



Le Mirador

VALCANTON NO. 74

FÉVRIER 2015

46^e CARNAVAL de BEAUCANTON
VENDREDI 27 et SAMEDI 28 FÉVRIER 2015



COORDINATION: France St-Amant

Téléphone: 819-941-2101

Télécopieur: 819-941-2485

Journal_valcanton@hotmail.com

COLLABORATEURS ET COLLABORATRICES

Luc Adam	Ministère des Transports du Québec
Céline Beauchamp	Corporation des loisirs de Beaucanton
Renée Bégin	officière municipale et bibliothèque de Val-Paradis
Nancy Bureau	infirmière de milieu
Sylvie Dionne	Animatrice-intervenante Friperie créative VVB
Manon Forget	Club de l'Âge d'or de Val-Paradis
Lise Gamache	Regroupement de femmes de Valcanton
Christine Garant	CLD ET CDÉ de VVB
Michel Jégou	Regroupement des propriétaires Pajegasque et conseiller
Annie Lavoie	Bibliothèque de Beaucanton
Sylvie Mailhot	Agente de développement rural
Cécile Philippon	présidente de la localité
Kathy Viel	CPE Mamie souris

PUBLICITÉ ET ABONNEMENT

Carte d'affaires	5 \$/parution	6 parutions/année	40\$
¼ page	10 \$/parution	6 parutions/année	80\$
½ page	20 \$/parution	6 parutions/année	160\$
1 page	40 \$/parution	6 parutions/année	320\$
Organisme sans but lucratif		½ page gratuite/parution	

ABONNEMENT

Accès sur web
www.valcanton.ca/fr

MOT DE LA PRÉSIDENTE

Déjà mi-février 2015 et notre premier objectif est presque atteint. Notre priorité était de voir la patinoire neuve de Beaucanton fonctionnelle. Nous avons déjà deux(2) cours de patinage artistique avec Sarah-Jeanne Bouchard comme professeur et qui fait de l'excellent travail.

Nous avons également deux(2) groupes de joueurs de hockey qui se sont joints à l'équipe de Normétal un samedi sur deux. Ces jeunes feront une démonstration de leurs talents lors du carnaval de Beaucanton.

Merci à Louise Chabot et Linda Lavoie pour leur excellent travail en loisirs.

Je souhaite qu'il y ait plus de citoyens (nes) qui viennent pratiquer ce sport à la belle patinoire.

BONNE NOUVELLE

Premièrement, le cellulaire sera en fonction très bientôt. On m'a informée que tout devrait être en place début mars et fonctionnel.

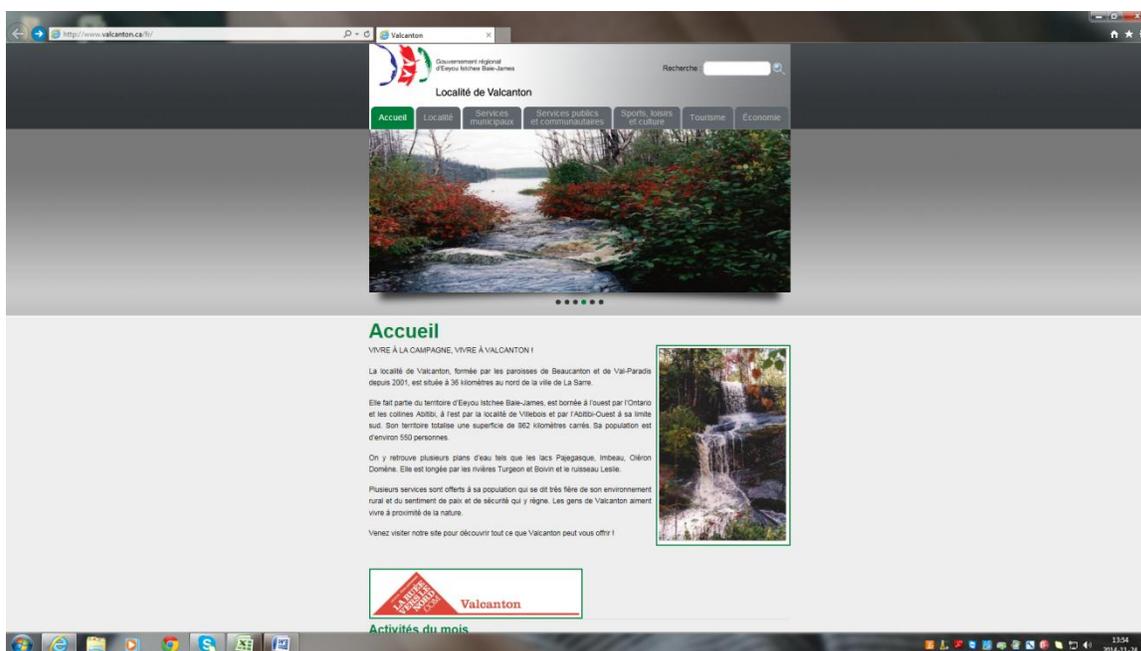
Deuxièmement, les travaux d'asphaltage pour les villages de Beaucanton et Val-Paradis sont programmés au Gouvernement régional d'Eeyou Istchee Baie-James au début de juillet 2015. La localité de Villebois profitera aussi de cette opportunité pour asphaltier sa rue des Pins gris, car faire un plan d'asphalte pour les trois sera moins dispendieux.

Troisièmement, de plus le Gouvernement régional d'Eeyou Istchee Baie-James vérifie le devis pour l'achat d'une nouvelle niveleuse avec équipements de déneigement préparé par France St-Amant. Cet achat sera fait pour le début du printemps, nous l'espérons.

