



MUNICIPALITÉ

Saint-Narcisse



SE RÉALISER. ENSEMBLE.



DÉCEMBRE 2024

JANVIER 2025



Pour la période des Fêtes, le bureau municipal sera fermé du **lundi 23 décembre au vendredi 3 janvier inclusivement**. Pour toute urgence concernant les travaux publics, vous pouvez communiquer avec monsieur Guy Trépanier au **819-690-5056**.

Goyenses Fêtes !



En manchettes

Mot du maire

PAGE 2



Avis public -
aux contribuables de
la municipalité

PAGE 6



Avis public -
consultation publique

Projet de règlement numéro 2024-11-604

PAGES 5 et 6



M'sieur le maire, j'ai une question...
Chronique mensuelle intéressante de
réponses à vos questions.

PAGE 7



Campagne de vaccination

PAGE 11



Afin d'être informé des
nouvelles importantes et des alertes,
inscrivez-vous sur notre site Web à
l'adresse suivante :
www.saint-narcisse.com





Guy Veillette, maire



Projet d'une nouvelle ligne de transport électrique par Hydro-Québec

Nous avons été invités récemment par des représentants d'Hydro-Québec qui souhaitent nous présenter un projet de rehaussement des lignes de transport électrique, dans le but de répondre aux besoins futurs du Québec en électricité. Trois tronçons seront rehaussés, soit sur la Côte Nord, dans la région du Bas-Saint-Laurent et dans la Vallée du Saint-Laurent. C'est cette dernière section qui nous interpelle davantage. Le projet consiste en la construction de 2 lignes de transport de 735 KV (ce sont les plus grosses tours comme celles qui passent sur la montagne). Le projet est connu, mais les divers tracés potentiels ne le sont pas encore. Hydro-Québec a consulté les autorités municipales pour connaître les divers éléments à prendre en considération pour favoriser une acceptabilité sociale de ce projet.

Nous avons discuté de paysages, d'acceptabilité sociale, de compensation financière, de consultation de nos populations et de transparence dans cet important dossier pour le Québec. Nous avons aussi plaidé pour une utilisation des corridors actuels empruntés par les lignes de transport plutôt que le développement de nouveaux corridors. Bref, on nous a assurés que les milieux seraient consultés dans les différentes solutions qui seront proposées. C'est un dossier à suivre !

Un nouveau rôle d'évaluation pour notre municipalité et impact sur le budget

Tous les 5-6 ans, le service d'évaluation de notre MRC doit faire le dépôt d'un nouveau rôle d'évaluation. Il s'agit d'une obligation légale, par laquelle notre évaluateur agréé vient faire un exercice de compilation des ventes réalisées sur divers types d'immeubles (résidentiel, agricole, forestiers) pour déterminer la « nouvelle » valeur marchande des propriétés. Parce qu'il faut être réaliste : les résidences mises en vente sont vendues souvent à un prix supérieur de 50 % à 75 % de la valeur d'évaluation municipale. Ainsi, notre rôle d'évaluation a connu une hausse de 53 % pour une maison moyenne à Saint-Narcisse.

Mais n'ayez crainte ! Les citoyens n'auront pas à subir une hausse de 53 % du compte de taxes municipales ! Ce n'est pas comme ça que ça fonctionne. Le budget est élaboré en fonction des dépenses prévues que nous devons assumer en cours d'année. Plusieurs dépenses sont incompressibles (électricité, Sûreté du Québec, déneigement, vidanges, recyclage, remboursement des emprunts, etc.). Quelques dépenses sont variables en fonction des projets d'immobilisation (réfection de rang, route, conduite d'aqueduc, etc.). Lorsque l'on connaît le total des dépenses, nous fixons le taux d'imposition en fonction des diverses compétences (taxe foncière générale, taxe d'aqueduc, assainissement, etc.).

Le budget 2025 risque d'être plus difficile, en raison des divers projets que nous menons actuellement (dont le projet de réfection du barrage), de l'augmentation de certaines factures externes (cueillette et transport des vidanges, compostage) et de la baisse de certaines redevances.

Joyeuses Fêtes !

Le mois de décembre qui se pointe le bout du nez. Périodes de rassemblement, de réjouissance, de rencontres familiales sont le lot de la plupart d'entre nous. Nous sommes privilégiés d'être entourés, de pouvoir compter sur un entourage supportant. Mais, il y a malheureusement beaucoup de personnes qui sont seules ; pour qui le temps des Fêtes pèse lourd, des personnes qui rencontrent des difficultés financières et qui ne peuvent pas profiter de l'abondance associée à cette période. Ayons une pensée solidaire pour ces personnes qui vivent loin de leur famille. Dans la mesure du possible, soyons généreux lors des campagnes de financement comme le Noël du Cœur, la Guignolée des médias ou mieux, soyons attentifs à nos voisins et nos parents. Joyeuses Fêtes à tous et à toutes !





