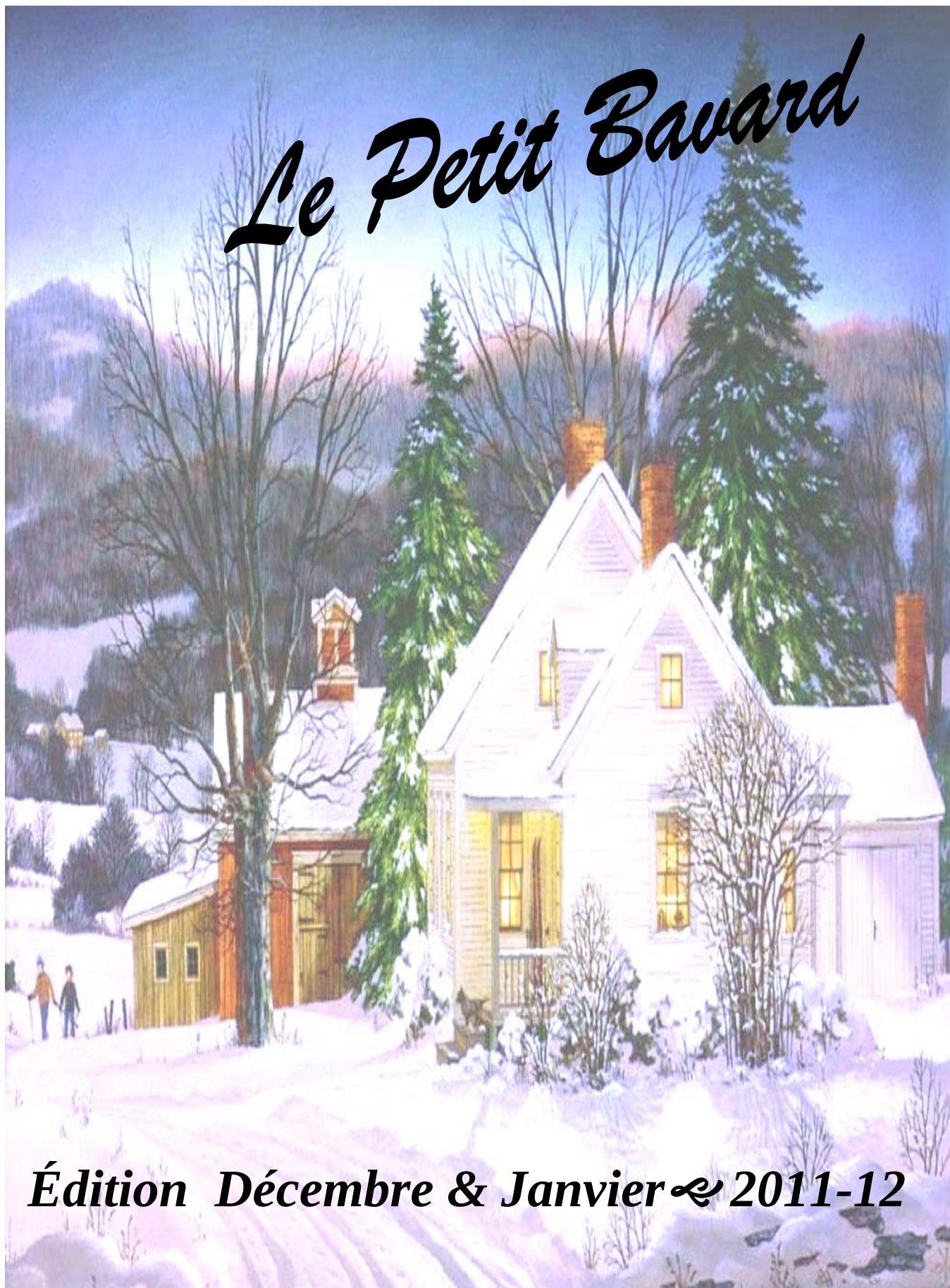


# *Le Petit Bavard*



*Édition Décembre & Janvier 2011-12*

## Sommaire

|               |                                                 |
|---------------|-------------------------------------------------|
| Page 3        | Mot de Monsieur le Maire                        |
| Page 4 à 8    | Loisirs Saint-Roch                              |
| ❖             | Carnaval d'Hiver 2e Édition                     |
| ❖             | Les Finances des Loisirs                        |
| ❖             | Patinoire                                       |
| ❖             | Cours de danse-en-ligne Country                 |
| ❖             | Cours VTT                                       |
| Page 9        | Trouvailles Internet                            |
| Page 10 et 11 | Idées originales pour le temps des Fêtes        |
| Page 12       | Saviez-vous que                                 |
| Page 13 à 15  | École de la Vallée-de-Mékinac                   |
| ❖             | Campagne de financement                         |
| ❖             | Visite à la RIVSTM                              |
| ❖             | Internet à l'École                              |
| Page 16 et 17 | Semainier                                       |
| Page 18       | Âge d'Or                                        |
| Page 19       | Bibliothèque Municipale                         |
| Page 20 à 22  | La Vie municipale                               |
| Page 23       | Festival Country du Camping                     |
| Page 24 à 32  | Bava-Truc                                       |
| ❖             | Origine de la boule de Noël                     |
| ❖             | Sirop contre la toux                            |
| ❖             | Noël par la poste                               |
| ❖             | Prendre le temps d'envoyer des vœux             |
| ❖             | De Saint-Roch jusqu'en Turquie                  |
| ❖             | Politique familiale                             |
| ❖             | T'Ai Chi                                        |
| ❖             | Les excès du temps des fêtes !                  |
| Page 33 et 34 | Vision Saint-Maurice : Dossier en développement |
| Page 35       | Mots de vos Éditrices                           |
| Page 36 à 39  | Merci à tous nos commanditaires                 |
| Page 40       | Nous joindre                                    |



## **Mot de monsieur le Maire**

### **Vœux de Noël et du Nouvel An !**

En cette période des Fêtes, sachons exprimer nos sentiments de joie et d'espoir. Rappelons-nous des souvenirs passés en compagnie de nos familles ou amis de longue date et prenons le temps de les visiter ou prendre contact avec eux et partageons avec les plus démunis dans cette période de festivités.