Notre objectif est de vous offrir de meilleurs services à des coûts moindres.

Ne manquez pas de venir encourager nos jeunes lors de la partie de hockey et la présentation du patinage artistique au carnaval de Beaucanton. Soyez nombreux!

Cécile Philippon



VENEZ CONSULTER LE SITE DE LA LOCALITÉ DE VALCANTON AVEC LE NOUVEAU LOGO DU GOUVERNEMENT RÉGIONAL D'EEYOU ISTCHEE BAIE-JAMES

Vous y trouverez une multitude d'informations concernant les services offerts à Beaucanton et Val-Paradis.

Nous attendons vos commentaires et vos photos représentatives de nos communautés.

Signification du nouveau logo

Le peuple, la nature, la culture. C'est ce que représente le logo du Gouvernement régional d'Eeyou Istchee Baie-James. Les trois traits dévoilent la silhouette d'un profil, des outardes et d'un conifère.

Les couleurs expriment bien la diversité du territoire : le peuple, les animaux et la végétation qui font vibrer cette grande région.



Gouvernement régional
d'Eeyou Istchee Baie-James

Plan pour installation septique et tests de sol

roy vézina associés

Spécialiste en traitement des eaux usées.

Solutions sur mesure pour vos projets et votre budget!

Services offerts :

- *Arpentage et test de sol*
- *Préparation de la demande de permis, incluant les plans et devis*
- *Surveillance des travaux*
- *Attestation de conformité des travaux*

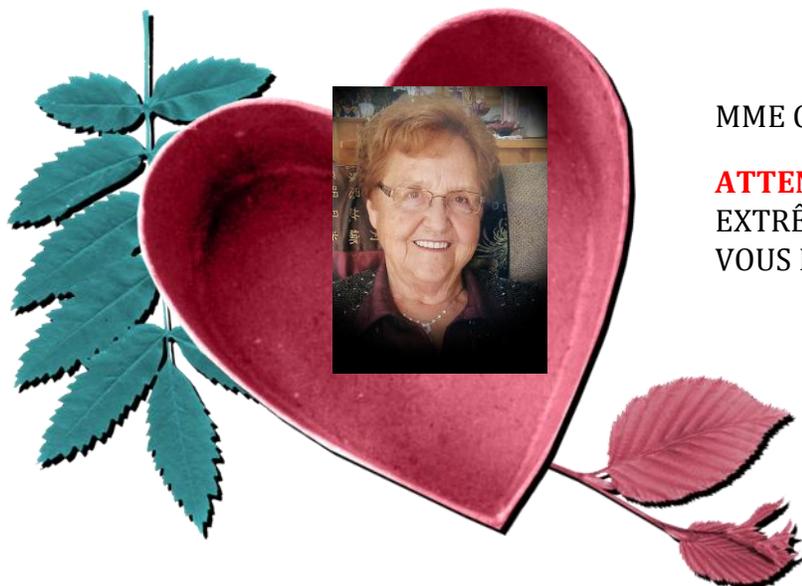
Roy Vézina & associé c'est :

- *35 ans d'expertise en assainissement autonome des eaux usées*
- *Une équipe locale pour vous servir*
- *Entreprise recommandée CAA Habitation Québec*



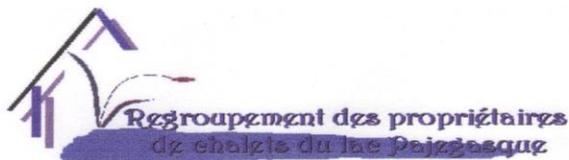
Pour plus d'informations, joignez-nous au 819-739-8698

SOURIRE DE LA SEMAINE



MME GABRIELLE TREMBLAY

ATTENTION, CETTE FEMME A UN SOURIRE EXTRÊMEMENT CONTAGIEUX, À SON CONTACT VOUS POURRIEZ L'ATTRAPER.



CE QUI SE PASSE DANS LE COIN DU PAJEGASQUE Par Michel Jégou

Nous voilà déjà en février en plein cœur de l'hiver et malgré ce froid sibérien les activités hivernales telles que le ski de fond, la raquette et la motoneige sont pratiquées étant donné les chutes abondantes de neige tombée au cours des derniers mois.

PROJETS ANTICIPÉS

Le Regroupement des propriétaires de chalets compte renouveler avec FauneNord sa collaboration afin de continuer l'étude de la qualité de l'eau du lac Pajegasque. Aussi avec la collaboration de l'Association du camping lac Pajegasque, nous voulons mettre de l'avant un plan d'action visant l'aménagement des berges du lac Pajegasque en conformité avec les normes du Ministère de l'environnement.

AUTRE PROJET

Nous étudions la possibilité de remettre une couche de gravier sur une distance de un (1) kilomètre situé sur le chemin côté nord du lac.

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DU REGROUPEMENT DES PROPRIÉTAIRES

Les propriétaires seront convoqués à leur assemblée annuelle qui sera tenue le premier dimanche du mois de mai au restaurant Arc-en-ciel ici au lac.

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DE L'ASSOCIATION DU CAMPING

Les utilisateurs du camping seront convoqués à leur assemblée annuelle au début de l'ouverture de la prochaine saison de camping aussi au restaurant du lac.

AVIS AUX PROPRIÉTAIRES DE ROULOTTES

Il serait sage de venir visiter vos installations, afin de vérifier les accumulations de neige sur le toit de votre caravane et autres bâtiments. Quelques propriétaires l'ont déjà fait. Il est à noter que l'Association du camping n'est aucunement responsable de vos équipements sur le terrain.