Municipalité de Saint-Narcisse
353, rue Notre-Dame, Saint-Narcisse, G0X 2Y0

Site internet: www.saint-narcisse.com / Téléphone : 418-328-8645
 Messagerie: municipalite@saint-narcisse.com / Facebook : Municipalité Saint-Narcisse

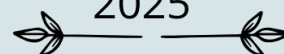
Votre conseil municipal

Guy Veillette, maire

- Catherine Bourget, siège #1
- Nathalie Jacob, siège #2
- Michel Larivière, siège #3
- Jocelyn Cossette, siège #4
- Kim Mongrain, siège #5
- Gilles Gauthier, siège #6

Calendrier des séances ordinaires

2025



- **Mardi 3 déc. 2024**
- Mardi 14 janvier
- Mardi 4 février
- Mardi 4 mars
- Mardi 1er avril
- Mardi 6 mai
- Mardi 3 juin
- Mardi 8 juillet
- Mardi 12 août
- Mardi 2 septembre
- Mardi 7 octobre
- Mardi 11 novembre
- Mardi 2 décembre

Heures d'ouverture

LUNDI	7 h à midi	13 h à 17 h
MARDI	7 h à midi	13 h à 17 h
MERCREDI	7 h à midi	13 h à 17 h
JEUDI	7 h à midi	13 h à 16 h
VENDREDI	FERMÉ	

Personnel administratif	Personnel travaux publics	Personnel de soutien
Stéphane Bourassa , dir. gén. Johanne Ringuette , dir. gén. adj.	Guy Trépanier , contremaître et resp. de l'entretien mécanique (voirie)	Louise Martineau , responsable de la bibliothèque
Lucie Désaulniers , technicienne administrative	Sylvain Quessy , journalier et opérateur	Yves Brouillette , journalier et espaces verts
Tony Turcotte , inspecteur municipal en bâtiment et environnement (urbanisme)	Marc Lahaie , journalier et opérateur	Pierre Baril , parc et espaces verts
Laëtitia Lefèvre , coordonnatrice aux loisirs	Serge Groleau , journalier et opérateur	Christian Beaudoin , directeur du service incendie





Vous envisagez d'effectuer des travaux de construction ou de rénovation sur votre propriété !

Selon le type de travaux, un permis de construction, un certificat d'autorisation ou une déclaration de travaux est nécessaire.



Quels travaux nécessitent un permis de construction ?

Voici une liste non exhaustive des travaux nécessitant un permis ou un certificat d'autorisation :

- L'agrandissement du bâtiment principal ;
- Ajout de fenêtre ou d'une porte extérieure sur une façade extérieure ;
- Construire un balcon, un escalier, une terrasse, une galerie, un perron ou ajouter une rampe ;
- L'installation d'une piscine creusée ;
- La construction d'un cabanon de plus de trois mètres carrés ;
- La construction d'un garage ;
- Les travaux touchant au revêtement extérieur ;
- La construction d'une mezzanine ;
- La démolition d'un bâtiment ;
- Installation septique ;
- Changer l'usage du bâtiment ;
- Couper des arbres ;
- L'installation d'une clôture ;

N. B. Il se peut également que le permis vous soit refusé si votre projet ne respecte pas les exigences de la réglementation municipale ou si vous ne fournissez pas les documents demandés. Alors, veuillez à bien vous renseigner et soyez rigoureux dans la constitution de votre dossier !

Voici une liste non exhaustive des travaux nécessitant une déclaration de travaux :

- Le remplacement de fenêtres et de portes extérieures
- La rénovation d'un balcon, d'escaliers, d'une terrasse, d'une galerie ou d'un perron en gardant la dimension ;
- Le remplacement d'une toilette, de robinets, d'un bain ;
- La rénovation intérieure sans toucher au mur porteur ;

Rénovation sans permis : les risques encourus

Si vous comptez entamer des travaux de construction, de rénovation ou autre sans faire une demande de permis :

En cas de constat d'infraction pour une personne physique, vous risquez un montant minimum de **500 \$ à 1000 \$ et plus les frais.**

En cas de constat d'infraction pour une personne morale, vous risquez un montant minimum de **1000 \$ à 2000 \$ et plus les frais.**





AVIS PUBLIC CONSULTATION PUBLIQUE

Aux personnes intéressées par le projet de règlement numéro 2024-11-604

Le soussigné donne l'avis public de ce qui suit :

Le conseil municipal a adopté, lors de la séance ordinaire du 3 décembre 2024, le premier projet de règlement n° 2024-11-604 « modifiant le règlement de zonage 2009-05-438 » et ses amendements s'il y a lieu.

