ISSN 1923-3000 Dépôt légal BNQ

LeHameau

Les Tapas....vous connaissez?

Les tapas sont des amuse-gueules d'origine espagnole. On en parle généralement pour faire référence à plusieurs petits plats. Elles font partie de la culture culinaire de l'Espagne. Elle sont généralement servies en petites rations et accompagnées d'un verre de vin ou de bière. Les repas de tapas encouragent la conversation, parce qu'on n'est pas concentrés sur un repas complet servi devant nous. Dans certains pays, il est de coutume que l'on mange debout ou en se promenant dans le restaurant pendant que l'on mange les tapas.

Particularités régionales

Andalousie : dans certains bars à touristes de quelques villes andalouses comme Séville, les tapas se servent dans une petite assiette ou sous-tasse garnie de divers produits frais ou cuisinés. À Almería, Grenade et Jaén, aussi bien que dans la plupart

des bars de Madrid, des tapas vous sont apportées gracieusement lorsque vous commandez une boisson.

Castille et Madrid : on trouve là davantage de grandes ou petites assiettes garnies de toutes sortes de plats et mets présentés souvent dans un présentoir réfrigéré sur le comptoir.



Au Pays Basque et en Navarre, pays à la gastronomie riche et raffinée, certaines tapas sont élevées au rang d'art. Mais on

trouve davantage, au lieu de tapas, des <u>pintxos</u>, sortes d'amuse-bouches montés sur des petites piques ou morceaux de pain, véritables montages à distinguer tant pour leur finesse gustative qu'esthétique.

À Barcelone, dans le centre historique, les tapas se mangeaient traditionnellement dans des bars dont chacun avait sa spécialité. Ainsi, dans chaque bar, on prenait une boisson et une tapa.

Traditionnellement, l'habitude est d'en consommer une ou deux avec une boisson puis d'aller à un autre bar, où se répète le processus. Cette consommation itinérante s'appelle en espagnol le « tapeo » ou bien « Ir de tapas » et peut durer autant que le souhaitent leurs participants ou jusqu'à la fermeture des bars. A Madrid on dit "hacer el rosario" ("dire le chapelet"), chacun des bars où l'on se rend étant comme un grain du chapelet. Dans nombre de régions espagnoles, il est habituel de sortir dîner les week-ends à base de tapeo.

Respecterre à l'évènement Écosphère

Par Andrée Robert

Respecterre, la griffe ham-nordoise écoresponsable, fera défiler sa collection printemps lors de l'événement Écosphère à Montréal, les 19 et 20 mai prochain.

Aladiah Desrosiers, jeune recrue chez Respecterre, relèvera le défi d'organiser ce défilé, de A à Z. Aladiah vient tout juste de terminer avec succès son cours de mannequin chez

Mode É Arto, école de formation professionnelle d'acteurs et de mannequins de Québec: «Je suis vraiment fière de pouvoir mettre à profit mes nouvelles connaissances et de me retrouver dans l'action. J'ai eu la chance de participer à des défilés à plusieurs



reprises, entre autre lors de la Journée Porter l'Avenir 2011. Maintenant, avec mon diplôme de mannequin en poche, je compte bien profiter de chaque opportunité pour aller chercher le côté «expérience pratique» qui est super important pour réussir. Afin de réaliser ce projet, j'ai eu à communiquer à différents niveaux avec les organisateurs de l'événement Écosphère ainsi qu'avec d'autres entreprises. Je dois prévoir les vêtements pour chacun des mannequins et organiser le défilé, choisir les musiques, participer à la création des chorégraphies, planifier les répétitions et bien sûr, je défilerai sur la passerelle. J'adore ce travail. Je m'occupe aussi de la logistique en organisant du covoiturage pour toute l'équipe jusqu'à Montréal.»

Respecterre aura aussi son kiosque parmi les 230 exposants attendus lors de cet événement. Étienne Lévesque, le directeur des ventes, sera sur place et espère avoir la chance de rencontrer David Suzuki et Hubert Reeves lors de la «Soirée des Sages» du vendredi 18 mai, à la Salle Pierre

Mercure.