Pacte rural 2014-2019

Bonjour à vous tous,

Je désire vous informer que les mardis je suis à Beaucanton au bureau du CLD dans le Centre multiservice. Je vous invite à venir me rencontrer pour tout projet du pacte rural. Je peux aussi me déplacer dans la localité de votre choix selon vos disponibilités. Il m'est possible également de vous orienter vers d'autres sources de financements selon vos besoins.

Vous faites partie d'un organisme? Vous avez des projets?

Pour toutes questions concernant le Pacte rural ou pour obtenir le formulaire, veuillez me contacter au numéro 819-941-2034 et les mardis au 819-941-2180.

Sylvie Maihot
Agente de développement rural
Corporation de développement économique
de Villebois-Val-Paradis-Beaucanton
2709, boulevard du Curé-McDuff, bureau B
Beaucanton (Québec) J0Z 1H0
Téléphone : 819 941-2034
Courriel : cdevvbj2@tlb.sympatico.ca

Formation gratuite sur charte des droits et libertés de la personne

Lundi 13 avril 2015 à 11h au Carrefour communautaire de Val-Paradis

L'équipe de l'Éducation et de la Coopération de la Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse a le plaisir d'offrir gratuitement aux intervenants ainsi que les membres des conseils d'administration des organismes communautaires divers ateliers sur les droits de la personne. Ces formations portent entre autres sur la Charte des droits et libertés de la personne. Cet atelier est gratuit et les places sont limitées.

Le chocolat, un trésor de bienfaits pour la santé

Le chocolat, issu de la fève de cacao, est souvent très apprécié des gourmands, surtout pendant les Fêtes de fin d'année. Et si le chocolat pouvait allier gourmandise et bienfaits pour la santé?

➡ LES BIENFAITS SUR LE TRANSIT INTESTINAL

Le cacao, grâce aux fibres dont il est composé, permettrait de limiter la constipation en stimulant le transit intestinal. Ainsi, plus le chocolat a une teneur élevée en cacao, plus il contient de fibres. 100g de chocolat noir à 70% de cacao renferment, par exemple, environ 15g de fibres, soit plus que certains légumes comme la courgette ou le concombre. De plus, le chocolat contient aussi des polyphénols (molécule avec propriétés antioxydantes) qui permettent de renforcer la muqueuse intestinale, l'un des remparts de notre système immunitaire.

➡ UN ALLIÉ ANTIOXYDANT

Le chocolat est l'un des aliments les plus riches en **flavonoïdes** (odeurs, goût ressentis lors de la dégustation d'un aliment), des antioxydants contenus dans la poudre de cacao à hauteur de 10% environ. Ces derniers jouent un rôle non négligeable dans la prévention des certaines maladies comme le cancer et permettent de lutter contre le vieillissement prématuré des cellules. Plus surprenante, la capacité antioxydante du cacao serait 2 à 3 fois plus élevée que celle du thé vert et du vin.

➡ LES BIENFAITS SUR LE SYSTÈME CARDIOVASCULAIRE ET SANGUIN

Le chocolat noir améliore le fonctionnement des artères et de la circulation sanguine. Les flavonoïdes limitent l'apparition du mauvais cholestérol (LDL), dilatent les vaisseaux sanguins et améliorent la coagulation, limitant ainsi le risque de maladies cardiovasculaires. Cependant le chocolat est à consommer avec modération, car son apport énergétique reste important avec 500kcal pour 100g, soit $\frac{1}{4}$ de nos besoins quotidiens. En revanche, consommer seulement 2 carrés de

chocolat noir par jour permettrait de faire diminuer la pression artérielle et ainsi de prévenir les troubles cardiaques.

➡ LES BIENFAITS SUR LE MORAL

Le cacao est une excellente source de magnésium. Il permet de combattre la fatigue, le stress et l'anxiété. Il contient aussi des tryptophanes (=acides aminés) qui se transforment et transmettent de la sérotonine à l'organisme. La sérotonine est un neurotransmetteur qui joue un rôle essentiel sur l'humeur puisqu'elle permet d'apporter une sensation d'apaisement et de bien-être, ce qui amène souvent à penser que le chocolat est un antidépresseur. Le simple fait de déguster du chocolat apporte réconfort et satisfaction, puisque cela favoriserait aussi la sécrétion d'**endorphines**, *l'hormone du bonheur*.

Source d'information :

<http://www.passeportsante.net/fr/Actualites/DossierComplexe.aspx?doc=hocolat-tresor-de-bienfaits-pour-la-sante>



FRIPERIE CRÉATIVE V.V.B.

Nos vêtements sont usagés, nettoyés, réparés et remodelés.



Des confections sont faites sur place ex. : bas, pantoufles, sacs, pyjamas, etc. Ainsi que des réparations de rebord de pantalons et de jupes, pose de boutons et de fermetures éclair, réparations légères et diverses.

De plus, la friperie offre des cours de tricot (crochet et broche) et de couture.

Nous acceptons les dons de vêtements de tissus, d'articles de couture divers, de laine et de boutons...

La friperie est située à Villebois dans l'édifice municipal. Les heures d'ouverture sont du lundi au jeudi de 9h à 12h et de 13h à 13h 30

et le vendredi de 9h à 12h et de 13h à 16h.



Les membres du conseil vous souhaitent de Joyeuses Pâques et vous informent que le bureau municipal sera fermé le jeudi 2 avril ainsi que le lundi 6 avril.