En mon nom et celui des conseillers, nous vous souhaitons nos meilleurs vœux de bonheur et de santé pour cette nouvelle année.

Joyeuses Fêtes à tous et soyez prudents dans vos déplacements.

Guy Dessureault, maire

## Carnaval d'Hiver 2<sup>e</sup> Edition



### Loisirs Saint-Roch

L'hiver est à nos portes et déjà nous sommes à prévoir l'élaboration de la programmation du Carnaval d'Hiver pour sa 2<sup>e</sup> Édition en février prochain.

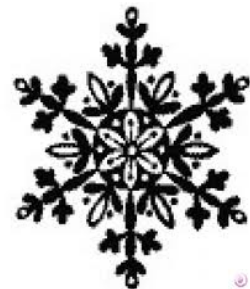
Vous aimeriez rejoindre l'équipe et y apporter vos idées créatives, des propositions originales ou encore le précieux soutien en tant que bénévole ! Soyez à la rencontre. Avec une collaboration d'équipe, nous ferons en sorte que la deuxième édition soit tout aussi populaire et originale que la première!

Une rencontre aura lieu, soyez présents en grand nombre !

**Quand :** mercredi le 14 décembre 2011

**Heure :** 18 h 30

**Où :** Bureau municipal  
1212, rue Principale



Informations ou suggestions : Marlène Doucet

Coordonnatrice Loisirs Saint-Roch

Tél. : (819) 646-5824



## **Les finances des Loisirs**

Depuis que je suis conseillère municipale, élue par acclamation en novembre 2009, d'autres responsabilités se sont ajoutées à mon implication comme bénévole au sein des Loisirs, dont le mandat en tant que conseillère, de l'administration et des finances de cet organisme à but non lucratif.

Je me dois comme gestionnaire et coordonnatrice des Loisirs, d'éclaircir quelques inquiétudes de certains citoyens. Depuis ma prise en charge de cet organisme, je crois y investir de mon temps et travailler du mieux de mes connaissances tout en gérant ses fonds comme si c'était les miens.

Les activités organisées au sein des Loisirs dans notre communauté gagnent en popularité et du fait même, apportent des revenus. Mais, Rome ne s'est pas construit en un jour ! Je ne travaille pas seule mais, toujours en équipe ! Certaines personnes se greffent aux Loisirs le temps d'une activité et d'autres pour rester mais, le tout est fait dans un esprit commun et de bénévolat.

Depuis 2009, il n'y a eu aucune perte dans nos activités, les finances ont majoré depuis 2009 et se portent très bien ! Mais, dans le monde actuel, il faut être prudent et gérer ses sous comme s'ils étaient les derniers à venir dans les prochains mois. Il faut être raisonnable et comme j'ai appris en formation d'éthique municipale récemment, il faut se servir de son gros bon sens !

Merci de me faire confiance, Marlène, Coordonnatrice Loisirs



## **Patinoire**

Le ménage d'automne a été effectué, les lieux sont propres. Souhaitant que nos usagers de la patinoire en accomplissent autant dans les prochains mois, lors de l'usage de ce lieu public.

En tant que responsable des Loisirs, j'aimerais que les utilisateurs soient redevables envers la municipalité; ce qui serait un minimum et démontrerait une grande marque de respect. Il ne faut absolument pas oublier que c'est la municipalité qui assume les coûts en électricité pour l'éclairage de la patinoire et le chauffage de l'abri à patins pour l'usage de nos familles et de nos jeunes.

Soyons fiers de notre patinoire, elle a été acquise jadis, grâce à des efforts humains ! Maintenant il faut l'entretenir pour la rendre durable. Sachez, que ce ne sont pas toutes les municipalités qui peuvent bénéficier d'une surface glacée !

**MERCI !** À mon bénévole (papa) qui a effectué la réparation des butts pour la patinoire. Les pièces de métal brisées ont été remplacées et les soudures renforcées. Nous y avons aussi installé adéquatement de nouveaux filets alors, maintenant le tout est presque prêt pour nos amateurs de hockey !

Quand le temps sera venu et que le froid sera installé, nous sommes conscients que nos jeunes bénévoles braveront le mercure sous les zéros avec les boyaux de pompiers à la main et feront encore une fois du très bon boulot...

Vous faites maintenant ce que les plus vieux ont fait jadis et ce que les plus jeunes feront plus tard....

**MERCI ! ... de s'impliquer pour nous tous !**

### **Cours de danse Country-Western**

Que vous soyez danseur de longue date ou totalement novice, que vous soyez jeune ou un peu moins...que vous ayez l'oreille musicale ou pas, cette discipline se veut avant tout un moment de détente et de plaisir partagé.



Cette danse, rythmée par de la musique country, d'où son nom, nous vient des États-Unis. La musique country, ou country-western est une musique venue des États-Unis. Née dans les Appalaches et dans le pays profond du Texas et jusqu'en Virginie-Occidentale. Rythmique ou entraînante, sentimentale ou émouvante, la country vient des musiques folkloriques celtes des immigrants irlandais et écossais.

Selon l'imagerie traditionnelle, la Danse-en-Ligne existait déjà au temps du Far West et beaucoup sans doute imagine les Cow-boys se réunissant le soir pour danser Tush-Push et Cotton-Eyed Joe aux sons du violon et du Banjo.

Voilà une image bien romantique du Cow-boy !

Vous aimeriez vous joindre au groupe et être prêt pour sauter sur la piste de danse lors de notre Festival Country au Camping l'été prochain, qui se tiendra du 28 juin au 1<sup>er</sup> juillet 2012 ! Voilà une occasion en pépète d'OR !

On vous y attend en grand nombre ! Pour tous !

Réserver votre place : Marlène (819) 646-5824

**Quand :** À compter du 13 janvier  
**Heure :** De 19 h à 21 h  
**Où :** Gymnase École de la Vallée-de-Mékinac  
1212, rue Principale  
**Coûts :** 25 \$ / personne  
**Durée :** 2 h / semaine / 5 semaines  
**Professeur :** Mme France Lesieur  
Étoile d'Argent

### Cours VTT

**Félicitations !** À tous les nouveaux récipiendaires de leurs cartes d'aptitude. Nous tenons à remercier les membres de l'**Âge d'Or** de nous avoir permis d'utiliser leur stationnement, afin d'exécuter les exercices nécessaires à la formation de Quad Mauricie, ainsi qu'à Monsieur Jean-Raymond Fortin, formateur.

