

SAINT - GABRIEL  
- DE -  
VALCARTIER

Volume 5 | Tome 1

NOVEMBRE 2011

**Dans ce numéro :**

Information communautaire	2-6-7-12
Service de sécurité incendie et SQ	3
Service des sports, loisirs et culture	8-9-10-11
Travaux publics	4
Urbanisme	5-6

**SUJETS D'INTÉRÊTS**

- MARCHÉ DE NOËL
- EXPOSITION ARTS ACADEMIE BIBLIOTHÈQUE MUNICIPALE
- NAVETTE POUR AINÉS - MAGASINAGE DE NOËL
- PROGRAMMATION DES SPORTS D'HIVER
- FERMETURE DES BUREAUX MUNICIPAUX PENDANT LES FÊTES

**ILLUMINATION  
DU SAPIN DE  
NOËL-  
Invitation et  
programmation  
à la page 2**

# BULLETIN D'INFORMATIONS L'INDISPENSABLE



*LES EMPLOYÉS MUNICIPAUX VOUS  
SOUHAITENT DE JOYEUSES FÊTES.  
SANTÉ, BONHEUR ET PROSPÉRITÉ  
EN CETTE NOUVELLE ANNÉE!*

## MOT DU MAIRE

Lorsque l'on prend le temps de s'arrêter à ce qui se passe dans le monde, nous pouvons nous estimer heureux de vivre dans un pays comme le nôtre et dans une municipalité telle que celle dans laquelle nous vivons. Même la température semble vouloir coopérer avec ce magnifique mois de novembre. Si nous prenons le temps de nous attarder aux conflits en Afghanistan et en Libye ou la dette économique en Grèce et en Italie, nos problèmes semblent beaucoup moins importants.

Les travaux de réfection du chemin Redmond ont été exécutés dans les délais prescrits et avec un minimum de perturbations. Votre conseil municipal tente de réaliser un projet majeur de réfection de route par année afin de bien

entretenir le réseau routier sur notre territoire. Des travaux pour améliorer le drainage sur le terrain de soccer sont en cours sous la supervision d'un agronome et d'autres interventions sont à venir. La pratique du soccer devient de plus en plus populaire auprès de nos jeunes citoyennes et citoyens et c'est pourquoi nous désirons offrir des installations de qualité.

La réalisation du projet tant attendu de construction d'une résidence pour les aînés et les personnes en légère perte d'autonomie ou semi-autonomes est amorcée. La route d'accès sera construite dès cet automne. Le début de la construction de la structure devrait débuter en avril et devrait être disponible pour occupation à la fin de septembre 2012. Nous

espérons que l'échéancier sera respecté et que nos citoyens aînés pourront bénéficier le plus rapidement possible de ce projet tant attendu.

En terminant, en mon nom personnel et au nom des membres du conseil municipal, je tiens à conclure en vous souhaitant un très joyeux temps des fêtes.

*Brent Montgomery*

**VEUILLEZ NOTER  
QUE LES BUREAUX  
MUNICIPAUX SERONT  
FERMÉS POUR LA  
PÉRIODE DES FÊTES  
DU VENDREDI 23  
DÉCEMBRE AU  
MARDI 3 JANVIER  
INCLUSIVEMENT.**

## ILLUMINATION DU SAPIN DE NOËL LE DIMANCHE 18 DÉCEMBRE

La Municipalité est heureuse d'inviter tous les résidants et familles à l'illumination du sapin de Noël le dimanche 18 décembre de 12 h à 16h30 au Centre communautaire situé au 1743, boulevard Valcartier. Venez profiter de cette journée extraordinaire où plusieurs activités gratuites vous seront offertes. Apportez votre repas froid et nous fournirons la soupe!

Nous vous attendons en grand nombre pour une journée remplie de plaisir!

Merci à tous les bénévoles ainsi qu'aux organismes participant à la réalisation de cette journée familiale.



### CONCOURS!

*Courez la chance de gagner un beau prix lors d'un tirage spécial si vous portez un chapeau de Noël!  
Venez chercher votre billet à la cuisine du Centre communautaire.*



## PROGRAMMATION

**12 h**

Jeux extérieurs, patinage, glissades, jeux gonflables, soupe et chocolat chaud gratuits

**13 h 30**

Maquillage et bricolage

**14 h**

Spectacle de danse hip hop

**15 h**

La grande arrivée du Père Noël

**16 h 15**

Illumination du sapin et chants

**16 h 30 à 18 h**

Hockey Scrimmage  
(ados et adultes), Club Ados

## CONTE DE NOËL À LA BIBLIOTHÈQUE

Le Père Noël arrive en ville! Viens à la bibliothèque municipale le vendredi 16 décembre à 18 h 30. Nous avons organisé un conte de Noël tout spécial. Enfile ton pyjama, apporte ton toutou ou ta doudou préférés et viens nous rejoindre. Du chocolat chaud et des biscuits te seront servis après le conte.

Surtout, n'oublie pas que le Père Noël sera au Centre communautaire le dimanche 18 décembre, alors prépare-lui une lettre et apporte-la avec toi au conte. Nous nous assurerons de la lui remettre!



## PANIERIS DE NOËL OASIS

Oasis est une organisation qui a été formée afin de venir en aide aux familles dans le besoin de notre communauté en leur distribuant des paniers de nourriture pour qu'ils puissent vivre un Noël dans la dignité et la joie. Si vous connaissez une famille ayant besoin de ce service ou si vous faites partie de celle-ci, veuillez nous en faire part avant le 16 décembre afin de s'assurer que tous peuvent en bénéficier. Les paniers seront distribués le 21 décembre.

