

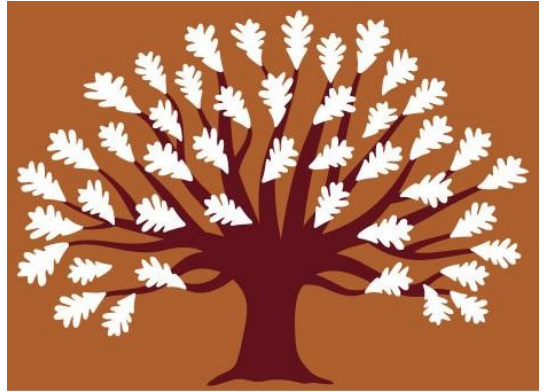
Résidence Le Chêne blanc

Par Yvan Riopel

Lors de la Ballade gourmande en début d'octobre, nous avons profité du grand nombre de visiteurs au village pour tenir des journées portes ouvertes durant les deux fins de semaine. L'activité a été très populaire, beaucoup de visiteurs ont apprécié la qualité de la résidence. D'ailleurs, suite à cette activité, nous avons reçu plusieurs demandes d'information et des baux ont été signés pour des logements qui recevront leurs locataires un peu avant les Fêtes, et après.

Il reste encore des logements intéressants. Je vous rappelle les coûts des loyers: 515\$ par mois pour un 3½, et

6 1 5 \$
pour un
4½. À
ceci s'a-
j o u t e
des frais
de café-
t é r i a .
Les frais
d e



chauffage et d'électricité sont inclus dans le prix du logement.

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.

Le Hameau
café branché :)

Café le Hameau

Par Yvan Riopel

Voilà, après une première saison, nous cessons temporairement les opérations du café pour la période d'hiver.

Par contre, **ne manquez pas la Soirée à l'Italienne, prévue le 18 novembre.** Un 6 à 8...et plus si besoin, où nous procéderons à un tirage dans le cadre d'une levée de fonds pour Forum citoyen Ham-Nord. Le grand gagnant se verra attribuer une lots de bouteilles sélectionnées et deux prix viendront récompenser les autres... moins chanceux.

Au cours de l'hiver, d'autres activités s'y tiendront à l'oc-

casion. Un groupe de personnes, membres du comité Café à Forum citoyen, réfléchit avec empressement à la question.

Nous prévoyons rouvrir les portes d'une façon régulière en fin du printemps prochain, question de vous faire profiter de la belle saison, et pour nous, de bien s'y préparer.

D'ici là, la salle à dîner du café est disponible en location pour la tenue d'activités ou de party privés, avec ou sans service.

Pour toutes informations, prenez contact avec Yvan Riopel à Forum citoyen Ham-Nord, 819-344-2828.

Politique familiale municipale

Par »Yvan Riopel

Samedi le 29 octobre dernier, le comité famille de Ham-Nord a tenu une consultation publique sur le plan d'actions proposé. Le comité s'apprête à déposer ce plan d'actions au conseil municipal.

Nous vous rappelons que le conseil municipal avait décidé en début 2010 de s'engager dans la réalisation d'une politique familiale ainsi que des mesures visant à devenir une municipalité « Amie des aînés ».

Un invitation publique vous avait été transmise les jours précédant cette rencontre. Quatorze personnes y ont participé. Les échanges ont permis de clarifier des cibles d'actions et d'établir un échéancier pour l'ensembles des actions proposées.

Les principaux champs traités étaient:

- 1- Loisirs et culture
- 2- Services de garde
- 3- Développement communautaire
- 4- Santé et sécurité
- 5- Promotion de la vie familiale

Au moment de la parution de ce numéro du Hameau, le conseil municipal sera déjà informé du plan d'actions à venir. Par la suite, un montage préliminaire sera présenté, en décembre, pour adoption par le conseil. Mais le travail ne sera pas tout à fait terminé, car après l'approbation préalable par le conseil municipal, nous travaillerons au montage définitif et à la mise en page de tout le document présentant la politique familiale municipale de Ham-Nord. Le lancement officiel de votre politique familiale est à prévoir en début d'année 2012.