En terminant, Les Loisirs tiennent encore une fois à souligner l'implication de **Les Foresteries S N Doucet inc.**, avec son équipement, Sylvain a remis le terrain dans son apparence d'origine après le passage des VTT.



## **Trouvailles Internet**

**Lien internet :** <http://portablenorthpole.tv/accueil>

Un site où le Père Noël en personne nous répond dans une vidéo personnalisée.... Pour les petits et les plus grands !

**Lien internet :** <http://www.les-bodins.fr/Face-de-Bouc.html>

Si vous étiez tout comme moi friand de l'humour du très coloré Marc Labrèche et de ses multiples personnages loufoques de « 3600 Secondes d'Extase » diffusé sur nos ondes de Radio-Canada alors, suivre ce lien et vous allez rire un bon coup !

**Lien internet :** <http://www.tourismemauricie.com/concours>

Faites connaître votre coup de cœur de l'hiver en nommant l'endroit qui vous a le plus charmé ou que vous aimeriez découvrir en Mauricie pendant la période hivernale.

En participant au concours d'ici le 2 février. Vous courez la chance de vous mériter l'une des deux paires de raquettes de marque GV des boutiques Le Yéti, ou l'un des nombreux forfaits en Mauricie.

Bonne chance !

## Idées originales pour le temps des fêtes !

### **Dans une pourvoirie**

Vous cherchez un endroit unique et qui **sort de l'ordinaire** pour passer la période des **fêtes en famille ou entre amis**? C'est la pourvoirie du Club Hosanna qu'il vous faut !

Par son originalité, sa tranquillité et la beauté de ses lieux, en font rêver plus d'un! Le Club Hosanna vous offre un vaste choix d'hébergement, du petit refuge en bois rond au chalet cinq étoiles et accueille des groupes de 2 à 14 personnes dans un grand confort.

À votre arrivée, après avoir complété l'enregistrement à l'accueil, votre chauffeur vous attendra à l'extérieur pour vous conduire à votre chalet à bord de son autoneige des années 50 construit par Bombardier.

L'aventure et le plaisir commencent!



**Ève & Max Béland**

3460, Route 155, Trois-Rives (Québec) G0X 2C0

Tél. : 819 646-5244 / Téléc. : 819 646-5682

**Courriel :** [info@clubhosanna.qc.ca](mailto:info@clubhosanna.qc.ca)

## **Comme cadeau, un massage !**

Quel bonheur de s'offrir, pour quelques heures, un moment de détente bien mérité ! Que vous soyez seule, avec un ou une amie ou en couple.

Profitez d'un bon massage pour dissoudre les tensions, tonifier, relaxer et raffermir les muscles et les articulations. Sachez que les massages favorisent aussi la circulation sanguine et lymphatique et l'élimination des toxines. Offrez-vous ce moment de détente...



**Ghislaine Pelletier**

**Massothérapeute**

1041, Domaine des Foins

Saint-Roch-de-Mékinac, G0X 2E0

Tél : (819) 646-5195

## **Pensez à un panier de Noël original !**

Dans la Mauricie, plus exactement à Grandes-Piles, nous avons la charmante Ruth et ses délices... Vous voulez des confitures originales faites avec nos produits d'ici, des huiles olives aromatiques, des confits et gelées sublimes, dont une au porto et romarin qui vaut le détour ! Idéal pour faire des cadeaux originaux et délicieux !



**Lien Internet :** [www.lesdelicesderuth.com](http://www.lesdelicesderuth.com)

## **Saviez-vous que**



### **Prendre l'autocar est pour toutes les bourses !**

Saviez-vous que le transport en autocar est ce qui a de plus fiable, ponctuel, aucune inquiétude, on se laisse conduire..... Cela vous offre une pause, aucune contrainte de la route et écolo. Vous aurez la possibilité de lire un bon livre, faire une sieste ou compléter un tricot !

L'autocar, c'est la solution par excellence pour rentabiliser son temps au maximum ! Pas besoin de réserver, ni de se rendre à la gare des heures à l'avance. Côté horaire, c'est la souplesse absolue : il y a des départs tous les jours et même toutes les heures sur certains trajets.

Offrez un billet à votre petit dernier parti au loin pour ses études... un voyage en bus pour revenir à la maison à temps pour la période des fêtes !

À titre d'exemple : Un aller-simple de Montréal (de la Gares d'Autos-Car de Mtl.) jusqu'à Saint-Roch-de-Mékinac (Garage SLB). Vous avez droit à deux valises d'un maximum de 35 kilos chacune, la durée du trajet est d'un peu moins de 4 heures pour un tarif de 44,40 \$ + taxes.

**Lien Internet : [www.ortleansepress.com](http://www.ortleansepress.com)**

## École de la Vallée-de-Mékinac



### **Une campagne de Financement**

Tout ce qui a de plus innovateur comme campagne ! Dans l'ère de la récupération, nos jeunes élèves deviendront de jeunes entrepreneurs écolo ! Avec l'aide de Mme Chantal, l'enseignante et avec la collaboration des parents, nous assemblerons et personnalisons de façons originales une centaine de sacs réutilisables.

Confectionnés à la main en utilisant quelques matières recyclées, ils seront solides et lavables pour de multiples usages. Soit pour offrir un présent et servir en même temps d'emballage à l'approche des fêtes. Facile à glisser dans son sac à main et prêt à être utilisé et par la même occasion collaborer à leur campagne de financement pour amasser les sous nécessaires afin de souligner d'une façon originale la fin des classes en juin 2012.

Près de 80 heures de travail sont requises pour rendre à terme leur projet et ils seront accompagnés de leurs parents. Assurément que vous serez sollicité durant le congé des fêtes, soyez généreux et encourager leur implication et originalité en vous procurant un de leurs magnifiques sacs réutilisables au montant de 10 \$ chacun.