Pour participer au succès d'Oasis, vous pouvez donner des denrées non périssables ou faire un don d'argent. Des reçus peuvent être remis sur demande. Déposez vos dons du 1<sup>er</sup> au 18 décembre aux endroits suivants: à la Municipalité, à l'une des quatre églises de la Municipalité ou à une des deux écoles primaires. Voici quelques articles suggérés: conserves (fruits, légumes, soupe, poisson, viande) pâtes sèches, riz, farine, sucre, céréales, condiments (ketchup, mayonnaise, moutarde), café et

thé, Jello, pouding, mélanges de muffins et biscuits, jus de fruits ou lait en boîte non réfrigéré. Notez que les articles faits maison ne sont pas acceptés. S'il vous plaît, donnez généreusement. Tous les appels et les dons sont confidentiels. Merci!

### Renseignements supplémentaires :

Pamala Hogan Laberge au 418 844-2097 (le jour)

Monique ou André Jutras au 418 844-1832 (laissez un message)



## FEUX DE SÉCHEUSE

Voici comment éviter un incendie dans votre sècheuse à linge :

- ◆ Un manque d'entretien est la cause primaire des incendies dans les sècheuses. Donc, il est important de bien nettoyer les filtres à mousse avant et après chaque utilisation.
- ◆ Vérifier régulièrement que le boyau d'évacuation de l'air chaud n'est pas obstrué par de la mousse ou d'autres objets et qu'il évacue bien à l'extérieur.
- ◆ Ne jamais utiliser votre sècheuse sans son filtre à mousse.
- ◆ Il n'est PAS recommandé de quitter la maison pendant que votre sècheuse est en marche.



## SURVEILLEZ VOS CENDRES

Laissez refroidir les cendres de votre poêle à bois ou de votre foyer avant de les verser dans un contenant de métal muni d'un couvercle étanche. Gardez celui-ci à l'extérieur.



## MESSAGES DE LA SQ

POUR NOUS JOINDRE:

La Sûreté du Québec assure le service de sécurité publique sur le territoire de la MRC de la Jacques-Cartier. En tout temps, vous pouvez communiquer avec ce service aux numéros de téléphone suivants : (Chaque appel est traité confidentiellement.)

**Urgence** en tout temps :

- ◆ 9-1-1
- ◆ 418 310-4141
- ◆ \*4141 (cellulaire)

**Renseignements généraux ou autres :**

- ◆ 418 841-3911
- ◆ 1-877-841-3911 (numéro sans frais)

**Par Internet :**

- ◆ <https://www.sq.gouv.qc.ca/formulaires/demande-reenseignement-francais.jsp>

**Par courriel :**

- ◆ [poste.mrc.delajacques-cartier@surete.qc.ca](mailto:poste.mrc.delajacques-cartier@surete.qc.ca)

**Au Poste :**

- ◆ 1045, boul. du Lac, Lac Beauport
- ◆ 1, rue Rouleau, Ste-Catherine-de-la-Jacques-Cartier (Poste Relais)



## TAXAGE ET INTIMIDATION MON ENFANT EST VICTIME DE TAXAGE / INTIMIDATION

Il existe deux types d'intimidation :

- Directe : le jeune qui en est victime est attaqué verbalement ou physiquement (se faire pousser, frapper, menacer, se faire enfermer dans une case, etc.)
- Indirecte : le jeune qui en est victime est ignoré ou rejeté par le groupe, ce qui passe parfois inaperçu (répandre de fausses rumeurs, parler contre une autre personne, la ridiculiser, etc.)

Le taxage, quant à lui, est un vol qualifié, au cours duquel l'agresseur peut utiliser la force ou les menaces. Il peut taxer seul ou en groupe, en faisant peur aux autres, aux plus petits par exemple. Les enfants se font voler de l'argent, leur lunch, des vêtements ou des objets.

Si vous découvrez que votre enfant est victime d'intimidation ou de taxage, parlez-en avec lui pour qu'il se sente soutenu et qu'il comprenne que vous pouvez l'aider. Il est important que l'enfant n'hésite pas à se confier à des adultes.

Au besoin, informez l'école de la situation.

Généralement, le code de vie des établissements scolaires applique la tolérance zéro par rapport aux comportements d'intimidation et de taxage, et des conséquences peuvent s'ensuivre pour l'agresseur. Votre enfant doit sentir que vous êtes derrière lui et que vous ne tolérez pas ce genre de comportements.

Si votre adolescent a été victime de violence, quelle qu'en soit la forme (intimidation, voies de fait, menaces, agressions), ne la tolérez pas. Ne prenez jamais à la légère une plainte de votre jeune qui se dit victime. Portez plainte aux autorités de l'école et à la police, au 418 310-4141.



## POSITIONNEMENT DES BACS ROULANTS

Les bacs roulants se retrouvent souvent sur les voies de circulation le jour de la collecte ce qui contribue à empêcher les entrepreneurs de déneigement à bien faire leur travail.

Voici quelques recommandations afin de faciliter la collecte des ordures ménagères et des matières recyclables:

\*Nous vous rappelons de placer vos bacs dans votre

entrée, non dans l'accotement et à une distance de un (1) mètre de la voie publique.

\*Laissez une distance de 2 pieds (0,6 m.) entre les bacs et tout encombrants (boîte aux lettres, arbres, abris d'hiver, clôtures, balises) pour faciliter l'utilisation du mécanisme automatisé du camion.

\*Vous pouvez placer vos bacs au bout de votre entrée la veille du jour de

la collecte ou avant 7h la journée même de la collecte.

\*Ne jamais déposer de matières sur les couvercles des bacs.

\*Les roues et les poignées des bacs doivent faire face à la résidence.

\*Vous devez retirer vos bacs de cet emplacement une fois la collecte effectuée.

Merci pour votre collaboration.



## COLLECTE DES ENCOMBRANTS (MONSTRES MÉNAGERS)

Pendant la saison hivernale, la collecte des monstres ménagers aura lieu une fois par mois tous les premiers jeudi du mois à compter du 1<sup>er</sup> décembre. La dernière collecte hebdomadaire de novembre aura lieu le jeudi 24 novembre. Nous vous rappelons qu'il faut appeler au 418 844-1218 pour vous inscrire sur la liste ou vous inscrire en ligne sur le site internet de la Municipalité sous la rubrique « Demande en ligne ».