Écosphère est un organisme à but non lucratif qui organise chaque année un événement entièrement consacré au développement durable et à

ECOSPHERE d'informer et de sensibiliser le grand public en réunissant les

principaux intervenants du domaine environnemental. Cette année c'est la première fois qu'Écosphère présente une édition montréalaise. Nous aurons donc droit à deux

Connaissez-vous le REIKI? (suite et fin)

Par Louis-Marie Lavoie

Pour compléter le long texte que je vous ai livré dernièrement à propos du **Reiki**, j'aimerais ajouter qu'on peut explorer de nombreux aspects intéressants s'y rattachant: entre autres, sa pratique, ses origines, ses bienfaits, le travail à distance, les principes de vie d'un praticien reiki, des exemples d'expériences vécues... Vous pourrez à votre gré naviguer sur les sites internet que je vous propose plus bas.

Pour expliquer rapidement le processus, le praticien, grâce à la capacité de canaliser l'énergie spirituelle qu'il a reçue lors d'initiations, et après une petite méditation qui lui permet de se concentrer sur le travail qu'il fera, étendra simplement ses mains sur ou au-dessus des parties du corps de la personne qui lui a demandé un traitement. Il demandera assistance et protection des êtres de lumières. Il visualisera des symboles qui décupleront la puissance de l'énergie et, sans forcer quoique ce soit, désirera et sentira l'énergie passer de ses mains à la personne assise ou étendue devant lui. L'énergie fera le reste.

En plus de transmettre l'énergie sur la tête, les pieds, les viscères et les membres, le praticien canalisera l'énergie sur des points particuliers du corps, qu'on appelle **chakras**. Ces derniers, dont l'explication est issue d'un système de croyances philosophiques hindouistes, sont des réceptacles invisibles particulièrement sensibles, points de jonction de canaux d'énergie dans le corps humain. Il y a sept chakras principaux. Ils correspondent à des plexus et à des glandes, ce qui signifie que leurs localisations auraient une fonction avérée dans la biologie et même le psychisme de l'individu.

On relie chacun des sept chakras principaux à une couleur, un élément, un son; chacun possède un nom, détermine une qualité et a un emplacement. Par exemple, en partant du bas



du corps, le premier chakra, celui de la base ou Racine, se dénomme *Mūlādhāra*, correspond au rouge, à la terre, au Do, aux glandes surrénales, se situe au pelvis. Il est relié au monde physique. Il représente la confiance, la sécurité, les relations harmonieuses.

Le Reiki libère les causes originelles

Fondation Réal-Lavertu

Foyer des Saints-Anges de Ham-Nord

Super brunch bénéfique

Dimanche le 3 juin à partir de 11h à la salle communautaire de Ham-Nord Adulte : 20\$ 11 ans et moins 12\$

Pour information:

Jean-Paul Paquette: 819-344-2797 Gervaise Simard: 819-344-2665 Lise Aubert Painchaud: 819-344-5901 Christiane Marcotte 819-344-2003

<u>Générosité</u> et <u>présence</u> sont les deux mots qu'il faut pour améliorer le bien-être de nos aînés-résidents.

Merci beaucoup à vous tous!

des blocages, douleurs ou maladies. Le Reiki ne remplace bien entendu pas un traitement médical, mais le renforce. Il

est cependant complémentaire à toute autre forme de thérapie et il s'avère être un merveilleux moyen pour se libérer du stress quotidien et retrouver ainsi ses pleines capacités. Il peut être fait sur les autres personnes, et également, sur soimême, les plantes, les animaux.