Encourageons leur persévérance et soulignons leur originalité. Puis du même coup, collectivement se sensibiliser à l'importance que nous accordons à notre petite école dans notre milieu.

### Visite à la RIVSTM



Les élèves et leur enseignante Mme Élane, professeure d'éducation physique, tiennent à souligner la courtoisie et la disponibilité des pompiers de la RIVSTM.

Ils remercient personnellement le Capitaine Alain Lambert de la caserne #9 ainsi que le Capitaine Fabrice Brière de la caserne#10.

Ave votre professionnalisme, vous avez éveillé l'intérêt des

jeunes élèves en partageant vos connaissances et rudiments de ce courageux métier. **Merci !**



## **Internet à l'École**

Merci à ceux qui ont participé mais, malheureusement, les résultats du sondage ne reflètent pas celles de nos attentes. Étant non concluant, la municipalité ne peut mettre en opération un tel service que pour quelques utilisateurs.

Mais, ce sondage a démontré que les utilisateurs d'ordinateur et de l'internet aimeraient apprendre les rudiments de recherches et usages particuliers, tels la démystification du Microsoft Word, comment ficher un document et être capable de bien le retrouver en temps et lieu ou encore être capable d'inclure des pièces jointes à un message, faire un montage photos etc.

Il y aura une formation de base, étape par étape et selon vos besoins et attentes. Joignez-vous au groupe !

Quand : Date à déterminer selon la demande

Endroit : École de la Vallée-de-Mékinac

1216, Rue Principale

Coûts : 3 \$ / personne

Inscriptions : Marlène Doucet (819) 646-5824

Bienvenue à tous.... En tant qu'apprentie ou encore comme aidant à la formation ! Ou tous ceux qui s'y intéressent, venez briller par votre présence !

## Petites Annonces

### **À vendre**

Divan 3 places et fauteuil, très propre et confortable, couleur beige crème et brun bourgogne à motifs contemporains. 350\$ négociable

Ensemble de fer forgé blanc, parfait pour la verrière ou le patio, un banc 2 places et une chaise. 60 \$

Petit meuble noir, pour téléviseur avec rangement en dessous avec portes vitrées. 15 \$ (peut être apporté à St-Roch)

Tous ces articles sont à Trois-Rivières Téléphone : (819) 646-5545

### Semainier

Adace 4 décembre 9 h 30

Adace 11 décembre 9 h 30

Adace 18 décembre 9 h 30

### **Messe de Noël**

**24 décembre 19 h 00**

Célébrée par l'Abbé Marcil, à la salle Anna Nibert pour Mme Mariette Chandonnet, offerte par sa nièce Lorraine Désaulnier.



## **Prière de Noël**



Seigneur, donne-nous la clef... Nous vivons, Seigneur dans un monde fermé à double tour verrouillé par des milliers, des millions de clés. Chacun a les siennes : celles de la maison et celles de la voiture, celles de son bureau et celles de son coffre.....

Et comme si ce n'était rien que tout cet attirail, nous cherchons sans cesse une autre clé : clé de la réussite ou clé du bonheur, clé du pouvoir ou clé des songes...

Toi, Seigneur qui a ouvert les yeux des aveugles et les oreilles des sourds, donne-nous aujourd'hui la seule clé qui nous manque : celle qui ne verrouille pas, mais libère ; celle qui ne renferme pas nos trésors périssables, mais livre passage à ton amour ; celle que tu as confiée aux mains fragiles de ton Église : la clé de ton Royaume.

## **Dime 2011**

Un rappel, de votre contribution financière pour la paroisse dime 2011. À tous ceux et celles qui n'ont toujours pas contribué, c'est encore le temps avant la fin de l'année 2011.

Nous vous émettrons un reçu aux fins d'impôt sur demande.

Merci de votre contribution et générosité.

## Âge d'Or

Prenez note qu'il n'y aura pas de dîner du mois en décembre. Nous serons de retour le 10 janvier 2012

N'oubliez pas tous les mardis BINGO dès 13 heures

Ouverture 9 h 30

: Jeux de cartes (avant midi)

Dîner : 11 h 30

: Bingo, cartes, dards, baseball poche (après-midi).

Pour tous ceux qui sont inscrits au T'ai Chi, vous pouvez venir pratiquer à l'âge d'or les mardis à 15 h 30 en compagnie de Cécile.

Merci ! À toute l'équipe de la fête de l'Halloween, ce fut un très grand succès ! Merci ! Pour la belle journée Whist-Militaire, nous nous sommes bien amusés.

N'oubliez pas qu'il y aura : Souper de Noël, ce 10 décembre 2011. Nous sommes désolés pour les retardataires, les billets sont tous vendus !

**Joyeuses Fêtes et Meilleurs Vœux à tous !**



## **Bibliothèque Municipale**

Il est possible de s'abonner gratuitement et ce, en tout temps de l'année, afin de profiter de tous les services.

**Horaires : Lundi de 14 h à 17 h**

**Lieu : Sous-sol de l'école, 1216, rue Principale**

**Responsable : Mme Lise Bérubé**

La municipalité tient à remercier Chrystyne pour son aide comme bénévole à soutenir dans ses tâches la nouvelle responsable de la bibliothèque, Mme Lise Bérubé. Nous souhaitons bienvenue à cette dernière.

Un merci à Maryse Valade pour le don de livres pour la bibliothèque.

Au nom de la municipalité et en mon nom, coordonnatrice à la Bibliothèque et de notre bénévole Chrystyne, nous voudrions transmettre nos sincères condoléances à Manon, pour la perte de sa mère récemment.

Nous souhaitons, que l'avenir te réserve grandes joies et succès pour tes projets avenir.



## La vie Municipale

Lors de la séance du conseil du 7 décembre 2011,

Il fut résolu :

Résolu d'obtenir de l'aide juridique à un taux fixe pour supporter les élus en éthique et déontologie lors de leurs démarches et projets municipaux.

Résolu de nommer comme maire suppléant pour le prochain trimestre, M. Jean-Marie Perron.

Résolu la nomination au Réseau Biblio comme responsable : Mme Lise Bérubé et comme représentante Mme Marlène Doucet.