Carrefour jeunesse-emploi de la Jamésie

JEUNES EN ACTION

Tu désires améliorer ton autonomie professionnelle, personnelle ou sociale?

Pour y arriver, **Jeunes en action** t'offre un accompagnement personnalisé axé sur tes besoins et ta réalité, tout en te permettant, si tu es admissible d'obtenir une aide financière.

Tu pourras :

- Apprendre à mieux te connaître;
- Te fixer des objectifs (emploi, études...) et des moyens pour les atteindre;
- Prendre de meilleures décisions et régler des problèmes personnels.
- Le projet peut débuter en tout temps durant l'année.

Critère d'admissibilité:

- Avoir entre 18 et 24 ans

Viens me rencontrer il me fera plaisir d'en discuter avec toi.

Beaucanton	lundi et mardi	819-941-4000
Villebois	mercredi	819-941-2034
Val-Paradis	jeudi	819-941-2595



Christine Raymond

Conseillère en emploi / Intervenante jeunesse

Point de service de Valcanton et Villebois

2709, boul. curé McDuff, local E
Beaucanton (Québec) J0Z 1H0
Téléphone: 819-941-4000
Télécopieur 819-941-4001

Des nouvelles du projet du fonds de lutte pour la solidarité et l'inclusion sociale du Carrefour communautaire de Val-Paradis

Une autre année se termine bientôt pour le projet de la soupe et du repas communautaire au Carrefour. Les gens participent bien et le taux d'achalandage se maintient.

Pour 10 mois d'opération soit de février 2014 à décembre 2014, nous avons servi un total de 3322 repas dont 755 repas à domicile et 5300 soupes servies à l'école.

L'an passé pour 12 mois, de février 2013 à février 2014, nous avons servi un total de 3304 repas. 444 repas à domicile et 5000 soupes servies à l'école.

La nouvelle année s'amorce et nous apprenions à la fin de décembre que le projet se poursuivra jusqu'en septembre 2016. Par contre ayant subi des coupures de subvention le service fera relâche pendant l'été du 28 juin 2015 au 23 août 2015.

Les gens qui ne peuvent se déplacer et qui auraient besoin de ce service alimentaire peuvent communiquer avec Guylaine ou Gennis 819-941-2595.

Mis à part les jeudis où la population participe très bien, nous vous invitons à venir nous voir aussi les lundis, mardis et mercredis, une bonne soupe, des sandwichs et du dessert vous y attendent!

L'équipe du Carrefour !

À NOËL, C'EST LA FÊTE AU CPE MAMIE SOURIS



Mamie Souris (Mme Céline Beauchamp) Père Noël (M. Marcel Bluteau)

Lors de la journée du 16 décembre 2014, les enfants ont présenté un petit spectacle à leurs parents par le fait même nous avons eu la visite de notre magnifique Mamie Souris (Mme Céline Beauchamp) et de notre talentueux père Noël (M. Marcel Bluteau).

Nous tenons à vous remercier, chers parents, de votre participation. De plus, un merci bien spécial à Mamie Souris et au père Noël, car grâce à vous cette activité restera gravée dans la mémoire de nos petits.



Nancy Gagnon, Linda Larouche, Sylvie Bergeron, Ghislaine Larivière, Mamie Souris, Josée Gagnon, Kathy Viel, Sylvie Harvey et Clémence Thibodeau. (Absentes de la photo Mélanie Hamel et Karoll-Ann Viger)

Nous profitons de l'occasion pour vous remercier, chers parents qui, chaque jour, nous confiez vos enfants. Merci de votre confiance.

L'équipe du CPE Mamie Souris est fière de vous souhaiter une très belle année 2015.

L'équipe du CPE Mamie Souris

HORAIRE DE LA BIBLIO DE VAL-PARADIS

LES MERCREDIS, DE 18 H 30 À 19 H 30.

À SURVEILLER : nouvel arrivage de livres, le 25 mars.



RÉSEAU BIBLIO
Abitibi-Témiscamingue
Nord-du-Québec

Votre biblio n'a pas le livre que vous aimeriez lire?

Faites une demande de prêt entre bibliothèques! (PEB) Livraison dans les 14 jours.
Sans frais!

Abonnez-vous à votre bibliothèque et ayez accès **GRATUITEMENT** à des centaines de livres numériques. Nouveautés toutes les semaines! Informez-vous à votre biblio.



COURS DE YOGA

Nous offrons des cours de yoga à Beaucanton. Les cours apportent un bienfait physique et mental, dans une atmosphère de détente accompagnée de musique.

Nous avons le privilège d'avoir un professionnel de La Sarre, M. Rocky Bhâskara Lemelin, pour donner les cours. Il a un programme bien personnalisé et répond aux demandes des participants.

Il est encore temps de vous inscrire pour les cours qui sont tous les jeudis de 19h à 20h30 au gymnase de Beaucanton. Contactez Louise aux Loisirs Valcanton à 819-941-2104



COMMUNIQUÉ

Objet : Les conducteurs doivent adapter leur conduite aux conditions climatiques et bien déneiger leur véhicule

Rouyn-Noranda, le 9 janvier 2015 – La Sûreté du Québec rappelle à tous les conducteurs qu'ils doivent adapter leur conduite aux conditions climatiques et routières et bien déneiger leur véhicule avant de se déplacer.

Les policiers pourraient signifier des constats d'infraction s'ils constatent que la vitesse d'un automobiliste est excessive par rapport aux conditions routières, et ce, même si ce dernier respecte la limite indiquée sur les panneaux routiers.