Conformément à la loi, une assemblée publique de consultation se tiendra le mardi 14 janvier 2025 à 19h à la salle multifonctionnelle située au 290 rue Principale, à Saint-Narcisse. Au cours de cette assemblée, un membre du conseil et un membre du personnel expliqueront le projet de règlement et entendront les personnes et organismes qui désirent s'exprimer.

L'objet de ce règlement modifie le règlement de zonage numéro 2009-05-438. Il a pour objet de modifier certaines marges dans la grille de spécifications dans la zone 129-R.

La zone visée par ce projet de règlement est illustrée par le plan ci-contre :

GRILLE DE SPÉCIFICATIONS

ZONE : 129

RÉSIDENTIELLE

Usages autorisés	Groupe	Sous-groupe	Spécifique
Habitation			
Habitation unifamiliale	●		
Habitation bifamiliale	●		
Habitation multifamiliale	●		
Habitation communautaire			
Maison mobile			
Nombre maximum de logements		8	
Commerce et service			
Service professionnel et personnel	●		note 1
Service et atelier artisanal			
Hebergement et restauration			
Vente au détail et service			
Automobile et transport			
Récréation et loisir			
Camping et hébergement			
Récréation intérieure			
Récréation extérieure			
Activité nautique			
Industrie			
Industrie			
Entreposage et vente en gros			
Extraction			
Public et communautaire			
Institution			
Espace vert	●		
Matières résiduelles			
Transport et énergie			
Agricole et forestier			
Culture			
Élevage d'animaux			
Service agricole			
Agrotourisme			
Forêt			
			Autorisé
Usages mixtes (article 4.10)			
Entreposage extérieur (article 11.2)			
Étalage extérieur (article 11.5)			

Normes relatives au bâtiment principal	
Marge avant minimale	7,4 m
Marge avant maximale	
Marge arrière minimale	4,5 m
Marge latérale minimale	2 m
Somme des marges latérales	
Superficie minimale	65 m ²
Largeur minimale de la façade	8
Hauteur maximale	8 m
Nombre d'étages maximum	2

Normes relatives aux bâtiments accessoires	
Interdit dans la cour avant	oui
Distance minimale de la ligne arrière	1,5 m
Distance minimale de la ligne latérale	1,5 m
Superficie maximale - 1 bâtiment	art. 8.2
Superficie maximale tous les bâtiments	art. 8.2
Hauteur maximale	5 m
Nombre maximum de bâtiments	3

Coefficient d'emprise au sol maximum (tous les bâtiments)	35%
---	-----

Dispositions particulières	
La hauteur maximale des bâtiments accessoires ne doit pas dépasser la hauteur de la résidence.	
Un bâtiment accessoire à un usage résidentiel, sans ouverture du côté de la ligne latérale ou arrière du terrain, peut être érigé jusqu'à 0,5 mètre de la ligne latérale ou arrière, selon le cas.	

Note 1	Autorisé comme usage principal et comme usage secondaire à l'habitation (art. 16.4)



AVIS PUBLIC



Ce projet de règlement contient des dispositions propres à un règlement susceptible d'approbation référendaire.

Ce projet de règlement ainsi que toute la documentation relative à cette modification du plan d'urbanisme (nature de la demande, documents au soutien de la demande et analyse) sont disponibles pour consultation au bureau municipal situé au 353 rue Notre-Dame à Saint-Narcisse du lundi au vendredi entre 08 :30 et 12 :00 et entre 13 :00 et 16 :00.

Donné à Saint-Narcisse, ce 26 novembre 2024.


Stéphane Bourassa,
Directeur général



AVIS PUBLIC **AUX CONTRIBUABLES DE LA SUSDITE MUNICIPALITE**

AVIS public, est par les présentes donné, aux contribuables de la municipalité de Saint-Narcisse, qu'une séance extraordinaire du conseil de cette municipalité aura lieu le mercredi 18 décembre 2024 à 19 h.

