@ham-nord.ca

Martin Larrivée: président

Karen Veilleux-Dutil: vice-présidente

Diane C. Taschereau: secrétaire-trésorière

Administratrices : Marie-Ève Darveau,

Françoise Tardif, Anick Picard, Nébesna Fortin

Yvan Riopel: direction générale

Patrick Duchaine: coordination de projets

Forum citoyen Ham-Nord est un organisme à but non lucratif dont la mission est de favoriser le développement de projets structurants dans la municipalité d'Ham-Nord.

Nous travaillons pour vous et avec vous !

Vous désirez en savoir plus? N'hésitez pas à nous rendre visite. Nous sommes ouverts du lundi au vendredi de 8:00 heures à 16:00 heures

Collaboration Aline Lemieux, Rudy Nolet, Louis-Marie Lavoie, Florent Charest et Yvan Riopel ont produit des textes ou de l'information pour étoffer le présent numéro.

Collaborer à la rédaction du bulletin **Le Hameau** vous intéresse ? Nous recherchons des personnes pour alimenter les diverses chroniques. De plus si vous avez des articles à faire paraître ou de l'information à faire connaître, contactez-moi au 819-344-2828.

Prochain journal
À la fin septembre 2011

La date de tombée pour les textes et informations sera le mardi 20 septembre 2011, à midi

Bulletin d'adhésion à Forum citoyen Ham-Nord

J'aimerais devenir membre de Forum Citoyen Ham-Nord

(nom).....

Adresse:.....

Téléphone:.....Courriel (si disponible).....

J'aimerais m'impliquer au sein du conseil d'administration.....

Je serais plutôt disponible pour participer à des rencontres de comité.....

Je joins ma cotisation annuelle au montant de \$10 (faire chèque à Forum citoyen Ham-Nord).....

Postez le tout à: Forum citoyen Ham-Nord; 210, 1re Avenue, Ham-Nord, G0P 1A0



Édition 2011

30 000 \$

en bourses d'études
Inscris-toi avant le 7 octobre

La Caisse Desjardins des Bois-Francis est fière de mettre en place, pour une première année, son programme de bourses d'études. Par cette action, la Caisse exprime sa volonté d'appuyer et de s'engager envers les jeunes dans la préparation de leur avenir.

À GAGNER :

10 bourses de 500 \$ / 5^e secondaire et formation professionnelle

10 bourses de 1 000 \$ / formation collégiale

6 bourses de 2 500 \$ / formation universitaire

COMMENT PARTICIPER

- Remplir le formulaire d'inscription disponible en ligne.
- Fournir une copie de son horaire de cours de la session d'automne.
- Composer un texte dans lequel l'étudiant se présente, décrit ses objectifs et ses rêves en plus d'expliquer en quoi la bourse est importante pour la poursuite de ses études.

Notre invité le soir de la remise des bourses
M. Pierre Lavoie



 **Desjardins**
Caisse des Bois-Francis

Coopérer pour créer l'avenir

www.desjardins.com/caissedesboisfrancis
POUR INFORMATION : 819 758-9421 - poste 2548
melanie.t.roy@desjardins.com