En effet, selon l'article 330 du Code de la sécurité routière (CSR), le conducteur doit réduire sa vitesse lorsque les conditions de visibilité sont rendues insuffisantes à cause de l'obscurité, du brouillard, de la pluie ou de précipitations ou lorsque la chaussée est glissante ou pas entièrement dégagée. Les contrevenants s'exposent à une amende de 60 \$ plus les frais et la contribution et à deux points d'inaptitude.

La plupart des sorties de route surviennent lorsque la vitesse n'est pas adaptée aux conditions climatiques et routières. En réduisant leur vitesse et en adaptant leur conduite, les usagers de la route réduisent les risques d'être impliqués dans une sortie de route ou dans une collision potentiellement mortelle.

Attention aux « igloos mobiles »

Les « igloos mobiles » seront également interceptés et des constats d'infraction pourraient être signifiés. En plus d'augmenter considérablement les risques de collisions dues à une mauvaise visibilité, les conducteurs qui ne déneigent pas leur véhicule adéquatement s'exposent à une amende de 100 \$ plus les frais et la contribution.

Pneus d'hiver : les policiers seront aux aguets

Par ailleurs, du 15 décembre au 15 mars inclusivement, les policiers de la Sûreté du Québec seront aux aguets pour s'assurer que les véhicules de promenade et taxis immatriculés au Québec sont équipés de pneus d'hiver, conformément à la réglementation. Rappelons que les pneus d'hiver doivent arborer le pictogramme représentant une montagne sur laquelle est surexposé un flocon de neige pour être conformes. Les propriétaires de véhicules qui contreviennent au règlement s'exposent à un constat d'infraction de 200 \$, plus les frais et la contribution. Notons que l'utilisation de bons pneus d'hiver réduit de 25 % la distance de freinage d'un véhicule.





À LA DÉCOUVERTE DU PETIT THÉÂTRE D'IMAGES, *LE KAMISHIBAI*

DANS LE CADRE DES RENDEZ-VOUS DE LA FRANCOPHONIE, LA BIBLIOTHÈQUE DE VAL-PARADIS INVITE LES ENFANTS DE 2 À 10 ANS À LA PRÉSENTATION D'UNE HISTOIRE RACONTÉE AVEC UN PETIT THÉÂTRE D'IMAGES AU CARREFOUR COMMUNAUTAIRE DE VAL-PARADIS, LE VENDREDI 6 MARS PROCHAIN DE 13 H À 16 H.

- BRICOLAGE
- COLLATION ET BREUVAGES
- TIRAGE DE LIVRES
- PATINAGE LIBRE

ON VOUS ATTEND !

Avec la participation financière de la Commission Loisir et Sport Baie-James.

Pour informations, contactez Louise ou Renée au 819-941-2101.



46^e CARNAVAL de BEAUCANTON

VENDREDI 27 et SAMEDI 28 FÉVRIER 2015

Vendredi 27 fév. **MINI-CARNAVAL** jeunesse

5 à 12 ans De 18h30 à 21h30

(grande salle au bureau municipal) jeux, danse, animation et surprises... **Entrée gratuite**

⇒ Apporte quelques sous pour.....liqueur, chips, chocolat... etc.

Samedi 28 fév. Au Pavillon multifonctionnel

Dès 13h. Démonstration de patinage artistique

Joute de hockey

Patinage libre en famille avec musique d'ambiance

Tournoi de cartes, crible et jeux de société divers



Service de restaurant... Toutes les activités sont gratuites !

☺ Des prix et des surprises seront remis aux participants.

Tirage d'un 3 skis, valeur de \$ 100. (commandite: CANADIAN TIRE)

Soirée dansante avec DJ YAN (entrée : 3 \$)

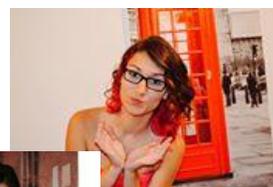
Au sous-sol de l'église 20h. Ouverture de la salle

Couronnement de la Reine 2015 (23h.)

Nos duchesses : **LAURENCE BOUCHARD,**

MIRIAM HARVEY

ROXANNE LAVOIE



Encouragez-les dans leur vente de billets

Tirage 2015 après le couronnement.

Courez la chance de gagner une des 4 cartes-cadeaux

Totalisant \$ 1000.00 chez les marchands suivants :

IGA Boyer, Canadian Tire, Jean Coutu et Entrepôt Deschesnes

BIENVENUE À TOUS !

Votre comité organisateur,

Célyne, Ghislaine, Line, Debbie



VOTRE INFIRMIÈRE DE MILIEU NANCY BUREAU

J'aimerais vous rappeler ou vous faire savoir qu'il existe dans chacune de vos localités des personnes qui ont suivi une formation de **bénévoles secouristes communautaires** et qui sont aptes à vous porter secours au besoin.

Étant donné que les localités de VVB sont desservies par les ambulances de La Sarre, le délai de réponse soignante pour la population en cas d'urgence est allongé, c'est pourquoi ce service a été mis en place et est disponible depuis plusieurs années.

Vos bénévoles secouristes communautaires ont comme objectif de vous apporter le soutien et les premiers secours nécessaires lors de situations problématiques physiques ou psychologiques que vous pourriez vivre en attendant l'arrivée de l'ambulance.

Les personnes désignées ont suivi un cours de premiers répondants de 45 heures comprenant la réanimation cardiorespiratoire. Régulièrement, au fil des ans, leurs connaissances sont mises à jour et ils sont compétents dans l'utilisation de différents matériels de soins, comme le défibrillateur. Sur un lieu d'accident par exemple, vous pourrez les reconnaître par le port de leur dossard orange identifié **Secouriste**.