D'ailleurs, nous vous informons que nous sommes à la recherche de photos représentatives de la famille pour illustrer ce document. Un premier concours photo a été lancé auprès des étudiants, mais nous n'avons reçu aucune proposition. Alors, d'ici la fin novembre, si cela vous

Par Diane C. Taschereau

Tant valent ses

habitants, tant vaut le pays

L'édito du jour

À l'heure du cynisme politique, du désengagement social, de la critique négative; il est temps de passer à l'action!

Nous tournons en rond, répétant sans cesse les mêmes paroles qui ne mènent nulle part. Tout a été dit! Maintenant, qui repartira la roue dans l'autre sens : la reconstruction!

Ce vent de changement doit, à mon avis, passer par notre implication dans chacune de nos municipalités.

Nous avons la chance de vivre dans une petite communauté où se côtoient de multiples talents. Chacun d'entre nous peut faire la différence. Il existe à l'intérieur de notre municipalité plusieurs organismes où vous pouvez vous faire entendre et participer à la création d'un grand changement.

Nous avons, par le passé, réalisé de grandes choses parce que nous étions unis, engagés dans de beaux projets. Nous sommes tous responsables de la situation dans laquelle nous vivons et nous pouvons tous contribuer au changement en prenant notre place, en épaulant nos dirigeants.

La vitalité d'un village se mesure en partie par la participation de sa population à son développement. Votre municipalité a besoin de vos talents, de vos idées et de votre énergie afin de conserver ses acquis et poursuivre sa croissance.

Cessez l'inertie et le cynisme. Mettez-vous en mode action. Contactez vos organismes et faites partie du renouveau.

intéresse de fournir des photos sur le thème de la famille pour compléter notre montage, contactez-moi à Forum citoyen Ham-Nord au 344-2828. La communauté de Ham-Nord y trouvera son compte, car les gens s'y reconnaîtront mieux ainsi.

SERVICES

Télévision HD | Internet | Téléphonie

DUO ou TRIO de services disponibles dans Ham-Nord

Service à la clientèle | 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

Conseil municipal

Lors de la prochaine séance du conseil, il sera question de :

Adoption du Code d'éthique et de déontologie

Le Code d'éthique et de déontologie des élus municipaux sera adopté à la séance ordinaire du Conseil, lundi, le 7 novembre, à 20 h. Vous pourrez le visualiser sur le site web (www.ham-nord.ca).

Adoption des plans d'urbanisme et de zonage

Les règlements d'urbanisme suivants, seront adoptés à la séance ordinaire du Conseil, lundi, le 7 novembre, à 20 h. Vous pourrez ensuite les consulter sur le site web (www.ham-nord.ca). Les demandes de permis en ligne sont également sur le même site.

Règlement 452 – Plan d'urbanisme

Règlement 453 – Règlement de zonage

Règlement 454 – Règlement de lotissement

Règlement 455 – Règlement de construction

Règlement 456 – Règlement de permis et certificats

Règlement 457 – Règlement sur la tarification

Compostage

Le ramassage du compostage (bac brun) se terminera jeudi, le 10 novembre prochain. Continuer à remplir votre bac pendant l'hiver et il sera ramassé en avril 2012.

Le 10 novembre prochain, aura lieu la dernière cueillette de matières organiques de l'année 2010 à Ham-Nord. Si le camion de collecte suspend ses activités pendant l'hiver, votre bac brun ne devrait pas être remisé pour autant !!!! Bien au contraire!

L'Hiver, moi j'utilise mon bac brun!

Jusqu'à la mi-avril, date à laquelle la collecte des matières organiques reprendra, nous vous invitons à accumuler vos résidus de table

dans votre bac brun. Ainsi, vous contribuerez à améliorer grandement le taux de matière détournée de l'enfouissement.

Saviez-vous que :

1. Le gouvernement récompense les municipalités qui réduisent le plus leur quantité de déchets par habitant en leur redistribuant une plus grande part des sommes qu'il perçoit sur chaque tonne enfouie.
2. Les résidus de table représentent un poids considérable vu leur taux d'humidité. L'impact de cette matière déposée tout au long de l'année dans le bac brun est donc beaucoup plus important qu'on le pense sur la réduction de nos déchets.
3. Les froids de l'hiver éliminent tout risque d'odeur pour la matière déposée en vrac dans le bac.