Résolu d'accepter la demande de dérogation mineure du 1401, rue Principale.

Résolu d'augmenter la marge de crédit de la municipalité pour assurer les coûts des travaux exécutés au Camping Mékinac en attendant l'octroi accordé pour ces travaux d'assainissement des eaux.



Accorder la demande d'aide financière pour le Festival Country du Camping auprès du CLD, de la MRC et ainsi que de Mme Boulet nous ont été acceptées.

Varia : Toute personne se croyant lésé par la présence de chien errant sur son terrain, se doit de prendre contact avec la Sureté du Québec et ainsi y déposer une plainte.

❖ Nous vous rappelons que les textes intégraux des décisions du conseil municipal sont disponibles pour consultation à l'Hôtel de Ville.

### **Prochaine séance du conseil**

Se tiendra le **11 janvier 2012** à la salle Anna Nobert à compter de 19 heures. Il nous fera grandement plaisir de vous y accueillir !

Une séance de conseil qui saura vous informer de votre monde municipal. Soyez présent en grand nombre, nous apprécions votre présence !

### **Bureau municipal**

**1212, rue Principale  
Saint-Roch-de-Mékinac, Québec  
G0X 2E0  
Tél. / Téléc. : 819 646-5635  
Courriel : [st-roch@regionmekinac.com](mailto:st-roch@regionmekinac.com)**

Visitez-le : [www.strochdemekinac.com](http://www.strochdemekinac.com)

## Horaire

Lundi au mercredi : de 8 h 30 à 12h et de 12 h 30 à 16 h 30

Jeudi : de 8 h 30 à 12 h et de 12 h 30 à 16 h

Vendredi : Fermé

**Le bureau municipal sera fermé à la période des Fêtes : à compter du 23 décembre jusqu'au 3 janvier 2012 inclusivement.**

## Calendrier :

Collecte des Ordures : mardi

Récupération : mercredi

Décembre 2011

| Dim | Lun | Mar       | Mer       | Jeu | Ven | Sam |
|-----|-----|-----------|-----------|-----|-----|-----|
|     |     |           |           | 1   | 2   | 3   |
| 4   | 5   | <b>6</b>  | <b>7</b>  | 8   | 9   | 10  |
| 11  | 12  | 13        | 14        | 15  | 16  | 17  |
| 18  | 19  | <b>20</b> | <b>21</b> | 22  | 23  | 24  |
| 25  | 26  | 27        | 28        | 29  | 30  | 31  |

JANVIER 2012

| Dim | Lun | Mar       | Mer       | Jeu | Ven | Sam |
|-----|-----|-----------|-----------|-----|-----|-----|
| 1   | 2   | <b>3</b>  | <b>4</b>  | 5   | 6   | 7   |
| 8   | 9   | 10        | 11        | 12  | 13  | 14  |
| 15  | 16  | <b>17</b> | <b>18</b> | 19  | 20  | 21  |
| 22  | 23  | 24        | 25        | 26  | 27  | 28  |
| 29  | 30  | <b>31</b> |           |     |     |     |

**Prenez note que le service de cueillette des ordures au calendrier est dorénavant aux 2 semaines, pour la période hivernale.**

## **Festival Country du Camping**

### **Ça avance au galop !**

Monsieur le maire nous prépare une programmation qui nous fera vibrer sous le chapiteau mur à mur ! Du 28 juin au 1<sup>er</sup> juillet 2012, il y aura une ambiance jeune et festive à notre camping municipal.

« Certains des artistes de notre programmation sont expérimentés en la matière de musique country et quelques-uns d'entre eux, ne sont peut-être pas tous très connus encore, mais ils gagnent à le devenir ! » selon les propos de M Dessureault. Ce dernier, croît en la relève musicale et est fier de ses découvertes !

D'ici quelques semaines le « Regroupement des Festival Country Western et Folklorique » sortira sa programmation pour l'année 2012. Nous aurons notre page à l'intérieur, énumérant la programmation avec nos artistes invités ainsi que les coûts journaliers ou forfaitaires pour participer à notre festival ! Vous serez invité à vous le procurer à l'Hôtel de Ville. Monsieur le maire, affirme qu'on viendra de partout pour découvrir notre magnifique région et assister à notre Festival Country !

Monsieur Dessureault tient à remercier tous nos généreux commanditaires. Considérant que leur participation est un gage de réussite. Elle représente un bel exemple de partenariat entre les gens d'affaires de la région et notre Festival Country. Dans l'esprit country, nous ne comptons pas moins que de 220 jours avant le début des activités !

## **Bava-Truc**



### **Origine de la boule de Noël**

Les toutes premières décorations en forme de boule de Noël étaient constituées de fruits, comme des pommes, oranges... auxquels on ajoutait des petits motifs en papier et des hosties non consacrées. La boule de Noël multicolore d'aujourd'hui ne rappelle-t-elle pas les fruits des premières décorations?

En tout cas, il paraît qu'à la suite d'une mauvaise récolte de pommes en Alsace, un verrier de Strasbourg eut l'idée de les remplacer par des boules de verre ! L'idée plut tellement qu'un artisanat se développa. Dans les années 1830, à Lauscha en Allemagne. On produisait des boules de verre qui étaient destinées à protéger la maison des mauvais esprits. Au milieu du XIXe siècle, ce sont les boules de Lorraine et de Bohême qui furent les plus appréciées.

Les boules étaient en verre soufflé et peintes à la main. Quant aux friandises, bonbons, confiseries, fruits secs.... Elles ne mirent pas longtemps pour faire leur entrée dans les décorations. Jusque dans les années 1950 c'est l'Allemagne et les pays d'Europe de l'est qui restent le cœur de production des ornements d'art. Les artisans travaillaient de nombreux matériaux comme le verre soufflé, filé, moulé, le métal, la cire et le bois. On fabriquait aussi des petits personnages en coton, des cheveux d'anges métalliques d'origine lyonnaise.

La boule de Noël qui décore les sapins est née à Meisenthal en Moselle. Traditionnellement, on y accrochait des pommes mais en 1858, l'hiver fut si rigoureux qu'il n'y eut plus de pommes.