QU'au cours de cette séance, les élus municipaux adopteront les prévisions budgétaires pour l'exercice financier du 1^{er} janvier au 31 décembre 2025 de même que le programme triennal des dépenses en immobilisation pour les années 2025-2026-2027.

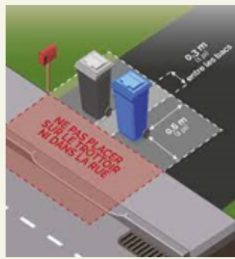
QUE les délibérations du conseil et la période de questions, lors de cette séance, porteront exclusivement sur le budget 2025 et sur le programme triennal des immobilisations.

Donné à Saint-Narcisse, ce 28 novembre 2024.


Stéphane Bourassa,
Directeur général et greffier-trésorier



PETIT AIDE-MÉMOIRE



Concernant les bacs de recyclage, à déchets domestiques ainsi que de compostage, il est important qu'ils soient placés près du chemin public, mais dans votre entrée, afin que l'aile de côté de la déneigeuse puisse passer librement sans les atteindre lors du déneigement des rues. Si vous possédez plus d'un bac, vous devez laisser un minimum d'environ 1 mètre entre chaque bac et ceux-ci doivent être placés de manière à ce que les roues et les poignées soient dirigées vers votre résidence.



En vertu de Code de la sécurité routière, il est strictement défendu, lorsque vous déneigez votre entrée, d'envoyer la neige dans le chemin public.



S.v.p., si une borne-fontaine se trouve sur votre terrain, prenez soin de ne pas la recouvrir de neige lors de votre déneigement. En cas d'incendie chaque seconde compte ! Aidez-nous à vous aider !

CHRONIQUE MENSUELLE

"M'sieur le maire, j'ai une question..."



Question :

« M'sieur le maire, j'ai une question : Est-ce toujours rentable d'avoir nos propres équipements pour faire le déneigement ? Avec l'entretien mécanique, les coûts d'opération, les salaires du personnel, tout ça coûte cher. »

Réponse :

Cette façon de faire représente des économies appréciables pour notre municipalité. Notre coût d'entretien des routes au kilomètre est très concurrentiel. Certaines municipalités autour de nous ont vu leur facture de déneigement carrément doubler ou tripler au cours des dernières années. Et c'est sans compter sur le fait que l'on peut enclencher les opérations de déneigement au moment le plus approprié. En plus, nos camions servent toute l'année pour divers autres travaux d'entretien comme lors des travaux d'entretien des fossés, etc.





BIBLIOTHÈQUE DE SAINT-NARCISSE Gérard-Desrosiers

Venez emprunter vos livres favoris et choisir dans notre nouvel achat de livres (en librairie) pendant nos 6 dernières ouvertures:
mardis 3, 10, 17 décembre
et mercredis 4, 11, 18 décembre
avant notre congé.

Réouverture le 7 et 8 janvier 2025.

Les PEB seront interrompus mais la **Chute à livres restera ouverte 24/24** pour vos retours!

Vacances des fêtes

*Venez sans tarder emprunter
ou commander vos livres!*

Dates de fermeture de notre biblio :
du 20 décembre au 5 janvier 2025

D	L	M	M	J	V	S
		17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	1	2	3	4
5	6	7	8			

Le système de PEB (prêts entre biblio) sera non disponible pour cette période.

Au plaisir de se revoir à la réouverture les 7 et 8 janvier 2025.

Chute à livres ouverte en tout temps.

Infos services

On vous invite à **offrir des denrées non périssables et dons pour les paniers de Noël** qui seront remis à des personnes moins bien nanties. (Déposer dans les boîtes à l'entrée de la bibliothèque.)



merci aux membres de votre présence constante et bons préparatifs des fêtes!!

Bienvenue aux nouveaux abonnés et informez-vous de nos activités et services en janvier 2025 en nous suivant au <https://www.facebook.com/saintnarcisse>.



HORAIRE

Mardi
15h00
à
17h30

Mercredi
10 h à 12 h
14 h à 16 h
18 h à 20 h

Chute à livres
ouverte en tout temps
pour faciliter
vos retours de documents.