Petit truc!

Placez quelques feuilles de papier (journal ou sac d'épicerie) dans le fond de votre bac afin d'éviter que pendant la période de gel, la matière n'adhère aux parois.

ENSEIGNES  MONTPETIT

Pour tout savoir:

www.gesterra.ca

*Le 18 novembre prochain,
soirée à l'Italienne au Café le Hameau.
Venez souligner l'évènement avec nous!*

*TIRAGE
au profit de FORUM CITOYEN*

*Un lot sélectionné de 30 bouteilles de vin ,
d'une valeur d'environ 750\$,*

et

*deux bons d'achat de 50\$
à la SAQ .*



*Vous pouvez vous procurer des billets au-
près des membres du conseil d'administra-
tion, ou à notre bureau:*

10\$ du billet

*Au profit des activités de
Forum citoyen Ham-Nord.*



*Merci de nous
encourager!*

- **Activités :** Comité de jeunes : 8 et 29 nov. 13 déc. Initiation à la vidéo : Merc. 9, 16 et 23 nov+ 7 et 14 déc. Hockey les lundis à l'aréna; ateliers culinaires les mardis 15 et 22 nov.+ 6 et 20 déc. Nuit Blanche le 09 déc. Soirée spéciale concert et disco de Noël le 16 décembre.

Quoi de neuf!

**M.D.J.
L'Intersection**



- Période de renouvellement des cartes de membres. Pour une 2^e année consécutive, un montant de 2.00\$ est demandé permettant de devenir membre et ainsi profiter de nos activités. **Membre régulier : 12-17 ans. Membre aspirant : 11-12 ans avec accès à la MDJ les lundis, mardis et vendredis et certaines journées pédagogiques.**
- La MDJ est heureuse de vous annoncer que son projet 'La pièce Musicale' a remporté un des dons de 5 000\$ de la Caisse Populaire des Bois-Francs dans le cadre de leur appel de projet du Fond d'aide au développement de milieu. Merci!
- La MDJ remercie la communauté pour son soutien lors du 'squadgee' de levée de fonds pour la campagne de Centraide 2011. Grâce à vous, 404.56\$ ont été remis à Centraide Centre-du-Québec. Merci à tous de ce chaleureux soutien!
- Plaisir, écoute, support, jeux et amitiés disponibles tous les soirs, viens-nous voir!

Horaires automne
Lundi : 18 à 21h
 Sports / cours de musique
Mardi: 16 h à 17h
 Aide au devoirs
 + 18 à 21h
 Ateliers « saveurs du monde »
 Activités artistiques
Mercredi 18 à 21h
 Arts et musique
Jeudi 18 à 21 h
 Ateliers ou activités préventives
Vendredi 18 à 21 h
 Soirée Pop-corn, sorties, activités spéciales, etc..

MDJ ouverte lors des journées pédagogiques du 18 nov. et 9 déc. de 13 à 16 h.

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

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



KATIMAVIK
Tente ta chance.

Pour plus d'information sur les particularités du programme dans ta communauté, contacte Martin Yelle du Centre Emmaüs des Bois-Francs au 819-795.3989, poste 221 ou par courriel au centre-emmaus@videotron.ca

Seulement 9 places disponibles pour les 17 - 21 ans!

Pour infos: katimavik.org/fr

- Souhaites-tu améliorer ton anglais?
- Désires-tu faire une différence dans ton milieu?
- Cherches-tu un défi avant de poursuivre tes études?
- Veux-tu suivre des formations pour la prévention de la violence et la promotion de la paix?

CE PROGRAMME EST POUR TOI!
 Ce programme regroupera 10 jeunes comme toi, de milieux variés de ta région. Vous vivrez sous un même toit pendant une période de 5 mois. Votre groupe s'engagera dans les organisations de la communauté à travers le programme d'apprentissage par le service volontaire de Katimavik!
 Au cours du dernier mois, ton groupe et toi irez perfectionner votre anglais dans une province maritime en travaillant sur une ferme.