Le matériel mis à leur disposition dans chacune des localités est le suivant : une trousse complète de matériel de premiers soins, un défibrillateur, 2 bombonnes d'oxygène médical.

Vos bénévoles secouristes communautaires ne sont pas des premiers répondants, ils n'ont donc pas l'obligation d'être disponible 24h/24, mais ils se sont engagés à donner leur numéro de téléphone personnel pour le service et savent qu'il sera publié localement. De plus, si un secouriste est présent à son domicile ou dans sa localité, il est dans l'obligation de répondre aux appels urgents des résidents de sa localité pour leur venir en aide.

Je vous invite à faire appel à vos bénévoles secouristes communautaires qui pourraient rapidement vous porter secours lors d'une situation d'urgence : accident, chute dans la maison ou à l'extérieur, arrêt cardiaque, difficulté respiratoire, etc.

Vos bénévoles secouristes communautaires sont :

Beaucanton

Florent Marcoux 819 788-2112

Villebois

Georges Bergeron 819 941-2296

Jennifer Boucher 819 941-4361

Claire Chabot 819 941-6506

Antony Vandal 819 941-2628

Val-Paradis

Gaetan Lavoie 819 941-2609

Yves Mercier 819 941-2013

Pour de plus amples informations, je vous invite à me contacter au CLCS de Beaucanton au 819 941-3007. C'est avec plaisir que je répondrai à vos questions.

Votre infirmière de milieu,
Nancy Bureau

Compte rendu de la fête des enfants

La fête des enfants fut un succès. Il y eut beaucoup de sourires et d'émerveillement et un père Noël toujours aussi jovial qui a fait la joie des enfants. Toute la population de Valcanton a mis du sien pour réaliser cette belle fête qui ne pourrait exister sans l'aide de vous tous. Du brunch à la musique, aux chants, à l'animation, la fée des étoiles et son équipe, du plus grand au plus petit, un sincère MERCI.

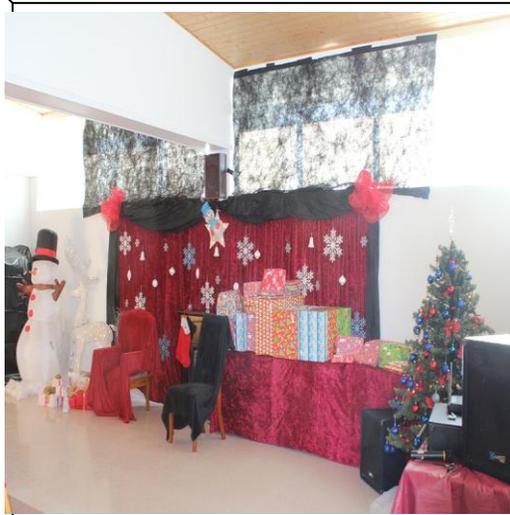
Cette activité a été rendue possible financièrement grâce à la Table régionale de concertation des aînés du Nord-du-Québec.

Louise Chabot

Coordonnatrice des loisirs Valcanton



Marcel Bluteau, père Noël
Kelly-Ann, Fée des étoiles



Salle de l'Église de Val-Paradis

Compte rendu de l'ouverture officielle de l'aréna

C'est le 13 décembre que nous avons inauguré l'aréna et depuis tous en profitent pleinement. La présidente Mme Philippon et M. Elliott le président de Villebois ont coupé le ruban. Les enfants étaient bien excités de pouvoir patiner, on comptait beaucoup d'adultes aussi pour le patinage. Le brunch s'est bien déroulé, l'atmosphère était à la fête et le gâteau à l'honneur. Un gros merci à tous les participants et continuez de venir vous dégourdir à l'aréna.



Sur la photo : Claudine Desgagnées, conseillère, Michel Larouche, conseiller, Cécile Philippon, présidente, Louise Chabot, coordonnatrice en loisirs et Michel Jégou, conseiller.

Faire de la raquette, des heures de plaisirs dès maintenant!

Vous pouvez emprunter **GRATUITEMENT** des raquettes (enfants et adultes) à l'un des comptoirs de prêts situés à **Beucanton et Val-Paradis**.

Voici comment procéder???

C'est simple !

-Se présenter ou appeler pour connaître les disponibilités.

-Fournir une pièce d'identité avec photo (permis de conduire, carte étudiante, etc...)

C'EST GRATUIT

	ADRESSE	JOURNÉE heures d'ouverture
BEUCANTON	Service des loisirs 2709 boul. du Curé Mc-Duff 819-941-2101 819-941-2104	Lundi au vendredi de 8h à 16h30 Possibilité de prêt pour la fin de semaine
VAL-PARADIS	Carrefour Communautaire 2781, Route des Richesses 819-941-2595	Lundi au jeudi 8h à 14h30 Possibilité de prêt pour la fin de semaine

**Service des loisirs de Valcanton
819-941-2104**

RIZ KRISPIES AU CAMEL

Ingrédients

1/2 lb beurre ou margarine (8 oz)
2 tasses cassonade
1 tasse sirop de maïs
1 boîte lait Eagle Brand
12 tasses céréales Rice Krispies

Préparation:

Étape 1

Faire fondre le beurre et la cassonade. Ajouter le sirop de maïs.

Faire cuire à feu moyen. Retirer du feu lorsqu'il y a des bulles.

Étape 2

Ajouter le lait Eagle Brand. Faire cuire à feu doux environ 10 minutes.