Liens:

<u>http://fr.wikipedia.org/wiki/Reiki</u> (généralités)
<u>http://reiki-therapies.com/L-histoire-du-Reiki-Usui</u>
(historique)

http://www.reiki-bruxelles.be/Chakras Reiki.html (chakras) http://www.soins-reiki.com/reiki-code-deontologique.htm (déontologie)





Page 2 Année 7, numéro 3

50 ans de prêtrise de Jean-Guy Guertin

Par Gérald Lehoux

L'abbé Guertin est né à Ham-Nord le 25 février 1937, fils de Willie Guertin et de Marie Louise Lambert.

Il fut ordonné prêtre en notre église paroissiale le 16 juin 1962. Cette journée fut mémorable pour toute la paroisse car il y avait une triple ordination. En plus de Jean-Guy Guertin, il y avait Maurice Ruel, maintenant curé de St-Stanislas de Kosta de Ascot-Corner, et Denis Picard, décédé.

L'abbé Guertin a pratiquement passé toute sa carrière dans le monde scolaire, deux ans au séminaire de Sherbrooke. Quatre ans comme animateur de pastorale scolaire, trente ans au Cegep de Sherbrooke comme aumônier au service des étudiants.

Il était Vicaire dominical pour les paroisses de Disraëli, Beaulac-Garthby et Stratford depuis 2011,

et depuis 2010, avec le regroupement de notre paroisse et celles du secteur de Disraëli. Il revient périodiquement dans sa paroisse natale pour présider notre Eucharistie Dominicale.

C'est souvent avec émotion et humilité qu'il s'adresse à l'assemblée. Il se dit gêné d'adresser la parole lors de

ses homélies dans son village natal car, paraît-il, il n'a pas toujours été un ange, se remémorant sa jeunesse et ceux qu'il a côtoyés dans son enfance et les tours pendables qu'il a faits dans le village comme probablement plusieurs jeunes. La présidence de ces célébrations se fait très rapidement, pas de fla-fla pour lui. Ses homélies sont de vrais bijoux : il sait en quelques phrases nous donner l'essentiel du message évangélique en des mots compréhensibles pour tous. Nous aurons le plaisir de célébrer cet anniversaire d'ordination le 17 juin prochain, lors de la messe dominicale de 10:30h en notre église paroissiale de Ham-Nord. Un vin d'honneur suivra la célébration.

Bienvenue à tous et transmettez l'invitation à ceux qui l'ont connu dans sa jeunesse et qui habitent l'extérieur.

Tournois de Shuffleboard du Club Lions de Ham-Nord - 15 et 16 juin 2012

Pour les 7 à 97 ans! Bienvenue à tous!

Les 15 et 16 juin 2012 au Parc de la Relève de Ham-Nord. Inscription en équipe de 2 joueurs.

Coût de l'inscription: 10\$ / joueur

 Prix en argent à gagner pour l'équipe qui remporte le tourl noi

Inscription: Lion Pierre Doré 819-740-9466 Lion Gervais Aubert 819-344-2349



Plusieurs autres promotions à découvrir sur place.

Rabais de 10 % sur quincaillerie et MATÉRIAUX à prix régulier en magasin pour les non-membres. Devenez membre le 19 mai et obtenez 20 % de rabais.

Payez et emportez immédiatement

- Aucune livraison ne sera effectuée
- Jusqu'à épuisement des stocks



Concours vente printanière

Tirage d'un crédit rénovation de 1 000 \$ chez Unimat

Nom : ___ Adresse :

Téléphone :

Déposez dans l'une de nos succursales Unimat de La Coop des Bois-Francs, de La Coop des Appalaches, de La Coop de Ham-Nord ou de La Coop de Lac-Mégantic Lambton. Tiraqe: 21 mai 2012 à 15 h. Aucun achat requis.