Un artisan verrier eut l'idée pour donner quand même un peu de joie à la fête de créer des boules représentant une pomme et d'autres fruits alors, de là est née la boule de Noël !

## **Un sirop contre la toux**



Le romarin n'a plus rien à prouver de ses vertus ancestrales pour soulager la toux! Le miel, par la douceur de ses sucres, adoucit les gorges irritées. Tous les ingrédients sont ici réunis pour éradiquer les bronchites et quintes de toux interminables.

Voilà une recette simple et 100% naturelle...

### **Ingrédients :**

3 branches de romarin frais de préférence et non traitées ; 250 ml d'eau ; 4 c. à soupe de miel ; le jus d'un citron

Faites une infusion en faisant frémir l'eau puis en y plaçant les branches de romarin. Laisser infuser 10 à 15 minutes hors du feu. Ensuite filtrer le liquide pour s'assurer qu'il ne reste pas de branches ou feuilles. Ajouter le citron et le miel, bien mélanger et remettre sur le feu. Laisser réduire à feu doux jusqu'à l'obtention d'un sirop. Mettre en bouteille hermétique et conserver au réfrigérateur le temps du traitement (se conserve 6 mois au frigo).

Les vertus du romarin : bactéricide, lutte contre les refroidissements et les infections bronchiques. Le miel : un adoucissant et antiseptique ainsi que le citron. Bon pour toute la famille et la grippe d'homme !

## **Noël et la poste**



**Carte postale originale !** Vous n'avez qu'à prendre une photo, puis de créer votre propre carte postale et de l'envoyer directement à partir de votre ordinateur.

## **Créez votre propre timbre !**

Transformez votre photo préférée en timbre-poste personnalisé. Quelle agréable façon d'impressionner votre famille, de faire connaître un endroit inoubliable de vos vacances ou de montrer avec fierté votre animal adoré.



Père Noël  
Pôle Nord  
HOH OHO  
Canada

**Envoyez-les avant le 19 décembre** afin que le Père Noël ait plein de temps pour répondre. N'oubliez pas d'inscrire l'adresse de retour !

Lien internet : [www.canadapost.ca](http://www.canadapost.ca)

## **Prendre le temps d'envoyer des vœux !**

L'intérêt majeur des cartes de vœux est de resserrer des liens distendus. C'est pourquoi il peut être intéressant, en même temps qu'une formule de vœux, d'envoyer un petit bilan de son année passée de façon à donner des nouvelles à ceux avec qui on communique peu tout au long de l'année.

Prenez le temps de rédiger un petit texte résumant les faits marquants de votre dernière année. Si cela est possible, vous pourriez l'agrémenter de photos des enfants ou petits-enfants.

Vous pourriez choisir plutôt de partager votre état d'esprit, de rappeler l'importance de vos valeurs en cette période de retrouvailles.

Sachez que parfois, en elle seule une simple citation bien choisie, peut venir illustrer vos vœux et remplir le même objectif.

En cette période festive penser aux personnes éloignées qui attendent de vos nouvelles et celles aussi très près de chez vous qui sont souvent oubliées, comme un voisin qui surveille vos biens lors de vos absences, le camelot pour sa ponctualité et fidélité ou encore pour les enseignants de vos enfants qui partagent quotidiennement leur soif du savoir !

Prenez le temps, quelqu'un appréciera...



## De Saint-Roch jusqu'en Turquie

Mme Olivette Lemieux revient d'un long périple et c'est avec grand plaisir qu'elle voudrait le partager....

Il y a quelques semaines, nous revenait notre grande voyageuse d'un magnifique voyage parcourant la Grèce, la Turquie qui est considérée comme faisant partie parfois de l'Europe, parfois de l'Asie, Istanbul et une croisière à bord du Louis Treasus Majestic (photo), sur la mer Marmara où M. Onassis le grand armurier et Jacqueline Kennedy avaient leur paquebot à l'époque.

En Turquie, nous sommes émerveillées dans ce décor de calcaire avec ses piscines naturelles à Pamukkale (photo). Aussi, je suis entrée dans la maison de la vierge Marie où elle habitait chez les Éphésiens à Éphèse (maison de ciment). Tout au long du trajet, j'ai aussi visité les ruines de la prison où St-Paul a été emprisonné.

En Grèce, ce qui m'a impressionnée le plus c'est la vue d'immenses météorites qui ont atterri sur la terre d'une grosseur quasiment équivalente à une montagne de pierre, sur laquelle ils ont construit un monastère qui les mettait à l'abri des brigands et je suis allée à Constantinople où les pères de l'église du temps ont composé le crédo; le je crois en Dieu.

J'aurais, bien sûr, long à vous raconter avec toutes ces différences dont la langue, les us et coutumes, la nourriture et sans parler de paysages qui parfois, nous laissaient croire être dans la vie des gens riches et célèbres, histoire d'un moment.

Ce fut un voyage de rêve... Je vous laisse y rêver et à l'an prochain pour un futur voyage à Prague. Olivette

## **Politique Familiale**

### **Les Sacs Cadeaux !**

Une idée qui a fait du chemin et rend nos nouveaux citoyens heureux ! Conçus pour faciliter l'intégration des nouveaux résidents et leur permettre de connaître les principaux éléments pour soutenir leur arrivée dans notre communauté. Une occasion formidable... d'en savoir davantage sur leur nouvelle municipalité et de décider d'être un citoyen actif !

## **T'Ai Chi**



Nous sommes de retour ! Pour tous les intéressés, il y aura une continuité de T'ai Chi, cours mixtes, avec M. Robert Saint-Onge.

Période : 9 janvier 2012 au 16 avril (15 semaines).

Durée : 2 h/semaine à tous les lundis de 13 h 30 à 15 h 30.

Coût : 100 \$

Lieu : École de St-Roch. Veuillez prendre note que le cours du 9 janvier aura lieu à la salle de l'Âge D'Or exceptionnellement.

L'inscription se fera lors de la première rencontre, pour les personnes ne pouvant être présentes à la première session, veuillez communiquer avec Chrystyne : (819) 646-5545 ou Marlène : (819) 646-5824

## Les excès du temps des fêtes !

Il vous suffira d'une simple semaine pour se remettre d'aplomb. En revanche, durant cette période, fini les excès en tout genre. Voici un petit programme à suivre pendant sept « petits » jours...