Toute l'équipe vous souhaite **ses meilleurs vœux de moments heureux en famille et avec vos amis**, ainsi qu'une **Nouvelle Année 2025 qui vous comble!**
Bon congé à l'équipe pour votre implication
bénévole et généreuse!! - Louise



Dîner DE NOËL

DIMANCHE 8 DÉCEMBRE 2024
CENTRE COMMUNAUTAIRE
HENRI ST-ARNAUD

ACCUEIL : 11H30 DÎNER : 12H

Apportez votre vin

Repas 4 services

Animation musicale : Guy Larivée

Coût : 35\$ (membre) 37\$ (non membre)

Réservation obligatoire avant le 30 novembre

Billet en vente auprès de Solange Boutet

418-328-3961



fadoq
Saint-Narcisse



Activités du retour des fêtes

16 janvier: Café-rencontre
Le Magasinage en ligne, avec
Hélène Beaulieu du SAC Mauricie.
Gratuit!

13h30 à l'IMS
et sur zoom
(si demandé)

Inscription
obligatoire
avant le 10
janvier

18 février: Café-rencontre **Deux
classes de retraités au Canada !**
**Une classe bien nantie et
l'autre soutenue au seuil de
pauvreté**, avec Pierre-Claude
Poulin. Gratuit!

13h30 à l'IMS
et sur zoom
(si demandé)

Inscription
obligatoire
avant le 12
février

Informations et inscriptions : 819-840-3090 * aqdrdc@stegenevieve.ca



AQDR

Des Chenaux





BONNE NOUVELLE POUR LA COMMUNAUTÉ DE SAINT-NARCISSE !



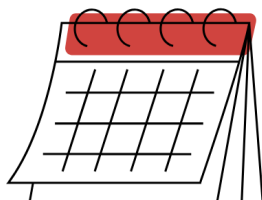
Au printemps dernier, grâce à la précieuse collaboration de la municipalité de Saint-Narcisse, le Centre d'action bénévole de la Moraine a déposé une demande de subvention auprès du **Ministère des Affaires municipales et de l'Habitation du Québec (MAMH)** dans le cadre du programme « Fonds régions et ruralité », volet 4 - Soutien à la vitalisation et à la coopération intermunicipale.

Cette demande visait à obtenir les fonds nécessaires pour financer la construction d'un abri extérieur isolé pour y mettre le Frigo-partage du Centre. Après une réponse favorable du Ministère, les démarches pour concrétiser ce projet ont été rapidement entreprises.

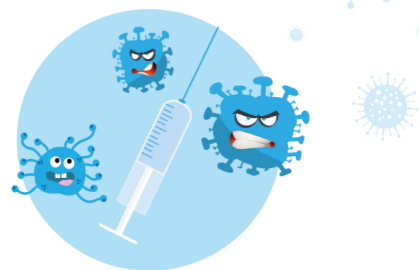
C'est donc avec beaucoup de fierté que nous annonçons que le **Frigo-partage** est désormais accessible à l'année!

Nous vous invitons à venir y déposer ou y récupérer des aliments en tout temps.

Campagne de vaccination sans rendez-vous



4 décembre 2024
Entre 10 h et 16 h



**Centre communautaire Henri St-Arnaud,
1, Place du Centre, Saint-Narcisse**



MARCHÉ DE NOËL SAINT-NARCISSE

SAMEDI 7 DÉCEMBRE
10 H À 16 H
CENTRE COMMUNAUTAIRE
HENRI ST-ARNAUD
(1, PLACE DU CENTRE)

TOUS LES EXPOSANTS INTÉRESSÉS PEUVENT Y PARTICIPER : ARTISANS, PRODUCTEURS AGRO-ALIMENTAIRES ET JEUNES ENTREPRENEURS.
SI CELA VOUS INTÉRESSE, COMMUNIQUEZ AVEC NOUS :

 MARCHÉ CHAMPÊTRE DE SAINT-NARCISSE  MARCHESTNARCISSE2016@GMAIL.COM

LA MISSION DU MARCHÉ EST DE DONNER UNE VISIBILITÉ AUX EXPOSANTS CRÉATEURS;
LES EXPOSANTS REVENDEURS NE SERONT PAS ACCEPTÉS.

LES PLACES SONT
LIMITÉES. PREMIER ARRIVÉ,
PREMIER SERVI. FAITES VITE!



BÉNÉVOLES RECHERCHÉS



- * Mercredis de l'Agora
- * Marché champêtre
- * Noël des enfants
- * Baseball mineur
- * Rendez-vous des Arts

Contacte-nous : loisirs@saint-narcisse.com

PLAISIRS
D'HIVER

8 février

à Saint-Narcisse

Gratuit



Tours de calèche

Glissade

Conteur

et plusieurs autres activités



MUNICIPALITÉ
Saint-Narcisse



Loisirs
Saint-Narcisse

Dimanche 1^{er} décembre
13 h à 16 h



Centre communautaire
Henri St-Arnaud

Tous les détails

www.saint-narcisse.com/loisirs-et-culture/noel-des-enfants

GAGNANTS DES CONCOURS

HALLOWEEN
GAGNANTS DU CONCOURS
de dessin

Bravo !