SUCCURSALES

DISRAELI | 855, av. Champlain
HAM-NORD | 827, route 161
INVERNESS | 1829, Chemin Dublin
LAC MÉGANTIC | 3012, rue Laval
LAMBTON | 136, rue Principale
LAURIERVILLE | 156, rue Grenier
LYSTER | 116, rue Saint-Pierre

PLESSISVILLE | 1850, av. St-Laurent
SAINT-PIERRE-DE-BROUGTHON | 24-C, Saint-Pierre
SAINT-SÉBASTIEN | 228, rue Commerciale
ST-FÉLIX-DE-KINGSEY | 1192, route 243
THETFORD MINES | 658, boul. Frontenac Ouest
VICTORIAVILLE | 10, av. Pie-X
WARWICK | 210, rue St-Louis



Soirée dans une ambiance festive des îles: Viva Cuba!

Réservez votre samedi soir, 15 juin



M.D.J. L'Intersection

Quoi de neuf!

Cette année, la MDJ lance une ligue de balle-molle intergénérationnelle. Les parties se déroule-

ront les mardis de 19h00 à 22h00 entre le 29 mai et le 18

septembre au centre sportif André Larose. Inscription 50\$ par personne au 819.344.5530.

Bienvenue Sonia! La MDJ est fière d'annoncer le début du projet « La brigade pacifique » en collaboration avec le Collège Coopératif l'Horizon. Le projet démarre en grand avec l'embauche d'une intervenante jeunesse/chargée de projet du nom de Sonia qui y travaillera jusqu'au 31 mars 2013. Viens la rencontrer!

Emploi d'été: La MDJ recherche pour l'été un (e) étudiant (e) pour un poste d'animateur (trice) à temps plein (32 heures/semaine) pour 8 semaines. Faites parvenir votre C.V. à la MDJ.

Nouveauté!

- Les lundis de l'infographie...Site web, etc...Tout le mois de mai!
- Soirée de prévention de l'homophobie, jeudi le 17 mai.
- Surprise à chaque vendredi soir... © Films, jeux et plus encore!
- Les lundis et vendredis, la MDJ accueille les membres aspirants

La 4e édition du Tournoi de hockey balle annuel de la MDJ: 8 et 9 juin au Centre sportif André-Larose. Venez encourager les équipes et goûtez nos hotdogs. Quelques places encore disponibles. Pour Info 819-344-5530

Horaire 2011 Lundi: 18 à 21h Mardi: 16 h à 17h Aide au devoirs + 17h à 21h Mercredi, jeudi et Vendredi 18 à 21 h MDJ fermée, lundi 21 mai,

Suis ta Maison de jeunes à : mdjhamnord / FACE-BOOK... ©

Fêtes des Patriotes

La MDJ vous invite à son ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE, le mercredi 20 juin, 18h30 à la MDJ. Venez nous visiter dès 18h00!

Infos municipales:

- D'importants travaux de voirie auront lieu cet été dans le Rang des Chutes.
- La Municipalité achètera la propriété du notaire Jacques Aubert pour la transformer en bureau municipal dès le mois d'août prochain.
- La Régie intermunicipale incendie des 3 Monts renouvelle son entente pour 10 ans entre les municipalités de Ham-Nord, des Saints-Martyrs-Canadiens et de Saint-Fortunat; un 4e partenaire s'ajoute, soit la municipalité de Saint-Adrien.
- Bravo à M. André Langlois, du 1161 route 161, qui a récemment reçu le prix du public Kingsmen pour le Patrimoine.
- Le programme PAIR sera implanté à Ham-Nord. Voir les informations ci-dessous à ce sujet.
- Vous recevrez également bientôt des informations sur la Stratégie d'économie d'eau potable que la Municipalité doit adopter sous peu.

Programme PAIR

Le programme d'aide individuelle pour les retraités (PAIR) est un service d'appels automatisés qui joint les aînés pour s'assurer de leur bon état de santé. Les abonnés reçoivent ces appels à des heures prédéterminées, une ou plusieurs fois par jour*. Si l'abonné ne répond

pas, une alerte est lancée. Une vérification est systématiquement enclenchée par les responsables du système afin de vérifier si l'abonné est en détresse. Grâce aux appels de PAIR, plusieurs vies ont pu être sauvées.