Prévention **Y avez-vous pensé ?**

Le temps de changer les piles de vos avertisseurs de fumée est arrivé.
 Au minimum une fois par année, quand on change l'heure à l'automne on devrait changer les piles de tous nos avertisseurs de fumée et détecteurs de monoxyde de carbone à piles. à moins que ceux-ci soient équipés de piles au lithium qui ont une durée de vie de 10 ans.

Pour toute question à ce sujet n'hésitez pas à nous contacter.

Toni Marcotte 819-740-6017



Un mot de votre Naturo...



Le système digestif

CONNAISSEZ VOUS LES ENZYMES DIGESTIVES?

Les enzymes sont nécessaires à la dégradation de la nourriture. Si notre corps ne fabrique pas assez d'enzymes, une panoplie de problèmes surviennent tels que ballonnement, brûlement d'estomac, crampe d'estomac, rots interminables, difficulté à manger, fatigue après les repas, constipation, diarrhée, indigestion, flatulences, mauvaise haleine, etc. Ceci est dû à un manque d'acide chlorhydrique dans l'estomac. L'organisme secrète de moins en moins d'enzymes en vieillissant.

Le manque d'enzymes favorise l'accumulation dans l'intestin grêle de déchets et bactéries néfastes et provoquent une hyperméabilité de l'intestin grêle. Cette hyperméabilité permet le passage des bactéries et des déchets dans le sang. Lorsque les bactéries et les déchets parviennent à pénétrer dans le sang, il y a danger car c'est le début des maladies inflammatoires et/ou auto-immunes qui se développent. Saviez-vous que 80% des maladies se développent dans l'intestin ? Voilà l'importance de ne pas banaliser le travail du système digestif.

On peut retrouver les enzymes sous forme de comprimés ou dans l'alimentation (vinaigre de cidre de pomme, aliments crus, germinations, kéfir, petit lait de chèvre). Il est impossible d'être en Santé sans une bonne digestion, alors les enzymes digestives peuvent s'avérer être le premier pas vers une bonne Santé !



Louiselle Caron
Naturopathe diplômée
Spécialisée dans le système digestif



Les **CFQ**

Cercle des Fermières

Le Cercle
des Fermières

res de Ham-Nord tiendra sa rencontre mensuelle le mercredi 9 novembre prochain, à la salle de l'Âge d'Or, à 19:30 heures.

Invitation: Ne manquez pas nos après-midis d'artisanat, tous les lundis, de 13 à 16 heures.

Infos: Céline au 819-344-2046 ou Claudette au 819-344-2953
Bienvenue à toutes



À votre service!

Yvon Vallières
Député de Richmond

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

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

Biblio

Saviez-vous que...



À partir du confort de votre maison, vous pouvez suivre des cours de bureautique en ligne?

Que la ressource numérique Edu-performance vous offre des formations sur la **Suite Office 2003 et 2007**? Pour vous initier ou pour améliorer vos connaissances de **Word, Excel, PowerPoint, Access, Outlook, Windows XP, Windows 7 et Vista**, voilà un outil de formation à distance des plus recherchés qui vous permettra d'économiser sur les frais habituellement demandés pour ce type de formation!

La ressource en ligne Edu-performance prend la forme de modules, et chaque module est constitué de leçons qui sont conçues à partir de scénarios réels. Vous avez le choix d'avoir les formations de façon interactive, avec ou sans la voix du formateur. Le tout dans un univers convivial et facile!

Et c'est **GRATUIT!**
Vous êtes déjà un usager de la bibliothèque? Rendez-



vous sur le catalogue en ligne à www.simbacqlm.ca et entrez votre **NIP** pour accéder aux ressources en ligne. Si vous n'êtes pas un usager, présentez-vous à la bibliothèque, demandez votre carte d'usager et votre NIP pour avoir enfin accès, vous aussi, aux multiples possibilités offertes par ces ressources et bien plus...!

L'équipe de la bibliothèque municipale

Curiosités

Par Louis-Marie Lavoie

- Les premiers humains à pratiquer l'**agriculture** ont été les Sumériens. Ils vivaient il y a 5300 ans dans la région dite du Croissant fertile où de nos jours se situent le Liban, une partie de la Turquie et l'Irak. Ils faisaient pousser du blé et du houblon, pour produire du pain et de la bière.