1er PRIX
Une randonnée équestre
offert par les Écuries Gaétany
Laura Morin - 16 ans



2e PRIX
50 \$
Chelsea Vadeboncoeur
9 ans



MUNICIPALITÉ
Saint-Narcisse

HALLOWEEN
GAGNANTS DU CONCOURS
de décoration de maison

Félicitations !

2e PRIX
75 \$
Madame Karine Goulet



1er PRIX
100 \$
Madame Martine Tessier



3e PRIX
25 \$
Madame Jenny Noël



MUNICIPALITÉ
Saint-Narcisse



Remerciements

DÉCORATIONS DE NOËL

Merci à Jean-Pierre Bergeron pour tous les sapins de Noël qu'il a fournis gracieusement ainsi qu'à toute l'équipe de bénévoles qui a réalisé ces belles décorations.

Céline Gervais
Responsable du comité d'embellissement

JOYEUX NOËL !



PRÊT D'ÉQUIPEMENT

AU DÉPANNEUR HARNOIS

de Saint-Narcisse

- Trottinettes de neige
- Raquettes de neige
- Bâtons de marche

Loisirs
Saint-Narcisse

MUNICIPALITÉ
Saint-Narcisse



PROGRAMMATION DÉCEMBRE 2024

VEUILLEZ NOUS AVISER DE VOTRE PRÉSENCE SVP, MERCI !



CONCOURS DE DESSINS :

Les enfants sont invités à reconnaître un proche qui aide son prochain dans son quotidien en coloriant un dessin. Vous pouvez vous procurer un dessin dans divers endroits, dont à nos bureaux. OU : Télécharge le dessin de ton choix sur notre site web www.aidantsvalleebatiscan.org

Date limite : le 3 décembre

Tirage : 10 décembre à 16 h
sur notre page Facebook

SOUPE PARTAGE : « Célébrer les fêtes en étant proche aidant. »

Nous vous invitons à venir partager une soupe-repas ensemble tout en discutant de votre rôle de proche aidant dans la période des fêtes. Vous serez invité à participer à la décoration de notre sapin pour la période des fêtes.

L'APPUA

12 h à 15 h

Mardi 3 décembre à Saint-Luc
Jeudi 5 décembre
Sainte-Thècle, local 217

SANTÉ MIEUX-ÊTRE : « Automassage et réflexologie »

Atelier d'information sur les techniques d'automassages et la réflexologie.
Par Manon Giroux

L'APPUA

jeudi 5 décembre

9 h à 12 h
Saint-Luc

CAFÉ-RENCONTRE : « Célébrer les fêtes en étant proche aidant. »

Venez discuter de bonnes pratiques pour célébrer les fêtes en étant proche aidant(e).



De 13 h 15 à 15 h 15

Lundi 9 décembre : En virtuel
(# réunion 206 588 1781)

FÊTE DE NOËL DES MEMBRES : Notre traditionnelle fête de Noël vous offrira un moment festif où vous serez rassemblés pour célébrer avec nous. Un repas traditionnel vous sera servi suivi d'un après-midi où nous animerons un Bingo gratuit. Le repas traditionnel est au coût de 15\$ Répit disponible pour profiter de l'activité : Informez-vous ! Transport disponible pour la MRC des Chenaux et la MRC Mékinac



Mardi 10 décembre
de 10 h 30 à 15 h
Salle municipale Saint-Narcisse

290, rue Principale
Saint-Narcisse
Réservation avant le 4 décembre.

CAFÉ-RENCONTRE : « Les traditions des fêtes. »

L'APPUA

Venez discuter de vos traditions pour la période des fêtes et partager votre routine avec votre personne aidée.

De 13 h 15 à 15 h 15

Jeudi 12 décembre
Sainte-Thècle, local 217

REPAS-ÉCHANGE BRUNCH : De 10 h à 12 h

L'APPUA

Nous vous invitons à venir partager un brunch ensemble au restaurant afin de passer un bon moment avec d'autres personnes qui peuvent avoir des réalités semblables à la vôtre. Les frais sont à la charge du participant.