ENSEIGNES (J) MONTPETIT

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

Malgré son nom, il ne s'adresse pas qu'aux personnes retraitées. Vous pouvez bénéficier de ce programme si :

- Vous vivez seul(e)
- Vous êtes en perte d'autonomie
- Vous êtes en convalescence
- Vous avez un handicap majeur
- Vous demeurez avec une personne qui a un handicap Ce service est gratuit. Pour vous y inscrire, remplissez le formulaire disponible à l'adresse suiviante:

CLSC Suzor-Côté

100, rue de l'Ermitage, Victoriaville

Tél.: 819-758-7281

Mai 2012 - Le Hameau Page 5

La santé des ongles et des cheveux

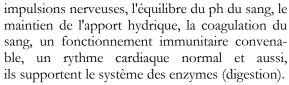
Par Louiselle Caron

Saviez-vous que l'état de vos ongles et vos cheveux en dit long sur votre état de santé ?

- Lunules très pales ou absentes
- Ongles jaunâtres
- Ongles secs et cassants
- Ongles striés
- Ongles dédoublés et déformés (en cône)
- Taches blanches sur les ongles
- Perte de cheveux
- Cheveux secs et cassants
- Dents jaunies

Ils peuvent être signe d'une carence en minéraux. Une telle carence peut occasionner des problèmes chroniques de constipation, inflammation des intestins, jointures qui craquent, problèmes au foie, problèmes digestifs, problèmes urinaires. On retrouve d'excellentes sources de minéraux soit sous forme liquide ou sous forme végétale qui est plus facilement assimilable par le corps.

Les minéraux entrent dans la composition intime de tous les tissus du corps. Ils se retrouvent en quantités considérables dans certaines structures telles que les os, les dents, les ongles et, pour une moindre part, dans les muscles, le sang, etc. Les minéraux sont nécessaires au bon fonctionnement de nombreux processus de l'organisme, incluant la contraction des muscles, le transport de l'oxygène, la conduction des



Je vous invite à consulter votre naturopathe pour l'analyse de vos ongles et de vos cheveux. Votre spécialiste pourra aussi vous recommander les minéraux adaptés à vos besoins. Je vous souhaite Une Bonne Santé!

Résidence le Chêne blanc

Nous avons encore quelques logements 3½ disponibles, mais le choix diminue.

Contactez

Gervais Aubert::819-344-2349 Louise Doyon: 819-344-2548





Québec 🔡 🖁

À votre service!

Yvon VallièresDéputé de Richmond

50, rue Daniel-Johnson, C.P. 160 Danville (Québec) J0A 1A0 Tél. : (819) 839-3326 Sans frais : 1-800-567-3596

La lecture impose au cerveau de modifier sa façon de fonctionner

Article tirée de : La Presse.ca le 11 novembre 2010

L'apprentissage de la lecture, phénomène trop récent pour avoir influencé l'évolution génétique, a un impact important sur le cerveau qui s'adapte et utilise, quel que soit l'âge de l'alphabétisation, des régions cérébrales dédiées à d'autres fonctions.

«On n'a pas de système cérébral inné spécialisé pour la lecture, on doit faire du bricolage, utiliser des systèmes qui existent déjà», explique à l'AFP Laurent Cohen (Inserm, AP-HP), un des responsables de l'étude publiée en ligne jeudi dans la revue américaine Science, conjointement avec Stanislas Dehaene (Collège de France, Unité CEA/Inserm).

Les chercheurs ont mesuré par IRM fonctionnelle (susceptible de visualiser l'activité du cerveau) l'activité cérébrale d'adultes volontaires diversement alphabétisés.

63 adultes ont participé à l'étude : 10 analphabètes, 22 personnes alphabétisées à l'âge adulte, 31 personnes scolarisées depuis l'enfance. La recherche a été menée au Portugal et au Brésil, pays dans lesquels il y a quelques dizaines d'années il était «relativement fréquent» que des enfants n'aillent pas à l'école. Les adultes étaient soumis à différents stimuli tels que phrases parlées et écrites, mots, visages...