Étape 3

Retirer du feu et ajouter les céréales. Déposer dans un plat de pyrex beurré.

ACTIVITÉS À L'ARÉNA DE BEAUCANTON

Les activités à l'aréna vont bon train. Nous sommes bien enthousiastes de la participation locale et très fiers de nos équipes de hockey et de patinage artistique.

Nous avons un club de hockey pour les petits de 7 à 12 ans et les plus grands de 12 à 17 ans. Les équipes s'entraînent régulièrement toutes les semaines et jouent contre Normétal toutes les 2 semaines.

Nous verrons nos équipes à l'œuvre lors du Carnaval le samedi 28 février. Aussi la population aura la chance de voir un spectacle de patinage artistique avant la joute de hockey. Sarah-Jeanne Bouchard fait un travail extraordinaire à enseigner aux petits à patiner et aux plus grandes à se perfectionner en patinage artistique. On vous attend tous en grand nombre pour cette occasion spéciale.

Nous acceptons toujours de nouvelles inscriptions pour le hockey ou le patinage artistique.

Louise Chabot

Coordinatrice en loisirs



DU 5 FÉVRIER AU 15 MARS 2015

SONDAGE 2015

POUR LES USAGERS
DES SENTIERS
RÉCRÉOTOURISTIQUES
ET DES PLANS D'EAU

TIRAGE*
UN CASQUE
DE MOTONEIGE
OU DE QUAD



POUR PARTICIPER :

sq.gouv.qc.ca

* Ce concours est réservé uniquement aux résidents du Québec âgés de 18 ans et plus. Il commence le 5 février et se termine le 15 mars à 23 h 59. L'accès Internet est requis. Un tirage au sort aura lieu au Grand quartier général de la Sûreté du Québec, situé au 1701, rue Parthenais, Montréal le 31 mars 2015. Seuls les participants ayant fourni leurs coordonnées à la fin du sondage auront accès au tirage. La Sûreté du Québec communiquera avec les gagnants pour indiquer où et quand récupérer le prix. La date limite pour réclamer le prix est le 31 mai 2015 à 17 h. Les noms des gagnants seront rendus publics notamment sur les sites Internet des partenaires du concours. Les employés de la Sûreté du Québec peuvent participer au sondage, mais ne sont pas admissibles au tirage. Les casques sont offerts gracieusement par la Fédération des clubs de motoneigistes du Québec et la Fédération québécoise des clubs quads. Pour toute question liée au sondage, veuillez remplir le formulaire : Commentaire et suggestion dans l'onglet Pour nous joindre sur le site Internet de la Sûreté du Québec.

La Semaine de relâche, je me lâche c'est cool !



Activités à l'horaire

Vendredi le 27 Février

18h30 à 21h30

Au gymnase de Beaucanton

Party pyjama, animation, musique et jeux d'habiletés

Concours : Décore une tuque que tu as chez-toi

Sois original et tu pourras gagner des beaux prix

UN CARNAVAL POUR TOI 5 À 12 ANS cantine sur place

Entrée gratuite

Lundi le 2 Mars

10h00 à 16h00

Journée Plein Air au camp de Éric et Raynald Larouche

Rang 4&5 vers Villebois pancarte au chemin

Apporte ton lunch pour dîner, des vêtements chauds et de rechange

Glissade, raquette, course, concours, rallye à motoneige

Toute la famille est invitée. Venez en grand nombre

Mardi 3 Mars

De 10h00 à 15h00

Au Carrefour Communautaire de Val-Paradis

Randonnées en ski de fond. Patinage et jeux extérieurs

Diner au Carrefour. Chasse aux œufs. Tire sur la neige

Mercredi 4 mars

Départ 9 :00h de Beaucanton

Pêche sur la glace au Lac Duparquet

Permis de pêche obligatoire

Apporte ton dîner et des collations

Apporte des vêtements chauds de rechange

Coût \$10.00, 7 ans et plus



Jeudi 5 mars

De 10h00 à 15h00 Aréna de Beaucanton

Rally de Raquette et jeux extérieurs 12h Diner et chocolat chaud!

Patinage libre – Hockey social – Musique

Apporte ton dîner et collations du linge chaud et tes patins

Vendredi 6 Mars

De 13h à 16h, au Carrefour communautaire de Val-Paradis

Petit théâtre Kamishibaï suivi d'un bricolage

Collation et prix de présence. Patinage pour tous

Prévoir des vêtements chauds pour les activités extérieures
Apporte de bonnes collations et une bouteille d'eau
Organisées par les loisirs de Valcanton
Linda et Louise 819-941-2104

**Pour toutes les activités à l'horaire
s.v.p. inscris-toi à l'avance**

Ça me permet de prévoir le matériel pour les activités.

Merci et bienvenue à tous!!

FORMULAIRE D'INSCRIPTION

Journée Plein Air

Théâtre Kamishibai

Raquette Beaucanton

Raquette Val-Paradis

Pêche sur la glace

Ski de fond Val-Paradis

Nom _____

Numéro de téléphone _____

Numéro d'assurance maladie _____

Allergies ou Médication _____

Nom du parent _____

J'autorise mon enfant _____ à
participer aux activités ci-haut inscrit et je dégage de toute
responsabilité la direction les animateurs et volontaires qui
sont présents à ces journées.