## COLLECTE DES ORDURES ET DES RECYCLABLES- PÉRIODE DES FÊTES

Nous désirons vous informer que l'entrepreneur effectuant cette collecte dans notre Municipalité tous les vendredis nous avise qu'il n'y a aucun changement à prévoir pour les collectes régulières pendant la période des Fêtes.

## COLLECTE SPÉCIALE - SAPINS DE NOËL

Jeudi, le 5 janvier prochain, la Municipalité offrira une collecte de sapins de Noël (naturels et artificiels). Veuillez appeler au 418 844-1218 au plus tard le 4 janvier pour vous inscrire sur la liste.

## FORMATION D'UN COMITÉ DE CITOYENNES ET CITOYENS POUR PROMOUVOIR LA SÉCURITÉ ROUTIÈRE

Le mandat de ce comité est de sensibiliser les gens à une plus grande vigilance ainsi qu'à conserver l'harmonie et la quiétude de notre belle région. Le comité vous invite à garder les yeux ouverts et surtout ne pas fermer les oreilles aux idées constructives des citoyennes et citoyens afin de travailler ensemble pour une meilleure qualité de vie et la protection de tous. Madame Marie-Claire Gaumond, présidente du comité, poursuit « Ensemble, nous y arriverons ».

Sur la photo de gauche à droite :

Alain Piché, vice-président  
Marie-Claire Gaumond, présidente

Claudette Arpin, secrétaire Dany Laberge, membre ressource

Membres absents :

Luce Bélanger, Claude Linteau



## COLLECTE ANNUELLE DE CANNETTES ET BOUTEILLES CONSIGNÉES LE 7 JANVIER

La collecte annuelle du Club de Taekwon Do aura lieu le samedi 7 janvier 2012 à compter de 9 h, si cela vous intéresse, vous n'avez qu'à laisser vos bouteilles ou cannettes soit sur le bord de votre entrée ou bien sur votre galerie et les membres du Club viendront les chercher au courant de la journée. Pour la sécurité de nos bénévoles, veuillez garder vos chiens attachés.

Tous les fonds amassés aideront à défrayer les coûts des formations et des compétitions.

Merci pour votre contribution !





## RÈGLEMENTS MUNICIPAUX POUR LA SAISON HIVERNALE

### JANVIER - MOIS DE RENOUVELLEMENT DE LICENCES POUR CHIENS

Saviez-vous que d'après le règlement municipal #121, article 6.1, le gardien d'un chien, dans les limites de la Municipalité, doit, dans le mois de janvier de chaque année, obtenir une nouvelle licence pour ce chien, sauf dans le cas de chien guide. Le médaillon émis en vertu de ce règlement est annuel, pour la période allant du 1er janvier au 31 décembre de chaque année. Le coût de la licence s'applique pour chaque chien et est fixé comme suit :

- 10 \$ pour un 1<sup>er</sup> chien
- 20 \$ pour un 2<sup>e</sup> chien
- 30 \$ pour un 3<sup>e</sup> chien
- 150 \$ chenil ou plus de 3 chiens

La S.P.A. de Québec reçoit des milliers

d'animaux trouvés chaque année et une grande majorité de ceux-ci ne portent aucun médaillon d'identification. Afin de donner toutes les chances à votre animal de regagner la maison, il s'avère essentiel de lui faire porter son médaillon. Si vous perdez votre animal, ne tardez pas à communiquer avec la Municipalité et la S.P.A. de Québec au 418 527-9104 pendant les heures d'ouverture. N'oubliez pas de venir chercher un médaillon pour votre chien à compter du 4 janvier à la Municipalité.



### NUMÉROS CIVIQUE



**V**otre numéro civique doit être clairement affiché !

Afin de faciliter le travail des pompiers, des ambulanciers et des policiers de notre territoire ainsi que celui des équipes d'urgence susceptibles d'être appelés à intervenir sur votre propriété, il est important de bien afficher votre numéro sur votre demeure et votre boîte aux lettres (si applicable), selon la réglementation municipale en vigueur.

Ref. Installation et visibilité du numéro civique Règlement #150, article 3.8.

### DÉNEIGEMENT DES ROUTES

**N**uméros de téléphone à retenir pour le déneigement des routes régionales:

Ministère des Transports

Boulevard Valcartier du numéro 1600 à 1860 et 5<sup>ème</sup> avenue jusqu'à la limite de Tewkesbury

**Pour rejoindre le MTQ : 418 643-6903**

Toute autre route à l'intérieur de la Municipalité:

**418 844-1218**

ou hors des heures de bureaux

**418 844-0911**



**A**fin d'éviter des inconvénients majeurs lors de la saison hivernale, la Municipalité tient à vous rappeler quelques règlements pour faciliter l'enlèvement de la neige par l'entrepreneur.

#### RÈGLEMENT NO 120

##### Article 8.1 :

##### Stationnement de véhicules sur les voies de circulation

*Nous tenons à vous rappeler que :*

« Sauf en cas de panne majeure, nul ne peut stationner, abandonner ou immobiliser un véhicule routier de manière à cacher une signalisation, gêner la circulation ou l'exécution de travaux d'entretien et de déneigement d'une rue ou à entraver l'accès à une propriété. » (Sous peine d'amende)

##### Article 11.1 :

##### Cas de nuisance

En plus de l'émission d'un constat d'infraction, le policier peut ordonner l'enlèvement ou le déplacement de tout véhicule stationné à un endroit où il nuit aux travaux de voirie y compris l'enlèvement et le déblaiement de la neige. Le policier peut ordonner le remisage de ce véhicule ailleurs notamment à un garage.

##### Article 12 :

##### Amende

Toute infraction au présent règlement rend le contrevenant passible d'une amende de 30 \$ minimum plus les frais.