Au réveil, la « gueule de bois » d'hier à disparue mais laisse derrière elle le goût amer d'un mal-être physique plus général, et bien pire : vous avez mal partout, vous êtes épuisé(e) et vous vous sentez boudiné dans votre coton ouaté. Bref, vous êtes d'assez méchante humeur. On se réveille tous avec la sensation désagréable d'être intoxiqué et avec quelques kilos supplémentaires sur la balance.

Non seulement on a mangé gras, sucré et en grande quantité, mais on a aussi répété les écarts. Face à ça, notre système hépatique, intestinal, digestif et rénal est en surchauffe.

Pas de panique, il vous suffira de sept jours pour remettre d'aplomb ce corps nourri à coup de foie de gras et de champagne depuis le 24 décembre. Nous vous présentons les dix commandements à suivre pendant une semaine pour laver son organisme des excès.

### **Nos conseils « Post-Trauma-Festifs ! »**

**Boire sans modération.** De l'eau en particulier et du thé vert. Des litres si vous le voulez. Le but est d'éliminer et de débarrasser le corps des toxines qui l'empoisonnent.

**Se désintoxiquer.** En forçant sur les aliments détoxifiants que sont notamment le kiwi, l'artichaut, la mâche, la tomate et le fenouil. Crus en salade, cuits en compote ou en soupe...

**Faire un petit régime...** En mangeant une portion de poisson par jour, beaucoup de laitages, des légumes verts ainsi qu'un fruit à chaque repas. Rien de bien compliqué en somme, sinon qu'il faille bannir tout le reste. Prenez les devants et remplissez votre réfrigérateur de bonnes choses ! Pensez à un « Smoothie » pour ceux à qui le déjeuner est une épreuve du lendemain...

**Et un peu de sport !** Et surtout pas en vous lançant dans une séance de fitness ou un jogging effréné de deux heures, vous vous fatigueriez plus que vous ne vous feriez du bien. Faites plutôt vingt minutes de marche...pas trop lentement quand même ! Une balade en raquette dans nos magnifiques sentiers. L'activité physique aide grandement l'élimination des déchets de l'organisme en transpirant.

**Dormir !** Pas la peine de faire des grasses matinées, elles risquent de casser votre rythme biologique et de vous fatiguer encore plus. En revanche, couchez-vous avant 23 heures, et même le plus tôt possible. Les heures de sommeil avant minuit sont les plus réparatrices.

**S'offrir un remède miracle !** Le vinaigre de cidre est apparemment apprécié des spécialistes. Avalé à raison de deux cuillères à soupe avant chaque repas, du midi ou du soir, il permet de pré-digérer les aliments et avec son effet détergent sur les graisses, de perdre un peu de poids.

Pour ceux qui ont l'estomac sensible, il est disponible en version désacidifiée en parapharmacie sous forme de complément alimentaire.

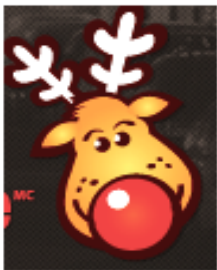
**Se faire masser !** C'est le moment de se programmer une séance de massage corporel total, pas seulement pour se faire plaisir, mais aussi pour drainer. Demandez à votre ami(e) de commencer par les pieds et de remonter doucement. N'oubliez pas les huiles essentielles. A défaut, une petite heure de nage à la piscine vous fera le plus grand bien.

**Prendre un peu de vitamine.** A raison d'un gramme de vitamine C par jour, pendant sept jours. Tonus et immunité renforcés, forme retrouvée.

**Oublier l'alcool.** Pas une goutte, l'abstinence doit être totale pendant sept jours. Et tant pis pour les lendemains de fêtes, les vœux et l'Epiphanie.

Puis, n'oubliez pas, la modération a bien meilleur goût !

### **Opération Nez Rouge 2011**



**«Partir en champion»**

Voici le calendrier des activités 2011 : **les 2, 3, 9, 10, 15, 16, 17, 23, 30 et 31 décembre.**

**(418) 365 4011**



### **Enquête sur la pêche sportive dans le bassin Grand-Mère de la rivière Saint-Maurice**

Ce projet visait donc à caractériser la situation des populations de poissons d'intérêt sportif dans le bassin Grand-Mère, soit le doré jaune, le grand brochet, l'achigan à petite bouche et la perchaude.

La pression de pêche exercée a été évaluée, afin de comparer l'offre et la demande au niveau de l'été et de la pêche sportive dans ce secteur. Ces connaissances permettront d'identifier les facteurs qui limitent l'abondance des différentes espèces et d'élaborer des stratégies d'intervention pour le rétablissement de la population et le développement de la pêche sportive dans le secteur du barrage Grand-Mère jusqu'au Rapide Manigance.

Plan de restauration des milieux humides dans le secteur du « Trou à la Barbotte » situé sur les rives du St-Maurice près de St-Roch de Mékinac

#### **Objectifs spécifiques**

Les différents travaux préconisés sur le site d'intervention visent à corriger et améliorer la situation actuelle. Les objectifs spécifiques poursuivis par la réalisation du projet sont :

Phase A : Aménagement du milieu selon des objectifs multi-spécifiques :

## Faune aquatique

- Aménagement de bassins d'alevinages, frayères multi spécifiques et de chenaux peu profonds favorables aux espèces cibles
- Production de perchaude qui est actuellement en diminution
- Production de poissons proies comme le crapet-soleil et l'ouitouche et la chatte de l'est
- Favoriser l'augmentation du nombre de prédateurs plus particulièrement le brochet par une plus grande présence de proies et en augmentant les sites de reproduction

## Aviaires

- Aménagement de sites d'élevages et de pontes pour la sauvagine
- Aménagement sites d'alimentation
- Aménagement de nichoirs pour la faune avienne

## Amphibiens et reptiles

- Aménagement habitat potentiel amphibiens et reptiles

## Plantes

- Plantation et diversification des espèces floristiques indigènes

## Phase B : Volet interprétation

- Construction de passerelle d'observation et d'interprétation des milieux humides
- Aménagement de structures d'interprétation

## Phase C : Suivi et contrôle des espèces envahissantes

- Assurer le succès de l'aménagement au niveau des fonctions et des espèces recherchées et présentes.