Signature du parent _____

Date _____

HORAIRE ARÉNA BEAUCANTON

HEURES	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9h-10h	Patinage libre	Patinage libre	Patinage libre	Patinage libre	Patinage libre	Patinage libre	Patinage libre
10h-13h	Patinage Parent-enfant		Patinage Parent-enfant		Patinage Parent-enfant	Hockey libre	Hockey libre
13h-15h		Patinage Parent-enfant		Patinage Parent-enfant		Patinage libre	Patinage libre
15h-18h	Patinage libre	Patinage libre	Patinage libre	Patinage libre	Patinage libre	Hockey libre	Hockey libre
18h-19h	Patinage artistique débutant		Patinage artistique intermédiaire			Libre	Libre
18h30-19h30		Hockey Atome Pee wee		Hockey Bantam Midget		Libre	Libre
19h-20h	Hockey Bantam Midget		Patinage libre		Hockey adulte mixte	Libre	Libre
19h30-20h30		Hockey libre ados		Hockey libre ados		Libre	Libre
20h-21h	Hockey libre adulte		Hockey libre adulte		Hockey libre adulte	Libre	Libre
20h30-21h30		Hockey libre adulte		Hockey libre adulte		Libre	Libre

Bibliothèque de Beaucanton



Horaire et heure d'ouverture:

Lundi de 13 h à 14 h 30

Mercredi de 18 h à 19 h 30

Vous avez accès gratuitement aux ordinateurs avec haute vitesse pendant les heures d'ouverture.

Si vous avez des demandes spéciales, nous vous offrons la possibilité de commander les livres que vous désirez.

Demander votre numéro d'utilisateur et votre NIP pour visiter le site du Réseau biblio pour consulter votre dossier, faire des réservations et découvrir les livres numériques disponibles.

Nous aurons une nouvelle rotation de livres le 24 mars, venez nous visiter pour voir nos nouveautés.

Inscription gratuite pour tous!

Aucuns frais d'abonnement et de retard de livre.

Bienvenue à tous et bonne lecture

Annie Lavoie Responsable Tel : 819-941-2101

Pour me joindre par courriel : beaucanton@reseaubiblioatnq.qc.ca

MARCHÉ DES VŒUX

Prompt rétablissement à Guylaine Audet

Chère Guylaine, tu es absente du bureau depuis maintenant plusieurs mois déjà, tu ne vois pas à quel point tu manques à toute l'équipe ! C'est dans ces moments-là, particulièrement, que l'on s'aperçoit à quel point ta présence est, non seulement importante pour la localité, mais réconfortante pour notre équipe. Nous espérons donc que les problèmes de santé que tu traverses seront vite un mauvais souvenir et nous te souhaitons un prompt rétablissement. P.S. Prends le temps de te soigner, car Louise fait un travail formidable. France et Renée

Bon retour au travail à Gérald Racine

Cher Gérald, dans le cadre de ce petit message de bonne reprise, nous voulions te faire part de notre soutien et te signifier que nous sommes heureux de te voir retrouver le chemin de la vie professionnelle. Après cette période d'arrêt maladie, il ne doit pas être facile de retrouver le stress quotidien de la vie professionnelle. En ce moment spécial, nous te souhaitons beaucoup de courage, et bon retour dans l'équipe de Valcanton.

Pensée spéciale pour Guylaine Lefebvre

Juste un petit mot pour t'adresser mes vœux chaleureux de prompt rétablissement. Je te souhaite d'aller de mieux en mieux. Renée

CHANGEMENT D'HEURE



NE PAS OUBLIER QUE LE DIMANCHE, 8 MARS NOUS
AVANÇONS L'HEURE.

NEIGE ABONDANTE

Beaucoup de neige s'est accumulée au sol ces derniers mois, lorsque le climat le permettra cette neige va commencer à remplir les fossés lors de la fonte et occasionnera des débordements inévitables en cette future saison printanière.

Afin de minimiser ces problèmes, il est important que vos ponceaux d'entrée de cour soient propres; les embouchures libres de toute obstruction, l'intérieur du ponceau propre et sans accumulation de matériel durci. Il est important de vous rappeler que ces ponceaux sont votre propriété et sont sous votre responsabilité.

Si par malheur un ponceau d'entrée de cour est gelé ou obstrué et qu'il fait déborder le fossé sur le rang, nous allons le dégeler nous-mêmes s'il y a accumulation d'eau ou érosion de la chaussée. Par contre, une facture suivra au nom du propriétaire pour la durée des travaux exécutés pour régler le problème qui aura été créé par votre ponceau.

En espérant que l'hiver finira bientôt, bonne saison !

Éric Côté

Contremaître des travaux publics

GREIBJ-EIJBRG

LOCALITE DE VALCANTON

CALENDRIER DE LA CUEILLETTE DES ORDURES MÉNAGÈRES

ET DES MATIÈRES RECYCLABLES 2015

Collecte des ordures régulières - **débutant à 7 h**

Collecte des matières recyclables - **débutant à 7 h**

Séance ordinaire de la localité de Valcanton à 19h30

Ouverture du dépôt en tranchée - 8h30 à 16h



JANVIER						
D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

MARS						
D	L	M	M	J	V	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

MAI						
D	L	M	M	J	V	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

JUILLET						
D	L	M	M	J	V	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

SEPTEMBRE						
D	L	M	M	J	V	S
		1	2	3	4	5
6	7	8 **	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

NOVEMBRE						
D	L	M	M	J	V	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

FÉVRIER						
D	L	M	M	J	VS	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

AVRIL						
D	L	M	M	J	V	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

JUIN						
D	L	M	M	J	V	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

AOÛT						
D	L	M	M	J	V	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

OCTOBRE						
D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

DÉCEMBRE						
D	L	M	M	J	V	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		