#### RÈGLEMENT NO 119

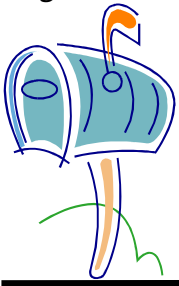
##### Article 8.1.4 :

##### Dispositions concernant la neige et la glace

Il est interdit à toute personne de jeter ou déposer de la neige ou de la glace dans la voie carrossable de toute rue et les accotements de celle-ci sous peine d'amende.

**Merci de votre collaboration.**





## BOÎTES AUX LETTRES RURALES

Les boîtes aux lettres rurales doivent être installées de manière à ce qu'elles soient facilement accessibles pour la distribution du courrier. Toutefois, si elles sont installées trop près de la route, elles pourraient être endommagées accidentellement par le service d'enlèvement de la neige. Il tient donc de la responsabilité de chaque propriétaire de s'assurer que leur boîte aux lettres est installée solidement et de façon sécuritaire.

## MARCHÉ DE NOËL DE LA JACQUES-CARTIER

Le Marché de Noël de La Jacques-Cartier se tiendra pour une deuxième année du 9 au 11 et du 16 au 18 décembre prochain dans le secteur de la Grange du Presbytère de Stoneham.

Suite au succès remporté en décembre 2010, la Municipalité des Cantons Unis de Stoneham-et-Tewkesbury, en collaboration avec la MRC de La Jacques-Cartier, invite une fois de plus la population du grand Québec à ce rendez-vous hivernal! Le Marché de la Jacques-Cartier est un lieu de rencontres pour la communauté, permettant la découverte des produits, de la créativité et des talents de notre grande région.

Plus d'une vingtaine de producteurs, artistes et artisans de la MRC vous accueilleront dans une ambiance teintée de l'esprit des Fêtes! Musique, illuminations de Noël, animation ambulante, spectacles, ateliers créatifs et activités sportives extérieures vous attendent!

À ne pas manquer :

**ANIMATION** sur la patinoire de

Stoneham/les vendredis 9 et 16 décembre en soirée

**ARRIVÉE DU PÈRE NOËL** : Dès 14 h, le samedi 10 décembre

**TOURNOI HOCKEY BOTTINES DES CHALETS ALPINS** : 13 h à 22 h, le samedi 10 décembre sur la patinoire de Stoneham!

Les demi-finales et la finale seront présentées le dimanche à partir de 13 h.

**AVIS AUX CITOYENS DE LA MRC (18 ANS ET +): FORMEZ UNE ÉQUIPE ET CONTACTEZ-NOUS!**

**CONCERT** « Un Noël sympathique » interprété par « LES 6DS » : 19 h, le samedi 17 décembre à l'église de Stoneham.

Les ateliers créatifs organisés par l'école du Mont Saint-Sacrement sont aussi de retour cette année. Plus de détails sur la programmation sera disponible dans les prochaines semaines sur le site Web de la Ville de Stoneham.

**Horaire :**

Vendredi, le 9 décembre de 16 h à 21 h



MUNICIPALITÉ DES CANTONS UNIS DE  
STONEHAM-ET-TEWKESBURY

Samedi, le 10 décembre de 10 h à 19 h

Dimanche, le 11 décembre de 10 h à 16 h

Vendredi, le 16 décembre de 16 h à 21 h

Samedi, le 17 décembre de 10 h à 19 h

Dimanche, le 18 décembre de 10 h à 16 h

Rappelons que le Marché de Noël de La Jacques-Cartier est réalisé une fois de plus grâce, entre autres, au support de la MRC qui offre de l'aide financière dans le cadre du pacte rural.

Pour information et réservation (artisans) : [nlandreau@villestoneham.com](mailto:nlandreau@villestoneham.com)

Cantons unis de Stoneham-et-Tewkesbury, Service des loisirs et de la culture, 325, chemin du Hibou, Stoneham-et-Tewkesbury (Québec) G3C 1R8 / [www.villestoneham.com](http://www.villestoneham.com) / Facebook : Ville de Stoneham

**Source** : Julie Moffet, attachée de presse du Marché de Noël de la Jacques-Cartier, 418 580-8421

## POPOTE ET MULTI SERVICES - Un soutien pour votre bien

La popote offre plus que des repas et services

- Une alimentation équilibrée
- Une sécurité
- Un appui
- De l'aide
- Information variée
- Solidarité, amitié

**Multiservices...**

- Transport et accompagnement pour raisons médicales
- Visite d'amitié si vous vivez de la



solitude

**Pour qui?**

**Toutes personnes :**

- Âgées ou en perte d'autonomie
- En convalescence
- Ayant des difficultés à s'alimenter

**Territoire**

- Saint-Gabriel-de-Valcartier

**Qui prépare les repas?**

- Auberge du Mont St-Sacrement

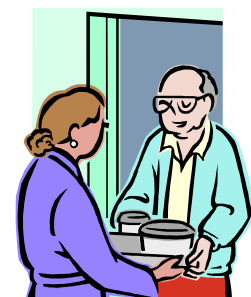
**Quand?**

Les repas sont livrés du lundi au

vendredi entre 11 h 15 et 12 h 30

**À qui s'adresser?**

Pour recevoir la popote ou pour offrir vos services comme bénévole, téléphonez au 418-845-3081 du lundi au vendredi.



# TRANSPORT ADAPTÉ

# NAVETTE OR VERS LES GALERIES DE LA CAPITALE



**Quand :** Le mardi 6 décembre 2011  
**Coût :** 7 \$ pour le transport aller-retour  
**Circuit offert :** Centre communautaire de Saint-Gabriel-de-Valcartier DÉPART À 10 h

L'arrivée aux Galeries de la Capitale est prévue vers 10 h 30.  
 Le départ des Galeries de la Capitale se fera à 14 h 30.