- L'agriculture représente environ 70% de la consommation humaine en **eau** douce.

- L'homme s'est envolé pour l'espace à peine **50 ans** après le décollage du premier aéroplane.



- Comment passons-nous le temps de notre vie : 24 ans à dormir, 9 ans à jouer, 9 ans à l'école, 6 ans à manger, 5 ans à rêver, 4 ans à chercher des objets perdus, 3 ans malade, 2 ans au téléphone, 2 semaines à attendre que le feu passe au vert (ceci n'est certes pas scientifique, mais amusant).

- Le physicien Albert **Einstein**, connu pour avoir créé le concept de relativité, était aussi violoniste et il pratiquait

la voile.

- L'origine du mot "**salair**" : les légionnaires romains étaient en partie payés... en sel.

- L'Américain moyen mange 230 sandwichs par an.

- On croit que la **roue** a été utilisée pour la première fois il y a 6000 an, en Asie.

- On compte **1740** chaînes de télévision aux États-Unis. 55,2 millions d'Américains ont regardé la cérémonie des Oscars en 1998 lorsque *Titanic* a obtenu 11 trophées.

- Imaginé en 1837 par C. Babbage, le **premier ordinateur**, qu'il appelait "moteur analytique" fonctionnait à la **vapeur**.



- Le mot **poubelle** vient du nom d'un monsieur Eugène Poubelle, un français, qui organisa la collecte des ordures (fin 18^e siècle).

- Le premier **métro** urbain au monde : Londres, 1863.

- En 1854, la britannique Florence Nightingale invente le métier **d'infirmière**.

- Ford installe des **ceintures de sécurité** dans ses automobiles en 1956.

- Le Chinois mandarin est la **langue** la plus parlée au monde (885 millions de locuteurs) suivi par l'Anglais (400 millions).

- Pour terminer : la **publicité** existait déjà il y a 5000 ans chez les Babyloniens. On a trouvé des signes créés par des cordonniers et des scribes pour promouvoir leurs affaires.... Rien de nouveau sous le soleil.

Biblio...suite

SPECTACLE FAMILIALE LA MAGIE DES CLOCHES

17 décembre 2011 à 10h30

coût : **Gratuit!!**

au Centre communautaire de Ham-Nord.

474, rue Principale

Nous aurons la chance de revoir Julie Sa Muse qui nous présentera son spectacle **La magie des cloches**.

Nous avons déjà eu une merveilleuse prestation de Julie Sa Muse lors du Carnaval 2009 sous le thème des Pirates qui avait enchanté les petits comme les grands par son histoire captivante, ses chansons et ses instruments de musique que les enfants ont pu utiliser à la fin du spectacle.



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

Télécopieur : 819 464-2828

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

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 rendre visite. Nous sommes ouverts du lundi au jeudi de 8:00 heures à 16:00 heures

Collaboration

Aline Lemieux, Karine Darveau, Anick Picard, Louis-Marie Lavoie, Louiselle Caron, Diane C. Taschereau, Tony Marcotte, la MDJ l'Intersection 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:
À la mi-décembre 2011**

**La date de tombée pour les textes et
informations sera le mardi le 6 décembre 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



Semaine de la coopération Soirée distinction coopérative 2011

La Caisse Desjardins des Bois-Francs remet 100 000 \$



Dans le cadre de la Semaine de la coopération 2011, la Caisse Desjardins des Bois-Francs a démontré plus que jamais que coopérer c'est créer l'avenir lors de sa soirée distinction coopérative du 21 octobre dernier. En effet, les étudiants et les organismes à but non lucratif membres de la Caisse ont participé respectivement aux concours «Bourses d'études» et «Fonds d'aide au développement du milieu». Tous étaient réunis au Cinéma Laurier de Victoriaville pour y recevoir 100 000 \$ en bourses d'études et dons offerts par la Caisse. De plus, les invités ont eu la chance de voir et d'entendre la conférence de M. Pierre Lavoie, fondateur du Grand défi Pierre Lavoie.



Desjardins
Caisse des Bois-Francs

Coopérer pour créer l'avenir