Les chercheurs ont pu ainsi comparer l'activité cérébrale d'adultes analphabètes avec celle de personnes alphabétisées, dans l'enfance ou à l'âge adulte, et mesurer l'impact de l'apprentissage de la lecture sur le cerveau.

Ils ont constaté que l'impact de l'alphabétisation était «bien plus étendu que les études précédentes ne le laissaient penser» et concernait aussi bien les aires visuelles du cerveau que celles utilisées pour le langage parlé.

«L'apprentissage de la lecture active le système visuel dans des régions spécialisées dans la forme écrite des lettres, ce qui est

(Suite page 7)

Année 7, numéro 3 Page 6

(Suite de la page 6, la lecture)

normal, mais aussi dans les régions visuelles primaires, celles où arrive toute l'information visuelle», a précisé Laurent Cohen à l'AFP.

Il relève à ce propos que chez les gens qui apprennent à lire, les réponses augmentent aussi dans ces régions primitives «quand on présente des damiers horizontaux, car notre lecture est horizontale, mais pas quand on présente des damiers verticaux».

Les aires spécialisées dans le langage parlé sont aussi mises à contribution, puisque la lecture «active le système du langage» en faisant prendre conscience des sons et permet «d'établir des liens entre système visuel et système du langage, les lettres écrites et les sons», souligne le chercheur.

À noter encore, l'apprentissage de la lecture, même adulte, entraîne une redistribution par le cerveau d'une partie de ses ressources. Ainsi la reconnaissance visuelle des objets et des visages cède partiellement la place à mesure qu'on apprend à lire et se déplace «partiellement dans l'hémisphère droit».

On ne sait pas à ce jour si apprendre à lire a une conséquence négative sur la capacité à reconnaître les visages.

Enfin, «trouvaille vraiment frappante», comme dit Laurent Cohen, et preuve de la plasticité des circuits du cerveau, l'alphabétisation à l'âge adulte a le même impact sur le cerveau que l'alphabétisation à l'âge enfant.

Chez les adultes qui apprennent à lire, «les changements que ça provoque sont presque exactement les mêmes» que chez ceux qui ont appris dès l'enfance même s'ils n'aboutissent pas à des résultats aussi bons, faute d'entraînement.

(Suite de la page 1, Respecterre)

éditions en 2012, l'autre ayant lieu à Brome comme à chaque année, les 22 et 23 septembre.

Cette nouvelle édition à Montréal sera lancée en grande pompe avec les conférences de David Suzuki et d'Hubert Reeves, deux grands communicateurs scientifiques écologistes, reconnus mondialement, qui se retrouveront sur la même scène. Ce sont deux observateurs attentifs des lois de la nature pour l'un, de l'univers pour l'autre - qui nous livreront le fruit de leurs réflexions. Ils seront accompagnés de notre grand poète, auteur, compositeur et interprète national, Gilles Vigneault. Celui-ci, s'il a la tête dans les étoiles, a bel et bien les pieds sur terre, et ses racines sont profondes. C'est grâce à sa poésie et à sa musique qu'il communique son grand amour pour la terre et l'univers.

Liens sites:

http://projetecosphere.org/ http://mode-e-arto.com/index.php/ Par Martin Larrivée

Tirage au profit des œuvres du Club Lions

Voici les gagnants des deux derniers prix de la LOTERIE LIONS:

Prix de 500\$

Billet 102 - Denis Couture

Prix de 1 000\$

Billet 033 - Alain Lavoie – Resto-Bar Plus

Nous tenons à remercier tous les participants. Plus qu'une chance de gagner un prix en argent, votre participation permet de soutenir notre communauté. Parmi les activités supporteées par le Club cette année, notons la participation à l'achat d'un tableau électronique pour le Collège l'Horizon, le Parc de la Relève de l'OTJ de Ham-Nord, le Parc Intergénérationnel de Notre-Dame-de-Ham, la Résidence coopérative le Chêne blanc ainsi que plusieurs autres activités et organismes de la municipalité, pour un budget total de 12 000\$.