Mardi 17 décembre
Restaurant Le Toit Rouge
165, rue Principale,
Sainte-Anne-de-la-Pérade

Jeudi 19 décembre
Restaurant Au Petit Palace
204, rue Masson, Sainte-Thècle

SANTÉ MIEUX-ÊTRE : « S'ancrer dans le lâcher-prise »

L'APPUA

Pour les aidant(e)s d'aidés de 18 à 64 ans
Être en accord avec le bien-être émotionnel et le bien-être rationnel... la grande question d'équilibre. Comment apprivoiser nos décisions et changements, et surtout, comment être en paix avec ceux-ci ? Par Céline Déraspe. Pour conclure notre programme « Santé mieux-être » un dîner est compris dans l'activité. (Gratuit pour les aidants d'aidés de 18 à 64 ans)

Jeudi 19 décembre
9 h à 12 h 30
Saint-Luc



Association des Personnes Aidantes de la Vallée-de-la-Batiscan

Contactez-nous pour info/inscription au 1 855 284-1390, poste 1 (sans frais)

Ou par courriel à inscriptionsaidants@hotmail.com

Sainte-Thècle: 301, rue Saint-Jacques (local 207)

Saint-Luc-de-Vincennes: 660, rue Principale (local au 2e étage)





 PROGRAMMATION JANVIER 2025 VEUILLEZ NOUS AVISER DE VOTRE PRÉSENCE SVP, MERCI ! 	
CAFÉ JASETTE : Vous êtes invités à vous joindre à nous pour un après-midi de détente et de plaisir à discuter et à partager entre aidants autour d'un breuvage offert. Vous aurez la chance d'échanger sur plusieurs sujets et de faire de belles rencontres.	13 h 15 à 15 h 15 Mardi 7 janvier Restaurant Le Villageois 828, rue Notre-Dame, Saint-Narcisse Jeudi 9 janvier Resto-bar Quilles et Frites 131 rue du moulin, Saint-Adelphe
CAFÉ-RENCONTRE : « Mon besoin de liberté »  Venez discuter avec d'autres personnes aidantes qui, comme vous, ont besoin de liberté dans votre rôle d'aidant(e). Venez échanger vos bons trucs et regarnir votre coffre à outils. Breuvage et collation offerts.	De 13 h 15 à 15 h 15 Mardi 14 janvier, Saint-Luc Jeudi 16 janvier,  Sainte-Thècle, local 217 Lundi 27 janvier En virtuel (# réunion 206 588 1781)
FORMATION DE LA SOCIÉTÉ ALZHEIMER « Proche aidance et adaptation à domicile » Monsieur Dominique Bouchard, Travailleur social à la Société Alzheimer Mauricie — FQSA, animera une formation de quatre ateliers qui auront comme sujet : le maintien à domicile, la conduite automobile, les suivis médicaux, l'intervention cognitive, l'intimité dans le couple et prendre soin de soi en tant que proche aidant.	Les mercredis 15, 22, 29 janvier et 5 février 9 h à 12 h Saint-Luc Cohorte maximum 10 personnes Inscription obligatoire
AIDER SANS S'ÉPUISER « La motivation » connaître les différentes motivations des proches aidants afin d'être en mesure de reconnaître sa ou ses propres motivations. Faire le point sur les différentes croyances qui peuvent obliger l'aidant à apporter de l'aide.	13 h 15 à 15 h 15 Mardi 21 janvier, Saint-Luc Jeudi 23 janvier, Sainte-Thècle, local 217
SANTÉ MIEUX ÊTRE : « Concilier, prendre soin de soi et accompagner un proche » pour les aidant(e)s d'aidés de 18 à 64 ans. Monsieur Alain Bellemare, Bachelier en psychologie et formateur animera un atelier d'échange et de soutien entre proches aidants sur comment parvenir à concilier prendre soin de soi et accompagner un proche au quotidien.	9 h à 12 h Mardi 28 janvier Sainte-Thècle, Local 213 
CONFÉRENCE GRATUITE « La culpabilité silencieuse » Par Hélène Germain Gélinas, psychoéducatrice Nous aurons l'occasion d'explorer ensemble les effets de la culpabilité non exprimée chez ceux qui prennent soin de leurs proches. Vous serez mieux outillés pour reconnaître, comprendre et gérer ces sentiments complexes, favorisant ainsi votre bien-être émotionnel. Des stratégies pratiques vous seront également proposées pour votre soutien et votre développement personnel. Transport gratuit !  Repas disponible à 15 \$ 	Jeudi 30 janvier Accueil : 11 h 15 Diner chaud : 11 h 45 Conférence de 13 h à 14 h 45 Centre communautaire Robert Crête 51, boulevard Saint-Louis Saint-Séverin Réservation avant le 27 janvier
 Association des Personnes Aidantes de la Vallée-de-la-Batiscan Contactez-nous pour info/inscription au 1 855 284-1390, poste 1 (sans frais) Ou par courriel à inscriptionsaidants@hotmail.com Sainte-Thècle : 301, rue Saint-Jacques (local 207) Saint-Luc-de-Vincennes : 660, rue Principale 	