## Mot de vos Éditrices



**Meilleurs vœux à tous nos lecteurs !**

Que cette nouvelle année vous apporte la réussite dans tout ce que vous entreprenez et que le bonheur soit au rendez-vous dans vos foyers et dans le cœur de vos proches.

En un mot, nous vous souhaitons un très heureux temps des fêtes et une très **BONNE ANNEE**. Nous serons de retour dans l'Édition de février 2012.

En terminant, voici quelques mots et chiffres, tout comme ceux inclus dans notre journal Le Petit Bavard mois après mois, nous vous souhaitons sincèrement....

**1 an de Santé  
52 semaines d'Amour  
365 jours de Joie  
8 760 heures de satisfaction  
25 600 minutes de prospérité  
31 536 000 secondes de bonheur  
BONNE et HEUREUSE ANNÉE 2012**

## Merci à tous nos commanditaires

*Les foresteries S.N. Doucet inc.*

**Excavation, déneigement  
Fosse septique traditionnelle et écologique**

Téléphone : 819 646-5802  
Cellulaire : 418 365-8708

1120, Domaine de la source  
St-Roch-de-Mékinac  
Québec G0X 2E0

R.B.Q. : 8259-918916



**GARAGE R TESSIER INC.**

**MÉCANIQUE & REMORQUAGE**

TEL: 819-646-5146  
CELL: 418-365-0462



**Québec** 

*Julie Boulet*

Députée de Laviolette  
Ministre de l'Emploi  
et de la Solidarité sociale  
Ministre responsable de la région  
de la Mauricie



Diesel  
Essences  
Mazout  
Lubrifiants  
Graisses

381, route 153  
Saint-Tite (Québec) G0X 3H0  
Téléphone : 418 365-5979  
Télécopieur : 418 365-3121

[www.petrolesjacob.com](http://www.petrolesjacob.com)

**GROS ET DETAIL**



**Marc Bélisle**  
*propriétaire*

89, Route 153  
St-Tite (Québec)  
GOX 3H0

Fax. : (418) 365-4430

e-mail : [batteriemauricie@globetrotter.net](mailto:batteriemauricie@globetrotter.net)

**VOTRE SPÉCIALISTE EN BATTERIE DE TOUS GENRES**  
**(418) 365-5600**



**TREMBLAY BOIS MIGNAULT LEMAY**  
**ANDRÉ LEMAY**  
Avocats

Iberville Un, bureau 200, 1195, avenue Lavigerie,  
Québec (Québec) G1V 4N3  
Téléphone : 418-658-9966 Télécopieur : 418-656-6766  
[alemay@tremblaybois.qc.ca](mailto:alemay@tremblaybois.qc.ca)  
Site Web: [www.tremblaybois.qc.ca](http://www.tremblaybois.qc.ca)





**Jean-Yves Ross**  
**2180 route Ducharme,**  
**St-Roch-de-Mékinac**

- **Bardeaux**
- **Peinture (tôles)**
- **Élastomères**

**819-646-5118**  
**Cell: 418-609-3554**

**exodus1950@videotron.ca**



**Guylaine Dulong**  
**Guy Damphousse**  
**Pharmaciens**

**Pharmacie Dulong & Damphousse**  
 260, rue du Moulin  
 Saint-Tite (Québec) G0X 3H0  
 Téléphone : (418) 365-7543  
 Télécopieur : (418) 365-6505

**Lundi au vendredi**  
 9 h à 21 h

**Samedi**  
 9 h à 16 h

**Dimanche**  
 10 h à 12h30

**Livraison gratuite**

*Membre affilié à*

**Proxim**

[www.groupeproxim.ca](http://www.groupeproxim.ca)

## **LES JARDINS FLEURIS** **FRUITS et LÉGUMES**

*1500 Route 155, (km 26), Saint-Roch-de-Mékinac*



*Centre Jardin*  
*Fleurs annuelles*  
*Fleurs Coupées*  
*Pains Chaud*  
*Poissons Fumés*  
*Fromage Frais*

**Marlène Doucet, propriétaire Tél : (819) 646-5824**  
**Maraîcher depuis 1995 Un Plaisir de vous servir!**



# Desjardins

## Caisse du Centre de Mékinac

**Siège social**

400, rue Notre-Dame  
Saint-Tite (Québec)  
G0X 3H0

**Centre de services Saint-Séverin  
de Proulxville**

40, rue Saint-François  
Proulxville (Québec) G0X 2B0

Téléphone **418 365-7591** / Télécopieur 418 365-3889

[www.desjardins.com/caisseducentredemekinac](http://www.desjardins.com/caisseducentredemekinac)

Courriel : [caisse.t10081@desjardins.com](mailto:caisse.t10081@desjardins.com)

## roy vézina associés

évaluation environnementale  
agroenvironnement  
gestion des eaux

140, rue Mailhot  
Trois-Rivières (Québec)  
Canada G9A 3H3

INDUSTRIEL  
COMMERCIAL  
RÉSIDENTIEL

Trois-Rivières : 819 372-5293  
Québec : 418 864-0446  
télécopieur : 819 372-5489

## Dessureault, Lamira, Désaulniers, Gagné & Lanouette s.e.n.c.r.l. comptables agréés

Guy Désaulniers, C.A.  
Associé - Directeur

501, rue Notre-Dame  
Saint-Tite (Québec)  
G0X 3H0

Tél. : 418-365-7511

Fax. : 418-365-7535

Courriel : [gdesaulniers@didgt.ca](mailto:gdesaulniers@didgt.ca)

Trois-Rivières • Shawinigan • Nicolet • Saint-Tite  
Sainte-Croix • Saint-Étienne de Lauzon

**Nous joindre**

**Responsables du Journal**

**Le Petit Bavard**

**Marlène Doucet (819)646-5824**  
**m.doucet@xittel.ca**

**Chrystyne Poulin (819)646-5545**  
**chrystyne\_poulin@hotmail.com**

**Correction : Mme Michelle Périgny**

*À l'an prochain !*