\*\* L'horaire est sujet à changement selon les réservations réelles.\*\*

**L'occasion idéale de faire vos achats des Fêtes!**

**Réservez avant le 30 novembre  
 au 1-877-224-6174!**

Sur réservation seulement. Places limitées.  
 Priorité aux personnes admises au transport adapté.

## EXPOSITION ARTS ACADÉMIE

Septembre 2011  
 MRC de La Jacques-Cartier  
 Shannon

Octobre 2011  
 Bibliothèque La Source  
 Fossambault-sur-le-Lac

Novembre - Décembre 2011  
 Bibliothèque municipale  
 de St-Gabriel-de-Valcartier  
 St-Gabriel-de-Valcartier

Janvier 2012  
 Bibliothèque L'Écrin  
 Lac-Beauport

Février 2012  
 Bibliothèque Jean-Luc Grondin  
 Stoneham-et-Tewkesbury

1<sup>er</sup> juin - 21 juin 2012  
 Chapelle Saint-Louis  
 Lac-Saint-Joseph

24 juin - 13 juillet 2012  
 Chapelle Saint-Joseph-du-lac  
 Fossambault-sur-le-Lac



Exposition itinérante  
**ARTS ACADÉMIE**  
 2011-2012

*Pour connaître les adresses et heures d'ouverture des lieux d'exposition, consultez les sites internet des municipalités. Les dates pourraient être modifiées. Surveillez vos journaux locaux et régionaux.*



## SPORTS ET LOISIRS - PROGRAMMATION D'HIVER 2011-2012

Période d'inscription: 4 au 6 janvier

POUR PLUS DE RENSEIGNEMENTS ET POUR VOUS INSCRIRE

Pamala Hogan Laberge, Directrice du Service des sports et loisirs tél.: 418 844-2097 ou plaberge@munsgdv.ca

## MODALITÉS D'INSCRIPTION

Vous devez remplir un formulaire d'inscription, disponible sur notre site web [www.saintgabrieldevalcartier.ca](http://www.saintgabrieldevalcartier.ca) ou à la Municipalité.

**Dépôt de nuit** (seuls les chèques sont acceptés) : Vous pouvez déposer votre inscription dans la chute à courrier du complexe municipal, 1743, boul. Valcartier.

**En personne** : Chèques, argent comptant et paiement direct sont acceptés.

**Paiement par chèque** : Le paiement doit être fait par chèque en un seul versement en date du 15 janvier 2012 et à l'ordre de « Municipalité de Saint-Gabriel-de-Valcartier ». Pour les montants de plus de 125 \$, il y a possibilité de faire deux versements; le premier en date du 15 janvier 2012 et le second en date du 15 février 2012. Pour les chèques sans provision, une pénalité de 10 \$ s'appliquera et le paiement devra alors être fait en argent.

**Taxes** : Les coûts indiqués incluent les taxes lorsqu'elles s'appliquent.

## FONCTIONNEMENT DES COURS

**Début des cours** : Les cours débuteront dans la semaine du 9 janvier 2012 à moins d'avis contraire.

**Nombre de participants** : Le nombre d'inscriptions par activité est limité (nombre minimum et nombre maximum de participants). Advenant le cas où le nombre minimum de participants n'est pas atteint, le Service des sports et loisirs se verra dans l'obligation d'annuler le cours et de rembourser les personnes inscrites.

**Confirmation d'activités** : Si vous ne recevez pas d'appel avant le début de votre activité, c'est qu'elle aura lieu. Vous pouvez donc vous présenter comme prévu à la date inscrite dans la programmation.

**Responsabilité** : La Municipalité de Saint-Gabriel-de-Valcartier se dégage de toute responsabilité quant aux dommages corporels et matériels, pertes ou vols, pouvant survenir dans le cadre des activités du Service des sports et loisirs et aucun recours à cet effet ne pourra être intenté contre la Municipalité.

## GROUPE DE JEUX

Un environnement où l'on s'exprime par les contes, le bricolage, la peinture, les rondes, les chansons, les comptines, la relaxation et les jeux. Un programme bien structuré qui permet aux enfants de 3 à 5 ans de se socialiser. Places limitées. Les enfants doivent être autonomes.

**Lieu** : Centre communautaire  
**Horaire** : mardi, mercredi et jeudi  
**Heure** : 9 h à 15 h  
**Durée** : 12 semaines du 10 janvier au 5 avril  
**Coût** : 2 fois par semaine : 230 \$  
 3 fois par semaine : 330 \$  
**Animatrices** : Sandra Woodbury et Jayne Doddridge



Veuillez prendre note qu'il n'y aura pas de groupe de jeux pendant la semaine de relâche (le 6, 7, 8 mars).

## COURTEPOINTE (12 ans et plus)

*Bienvenue aux nouveaux membres et aux débutants.*

**Lieu** : Centre communautaire  
**Horaire** : Lundi de 19 h à 21 h 30 à partir du 9 janvier  
**Coût** : 15 \$ pour la session  
 Séance d'information le premier lundi.



## Bibliothèque municipale - Coups de cœur

ADULTES : Une seconde avant Noël

- Romain Sardou

JEUNES : L'elfe du Grand Nord

- Lucy Daniel Raby

ALBUM : Le petit sapin tout tordu

- Michael Cutling



## BIBLIOTHÈQUE MUNICIPALE (418 844-4040)

*Un échange de livres a eut lieu en novembre, venez voir les nouveautés!*

*Carte d'abonnement gratuite.*

## Heures d'ouverture

Lundi : 14 h - 16 h 30  
 Mardi : 10 h - 12 h et  
 18 h 30 - 20 h 30  
 Mercredi : 18 h 30 - 20 h 30  
 Samedi : 14 h - 16 h



*La bibliothèque sera fermée pour la période des fêtes, du 23 décembre au 3 janvier inclusivement.*

**Étudiants**: Vous avez un travail de groupe à compléter ? Pour réserver un espace de travail à la bibliothèque, appelez Pamala Hogan Laberge au 418 844-2097.





## CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

(fermé du 23 déc. au 3 janv.)

**Clientèle :** 14 ans et plus  
**Horaire :** Lundi au vendredi 6 h à 11 h  
 Lundi au jeudi 15 h 30 à 20 h 30  
 Vendredi 15 h 30 à 18 h 30  
 Samedi 7 h à 12 h  
**Lieu :** Centre sportif  
**Coût :** 30 \$ par mois (réduction pour étudiants et personnes de 50 ans et plus).  
 Forfaits disponibles.

### LISTE DE PRIX

1 mois : 30 \$/personne ou 40 \$/famille\*  
 3 mois : 60 \$/personne ou 80 \$/famille\*  
 6 mois : 110 \$/personne ou 140 \$/famille\*  
 1 an : 200 \$/personne ou 260 \$/famille\*  
 \*famille : adultes et enfants/étudiants de 14 à 25 ans

Étudiants (14 à 25 ans), bénévoles, 50 ans et + :  
 ➔ 50% de rabais (excepté la carte et la session)

1 session : 5 \$/personne  
 Carte 20 sessions : 60 \$/personne  
 Non résidents : 20 \$ de plus

*Promotion spéciale pour le mois de janvier seulement:*

*3 mois : 45 \$/personne ou 65 \$/famille*

### PLAN SPORTS ET LOISIRS (PSL)

Le PSL de la garnison Valcartier vous permet de bénéficier de nombreux avantages en complément à nos activités. Votre abonnement vous donne accès sans frais aux infrastructures de sport et loisirs tels que le Centre des sports. Pour la programmation complète, visitez le [www.saint-gabriel-de-valcartier.ca](http://www.saint-gabriel-de-valcartier.ca) sous la rubrique Services et ensuite Sports, loisirs et culture ou consultez la programmation qui vous sera expédiée par la poste en novembre.

**INSCRIPTIONS HIVER 2011-2012**  
 du 5 au 18 décembre de 9 h à 21 h 30

Pour plus d'informations : 418 844-5000, poste 5085

### HOCKEY

Ceux qui souhaitent participer à cette activité peuvent se présenter à la patinoire les mercredis soirs de 18 h à 19 h pour les 10 ans et moins (qui savent patiner), de 19 h 15 à 20 h 15 pour les 10 ans et + et de 20 h 30 à 22 h pour les adultes. Activité supervisée par Denis Marceau. Équipement de base nécessaire (gants, casque). Les parents sont les bienvenues s'ils désirent participer. Début le 4 janvier.

### PATINOIRES

Trois surfaces de glaces seront mises à la disposition des résidents cette année (patinoire avec bandes murales pour hockey libre, anneau de glace pour patinage libre familial et mini-patinoire pour hockey des plus jeunes).  
 Sortez donc vos patins pour maintenir une bonne santé et la forme physique!

(Ouverture officielle dès que le temps le permet)

Lundi au vendredi : 18 h à 22 h

Samedi et dimanche : 12 h à 22 h

Horaire des fêtes : 12 h à 22 h (22 déc. au 5 janv.)

24 et 31 décembre : fermeture à 16 h

25 décembre et 1<sup>er</sup> janvier : fermées

**Veillez noter que les patinoires ne sont pas officiellement ouvertes pendant les jours de la semaine et qu'elles peuvent être réservées par des écoles ou d'autres organisations.**

*(Pour réservation, contactez Pamala Hogan Laberge)*

### RÈGLEMENTS :

Les joueurs de hockey ont l'obligation, selon la Régie de la sécurité dans les sports du Québec (RSSQ) approuvée par le gouvernement provincial, de porter l'équipement suivant :

- Le casque protecteur, le protecteur facial complet et le protège-cou

**Nous recommandons fortement le port du casque protecteur pour tous, mais surtout pour les enfants.**

Il est strictement interdit de :

- Fumer sur les aires de glace
- Effectuer des lancers frappés et des mises en échec
- De se bousculer
- De consommer des boissons alcooliques ou de la drogue sur les terrains municipaux
- D'apporter un animal sur les aires de glace

**TOUT MANQUEMENT À CES RÈGLEMENTS PEUT ENTRAÎNER L'EXPULSION.**

### AIRE DE GLISSE

Une aire de glisse sera spécialement aménagée pour le plaisir des petits et des grands. Il existe des règlements à suivre pour votre sécurité. Ceux-ci sont affichés sur place.



**TAEKWON-DO****Clientèle :** 6 ans et plus & adultes**Lieu :** Centre communautaire**Horaire :** (mardi et jeudi) 18 h 15 à 19 h 30 et 19 h 30 à 20 h 45 dès le 10 janvier**Coût :** 100 \$ (intermédiaire ou avancé)  
20 \$ de plus pour non-résidents (payable 1 fois par année)

Vous êtes les bienvenus à participer gratuitement la première semaine au cours de 18 h. Nous invitons les parents à s'inscrire avec leurs enfants.

Pour plus d'informations: **Rock Soucy** au 418 948-8904.**\*\*N'oubliez pas la collecte de bouteilles et de cannettes consignées le samedi 7 janvier.****HIP-HOP (Street jazz)**

Youpi! Allons danser et s'amuser !

**Conditions d'admission :**

- Être âgé de 4 ans et plus !
- Aimer danser pour le plaisir !
- Vouloir participer au spectacle de fin d'année!