MISE EN GARDE - Fraudes téléphonique envers les aînés



REFUSEZ! DITES NON!
RACCROCHEZ ET SIGNELEZ LA FRAUDE



310-4141 OU *4141

CENTRE ANTIFRAUDE DU CANADA
www.antifraudcentre-centreantifraude.ca

1 888 495-8501

soloo
soloo.design

© COPYRIGHT 2000 - Tous Droits Réservés.

Initiative de la Table de concertation des aînés Beauharnois-Salaberry

SQ-3623

WWW.SAINT-NARCISSE.COM



DÉCEMBRE

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
1 Noël des enfants	2	3 Conseil 19 h 30 Étab salle multi	4 Vaccination de 10 h - 16 h Centre communautaire	5 guignolée	6	7 MARCHÉ DE NOËL
8 FADOQ Dîner des Fêtes	9	10	11	12	13 Inscription obligatoire à la MRC pour les encombrants	14
15	16	17	18 Conseil 19 h Étab salle multi	19	20 Congé scolaire des fêtes Pas d'INFO. Vacances !	21 C'est l'hiver
22	23 Vacances des fêtes	24	25 Joyeux Noël	26	27	28
29	30	31	Bureau municipal fermé du 23 décembre au 3 janvier 2025 inclusivement.			

Cette page de calendrier peut être différente de celle publiée dans le calendrier municipal, car elle vient mettre à jour des informations qui ont changé depuis sa publication en janvier dernier. **Soyez attentif!**

viACTIVE Viactive 9 h 30 / Salle municipale



Mardi : 15 h à 17 h 30
Mercredi : 10 h à 12 h / 14 h à 16 h / 18 h à 20 h



Date de tombée pour recevoir vos informations pour l'INFO MUNICIPAL



Inscription obligatoire à la MRC pour les encombrants (48 h avant la collecte)



Yoga
18 h 30 / centre communautaire



Cours de danse 18 h, 19 h et 20 h
Salle municipale



FADOQ
Dîner 12 h / centre communautaire



Collecte des matières compostables



Collecte de la récupération



Collecte des ordures ménagères

2025

JANVIER



Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Collecte de la récupération ou Collecte des ordures ménagères (Attention aux secteurs)	Collecte des matières compostables					
5	6	7 Retour à l'école	8 	9 	10 inscription obligatoire à la MRC pour les encombrants	11
12	13	14 Conseil 19 h 30 Étab salle multi	15 	16 	17 Date de tombée pour INFO MUNICIPAL	18
19	20 	21	22 	23 	24	25
26 	27 	28 	29 	30 	31 	



Mardi : 15 h à 17 h 30

Mercredi : 10 h à 12 h / 14 h à 16 h / 18 h à 20 h



Date de tombée pour recevoir vos informations pour l'INFO MUNICIPAL



Inscription obligatoire à la MRC pour les encombrants (48 h avant la collecte)



Yoga
18 h 30 / centre communautaire



Cours de danse 18 h, 19 h et 20 h
Salle municipale



Collecte des ordures ménagères (secteur 1)

rues Notre-Dame, Principale, Gisèle, des Pins, Hubert, Michel, Massicotte, Georges, Saint-Joseph, Saint-Hilaire-des-Loges, de l'Église, Panneton, Saint-Arnaud, Girard, Saint-François-Xavier, Trudel, Gilles, Louis, du Collège, Cossette, Jean, Genest, des Lilas, Philippe-Baril, Cécile-Vézina, Flore-Trudel, Thomas-Bergeron et Alfred.



Viactive 9 h 30 / Salle municipale



FADOQ
Dîner 12 h / centre communautaire



Collecte des matières compostables



Collecte de la récupération



Collecte des ordures ménagères (secteur 2)

3e Rang, rang Sainte-Marguerite, rang Saint-Félix, 2e Rang, route du Moulin, rang des Chutes, rang des Chutes Sud, rang des Chutes Nord, rang du Haut-de-la-Grande-Ligne, route à Frigon, rang Saint-Pierre, rang du Bas-de-la-Grande-Ligne, chemin du Barrage et route Trépanier.