Merci de nous aider à servir la communauté!

Souper bénéfice Jean-Marc Nolette du Club Lion de Ham-Nord - 24 avril 2012

Le souper bénéfice annuel du Club Lions de Ham-Nord s'est tenu le 24 avril 2012 à la salle communautaire. Plus de 258 personnes sont venus déguster du Crabe des Neiges frais à directement volonté, d e Rimouski. Au moins trois fois par semaine, René Landry et son équipage quittent le quai de Rimouski à 2 h pour aller lever leurs 120 casiers par des profondeurs variant de 240 à 550 pieds de fond du côté de Betsiamites et de Chute-aux-Outardes. C'est de sa poissonnerie, qu'il a acquis en 1998 avec son frère,

que les 525 livres de crabes cuits pendant la nuit sont récupérées tôt le samedi matin par un membre du records à "pattes" de crabe Club Lions pour un voyage de 500 dégusté espar une seule perkm sans escale vers Ham-Nord. sonne est de 11. Ne vou-Même si la salle communautaire drions pas être à la place de était à pleine capacité, le souper et sa panse ce soir-là!!!" les services se sont déroulés ronde-

"Aurions entendu dire que le

ment, grâce à une équipe de jeunes filles fort efficace et tous o n t m a n g é à satiété. Les accompagnements au repas et desserts ont été préparés par le grand chef Stéphane Martin et sa douce Élise qui nous ont, comme toujours, régalé de leurs plats exquis.

L'événement attire de plus en plus de connaisseurs des régions partout autour. Nous avions des invités de Victoriaville, Québec, Acton Vale, Plessisville, Princeville, Jonhville, Montréal, Warwick, St-Camille, Wotton, St-Fortunat et même et surtout.de Ham-Nord! Nous tenons à remercier chacun des membres Lions qui ont organisé l'événement, ainsi que chacune des personnes de la communauté qui a donné de son temps, de son énergie à faire de cette 4ème édition, un très grand succès.

Merci beaucoup à tous. Nous vous attendons en grand nombre l'an prochain, mais un conseil... RÉSERVEZ TÔT!

Mai 2012 - Le Hameau Page 7

Forum citoyen Ham-Nord

210, Ière Avenue Ham-Nord, Qc G0P IA0

Téléphone : 819 344 2828 Télécopieur : 819 464-2828

Courriel:forumcitoyen@ham-nord.ca

Françoise Tardif: présidente
Karen V eilleux-Dutil: vice-présidente
Anick Picard: secrétaire-trésorière
Administratrices: Marie-Ève Darveau,
Françoise Tardif, Nébesna Fortin, et
Louis-Marie Lavoie
Yvan Riopel: direction générale

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 de Ham-Nord.

Nous travaillons pour vous et avec vous!

Vous désirez en savoir plus? N'hésitez pas à nous contacter au 819-344-2828

Collaboration

Aline Lemieux, Karine Darveau, Louis-Marie Lavoie, Andrée Robert, la MDJ l'Intersection, Gérald Lehoux, Karen

Veilleux, Sophie Boissonneault, Louiselle Caron 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 bulletin: 25 juin 2012

La date de tombée pour les textes et informations sera le lundi le 18 juin 2012, à midi

Bulletin d'adhésion à Forum citoyen Ham-Nord	
J'aimerais devenir membre de Forum citoyen Ham-Nord	ı
Nom	ď
Adresse:	
Téléphone:	
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	

Nous sommes nombreux à croire que la coopération est plus que jamais un modèle financier d'avenir et qu'elle est le gage d'une prospérité durable.

Siège social

300, boul. des Bois-Francs Sud, Victoriaville 819 758-9421

Centre de services Ham-Nord 285, 1_{re} Avenue, Ham-Nord 819 758-9421



Coopérer pour créer l'avenir

www.desjardins.com/caissedesboisfrancs

Le Hameau Mai 2012 Page 8