**Horaire :** Dimanche (heure à confirmer selon l'âge du participant)**Durée :** 15 semaines à compter du 29 janvier**\*Coût :** 90 \$ (1<sup>er</sup> enfant)  
85 \$ (2<sup>e</sup> enfant)  
80 \$ (3<sup>e</sup> enfant)**Lieu :** Au Club Ados**Responsable :** Manon Gaudet  
418 844-3491**\* À noter que les frais pour le cours de hip-hop sont payables directement à Mme Gaudet.****COURS D'AUTODÉFENSE \*\*NOUVEAU\*\*****Clientèle:** Ados et adultes**Lieu :** Centre communautaire**Horaire :** Lundi (début le 9 janvier)**Heure :** 19 h à 20 h**Durée :** 8 cours de 1 heure**Coût :** 75 \$**Responsable :** Rock Soucy  
418 948-8904**\*Minimum de 8 inscriptions requises**

ZUMBA signifie « bouger vite tout en s'amusant ». Il s'agit d'un sport fitness associé à différents mouvements propres aux danses latines telles que la salsa, la samba ou encore la danse du ventre. La ZUMBA se caractérise par des mouvements tantôt lents, tantôt rapides.

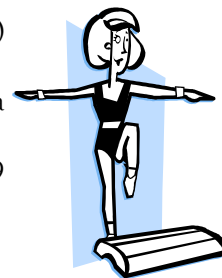
**Lieu:** Centre communautaire**Horaire:** Mardi et jeudi de 17 h à 18 h**Date de début:** 17 janvier**\*Coût:** 10 \$ par cours ou 90 \$ carte pour 10 cours**Responsable:** Patrick Parent**\*Inscription nécessaire, vous n'avez qu'à vous présenter quelques minutes avant le début du cours pour payer l'instructeur et remplir le formulaire.****COURS D'INITIATION AUX DANSES LATINES**

Venez vous mettre en forme et vous amuser tout en apprenant à danser. Cours de qualité où chaque étudiant occupera une place privilégiée, vous pouvez y suivre un cheminement bien structuré avec une approche personnalisée dans une ambiance conviviale et stimulante. Avec professionnalisme et respect de chacun, nous vous offrons la possibilité de vous divertir et de faire de nouvelles rencontres tout en apprenant à danser la Salsa cubaine et Newyorkaise, le Chacha, la Bachata, le Merengue, et bien plus...

Au plaisir de vous accueillir et de partager avec vous notre passion pour les danses latines!

**Lieu:** Vallée Jeunesse**Quand:** Lundi à compter du 9 janvier**Durée:** Périodes de 90 minutes pour 7 semaines**Coût:** 90 \$ plus frais d'inscription payable aux professeurs**Responsables:** Valérie et Jocelyn 418 805-9402**Cours privé disponible.****STEP****(pour 14 ans et plus)****Lieu :** Centre communautaire**Horaire :** Lundi et mercredi de 19 h à 20 h**Durée :** 12 semaines débutant le 9 janvier**Coût :** 30 \$**Responsable :** Lise Cauvier

Les hommes et adolescents sont les bienvenus! Rabais étudiant de 50 % . Maximum 30 personnes.



# CLUB ADOS

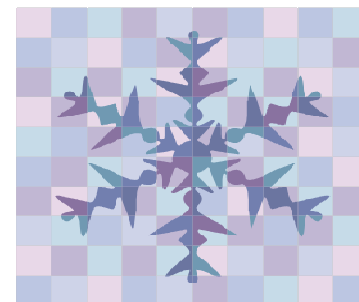
Vent de fraîcheur! L'hiver s'en vient! Informez-vous auprès du CLUB ADOS afin d'explorer toutes les activités hivernales qui s'offrent à vous.

**SKI-SNOWBOARD-RAQUETTE-RANDONNÉE EN MONTAGNE-SCULPTURE SUR GLACE-**

**VISITE DE SITES HIVERNAUX-CARNAVAL**

De plus, nous vous invitons, ados et parents, à faire part de vos idées à notre équipe d'animateurs!

<b>HEURES D'OUVERTURE</b>	<b>Samedi 14 h -22 h</b>
<b>Jeu</b> 18 h -21 h	<b>PÉRIODE DES FÊTES :</b>
<b>Vendredi 18 h 30 -22 h</b>	<b>Fermé du jeudi 22 décembre au jeudi 5 janvier</b>



## Pour les parents

Rejoignez-nous sur Facebook ! Vous pourrez communiquer avec nous rapidement, poser des questions sur vos ados et discuter de sujets concernant l'adolescence!

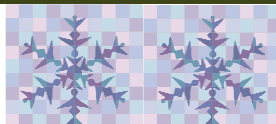
## LES ADOS!

Vous chercher un endroit pour :

- ☺ Écouter un film entre amis;
- ☺ Jouer au billard, ping-pong ou Wii;
- ☺ Sortir de chez vous;
- ☺ Pratiquer la danse;
- ☺ Discuter ou faire de nouvelles connaissances;
- ☺ Faire valoir vos projets auprès de la Municipalité;

### Venez nous voir!

Club Ados  
1743, boul. Valcartier  
Derrière le Centre communautaire  
(entrée du sous-sol)

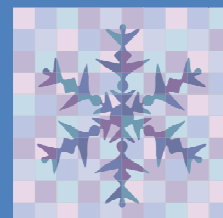


## Ateliers parents

Chers parents,  
Nous avons pensé à vous. L'équipe du Club Ados mettra sur pied dès 2012 des ateliers pour les parents. Différents sujets seront touchés tels que :

- ◆ Relation parents-ados, la confiance
- ◆ La consommation chez les ados
- ◆ L'hypersexualisation et l'intimidation

Les Ateliers parents seront des formations données par des intervenants qualifiés. Vous recevrez des outils pour vous aider à bien vivre avec l'adolescence de vos enfants et pourrez, comme d'autres parents, discuter de sujets qui vous préoccupent. Les coûts et dates vous seront communiqués prochainement.



## L'HYPERTENSION

L'hypertension est un problème médical insidieux qui, lorsqu'elle n'est pas maîtrisée, peut avoir des conséquences graves à long terme sur la santé, elle est aussi un facteur de risque de mortalité, de troubles cardiovasculaires dont l'angine de poitrine, l'infarctus du myocarde, l'insuffisance cardiaque, l'AVC (accident vasculaire cérébral), de troubles rénaux et de cécité.

Outre l'arsenal de médicaments mis à la disposition du médecin pour réduire la pression artérielle, la prise en charge du patient comprend l'acquisition de meilleures habitudes de vie, dont une saine alimentation et de l'activité physique. Pratiqué de façon régulière et en quantité suffisante, l'exercice peut abaisser, de façon indépendante, la pression systolique d'environ 3 à 7 mm hg. L'exercice peut donc être aussi efficace que la plupart des médicaments hypotenseurs, et ce, sans effets secondaires. Un programme comprenant au moins 30 minutes d'endurance

aérobique tous les jours, tel que la marche rapide, le vélo ou la natation complétée par un entraînement de renforcement musculaire deux à trois fois par semaine aide à prévenir le développement de l'hypertension.

Responsable :  
Jean-François April  
B.Sc Éducation  
Physique  
Entraîneur spécialisé  
FCPAQ

Surveillants :  
Patrick Lachance  
Sheldon Lavalée  
Téléphone : 418 844-1218 Poste 233  
Courriel : centrephysik@videotron.ca





MUNICIPALITÉ DE  
SAINT-GABRIEL-DE-VALCARTIER



ENSEMBLE,  
AU COEUR DE LA  
NATURE

SAINT-GABRIEL  
- DE -  
VALCARTIER

1743, boulevard Valcartier  
Saint-Gabriel-de-Valcartier  
(Québec) G0A 4S0

Téléphone : 418 844-1218  
Télécopieur : 418 844-3030  
Courriel : admin@munsgdv.ca

**SITE INTERNET**

**www.saint-gabriel-  
de-valcartier.ca**

## CÉRÉMONIE

### ŒCUMÉNIQUE DE NOËL À L'ÉGLISE ANGLICANE CHRIST CHURCH

Les paroissiens de l'Église Anglicane Christ Church invitent tout un chacun le samedi 24 décembre à 19 h (provisoire) pour la traditionnelle cérémonie œcuménique de Noël, célébrée au 1823, boulevard Valcartier par l'archidiacre Bruce Myers. Celui-ci sera accompagné de Dr James Weatherall ainsi que Père Pierre Labranche. Information: Mary Johnston 418 844-3527.



## HORAIRES DES ÉGLISES:

Église Catholique St-Gabriel :

Tous les dimanches à 9 h 30

Tous les mardis à 18 h 45

24 décembre à 20 h : Messe de Noël -

31 décembre à 19 h : Messe du Jour de L'An

Église Anglicane Christ Church :

Services à 9 h tous les 2 dimanches

Novembre : 7 et 21

Décembre : 5 et 19

24 décembre à 19 h (provisoire): Cérémonie œcuménique de Noël

Église Unie St-Andrews :

14 novembre, 12 décembre à 10 h

Église Presbytérienne St-Andrews :

28 novembre à 10 h

19 décembre à 19 h : Cérémonie éclairée à la chandelle

## FONDS BYRON MCBAIN

Monsieur Byron McBain a été un bénévole extraordinaire dans notre communauté pendant 30 ans. Il est décédé le 7 septembre 2011 à la suite d'un long combat avec le cancer, mais ce combat ne l'a aucunement ralenti. Il a été pompier bénévole et directeur pour le Service de sécurité incendie pendant plusieurs années et a aussi contribué beaucoup de son temps auprès de son église. M. McBain a été le catalyseur de beaucoup de gestes de bienfaisance contribuant à améliorer la qualité de vie de ses concitoyens. Le fonds Byron McBain servira à promouvoir le bénévolat à Saint-Gabriel-de-Valcartier en offrant des bourses d'études aux jeunes citoyens ayant effectué du bénévolat pour la Municipalité. Le fonds servira aussi à récompenser ou rembourser les citoyens de Saint-Gabriel-de-Valcartier ayant fait un geste de bienfaisance ou d'aide humanitaire envers leurs concitoyens. Ce fonds sans but lucratif est entièrement géré et opéré par le Service de sécurité incendie de la Municipalité. Pour effectuer un don, envoyer un chèque à l'ordre de Fonds Byron McBain à l'adresse suivante: 1743, boul. Valcartier, Saint-Gabriel-de-Valcartier, Québec, G0A 4S0.

## DATES À RETENIR

### NOVEMBRE

(Bibliothèque municipale exposition Arts Académie)

24 - Dernière collecte hebdomadaire des monstres ménagers

30 - Date limite pour réservation de la navette OR pour les Galeries de la Capitale

### DÉCEMBRE

(Bibliothèque municipale exposition Arts Académie)

1<sup>er</sup> au 18 - Collecte de denrées pour les paniers de Noël OASIS

1<sup>er</sup> - Première collecte mensuelle des monstres ménagers

5 au 18 - Inscription sports et loisirs d'hiver PSL

9 au 11 - Marché de Noël à Stoneham

15 - Date limite pour chausser vos pneus d'hiver

16 - Conte de Noël à la Bibliothèque municipale

16 au 18 - Marché de Noël à Stoneham

18 - Illumination du sapin de Noël et activités

23 au 31 - Fermeture des bureaux municipaux, du Centre Physik et de la Bibliothèque

24 - Service œcuménique de Noël à l'Église Anglicane Christ Church

### JANVIER

(Mois de renouvellement de licences pour chiens)

1<sup>er</sup> au 3 - Fermeture des bureaux municipaux, du Centre Physik et de la Bibliothèque

4 au 6 - Période d'inscriptions du Service des sports et loisirs

4 - Début hockey extérieur

5 - Collecte des monstres ménagers et collecte de sapins de Noël

7 - Collecte de cannettes et bouteilles du Club de Taekwon-Do

9 - Début des sessions de courtepoinette, cours de step, autodéfense et danse latine

10 - Début du groupe de jeux et session d'hiver de Taekwon-Do

17 - Début des cours Zumba Fitness

29 - Début des cours de danse hip-hop

### FÉVRIER

Publication du prochain Bulletin d'Informations l'Indispensable