

Décembre 2016

D	L	M	M	J	V	S
				1	2 Goûter des comités	3
4 La Frénésie de Noël	5 19h15 Conseil municipal	6 Ordures Biblio. 19h - 20h	7	8	9	10
11	12	13 Recyclage Biblio. 19h - 20h	14	15	16	17
18	19	20 Ordures Biblio. 19h - 20h	21	22	23	24
25 Noël	26	27 Recyclage Biblio. 19h - 20h	28	29	30	31 Réveillon du jour de l'am

Janvier 2017

D	L	M	M	J	V	S
1	2	3 Ordures	4	5	6	7
8	9 19h15 Conseil municipal	10 Recyclage Biblio. 19h - 20h	11	12	13	14
15	16	17 Ordures Biblio. 19h - 20h	18	19	20	21
22	23	24 Recyclage Biblio. 19h - 20h	25	26	27 Glissade aux flambeaux	28
29	30	31 Ordures Biblio. 19h - 20h				

Saint-Elzéar

D'un rang à l'autre...



Initiation
à la
et cardio

Boxe

collaboration avec EBO



Tout les Lundis et mercredis
au gymnase de L'école des PARCHEMINS



Bienvenue à tous!

- Information générale p. 2
- Initiation et cardio-boxe p.3

- Bibliothèque
- Conseil de la Fabrique
- Club 50 ans et + p.4

- Trucs et Astuces p.10
- Commerces
- Conseil Municipal p.11

- Comité Renaissance
- Comité des fêtes et des loisirs p.5

- Guignolée p.6
- Glissade aux flambeaux p.7
- Comité de l'Église p.9



**Une passion à découvrir...
le bénévolat!**

Actif depuis avril 1992, le Centre d'action bénévole Région Témis est le carrefour de l'action bénévole et de l'entraide communautaire dans son milieu.

Toujours préoccupé par la promotion de l'action bénévole dans les différents secteurs de l'activité humaine et désireux de répondre aux besoins du milieu, nous sommes très fiers de vous présenter nos activités et services.

Services à la population :

1. Visite amicale
2. Téléphone sécuritaire
3. Téléphone amical
4. Service de sécurité à domicile
5. Repas communautaire
6. Popote roulante
7. Centre de documentation
8. Ateliers « Maître de ses choix »
9. Aide aux formulaires
10. Aide à la vie domestique
11. Accompagnement – Transport

Centre d'action bénévole Région Témis
465, avenue Gagné, Dégelis (Québec), G5T 1E8
418 853-2546

Bonjour,
Je vous informe que pour les prochains journaux, nous avons ajouté une partie réservée pour les commerces de St-Elzéar. Une publicité par année, tout en respectant les besoins et les droits de chacun. Pour information : Andrée-Anne Caron au 418 854-7690 poste 4742 ou info@saintelzear.ca



f Del Sol • marisoldelsol@gmail.com

Conseil Municipal

Tous les premiers lundis du mois, vous êtes invités à assister au Conseil municipal, question de vous tenir informés des derniers dossiers.

Les prochaines réunions du Conseil municipal auront lieu les lundis 5 décembre 2016 et 9 janvier 2017, au chalet de services à 19h15. Bienvenue à tous !

Pour toutes questions, communiquez avec le bureau municipal de Saint-Elzéar de Témiscouata :
Du lundi au jeudi, de 8h à 16h30, au 209, rue de l'église,
418 854-7690 ou admin@saintelzear.ca



Pour le prochain journal des mois de février - mars 2017,
j'aimerais avoir vos textes pour le 23 janvier. Merci

Nous vous présentons quelques **trucs** pratiques pour éliminer ces petits tracés bien spécifiques à la période **hivernale** :

1. Pour avoir des chaussures hydrofuges, procurez-vous une petite chandelle à réchaud et frottez vigoureusement vos souliers. Passez ensuite le séchoir à cheveux à haute intensité jusqu'à ce que la cire fonde.
2. Lorsqu'il tombe une neige poudreuse, optez pour un balai plutôt qu'une pelle - Vous enlèverez la neige dans le temps de dire, sans effort.
3. Si vous devez pelleter de la neige collante, vaporisez une huile en spray (ex : Pam) sur toute la surface de la pelle avant de débiter le travail.
4. Pour activer un thermostat qui est protégé par une boîte (comme c'est le cas dans les milieux de travail), sachez que vous pouvez le faire démarrer en ajoutant un sac avec quelques glaçons sur le dessus de la boîte. Vous gagnerez ainsi quelques degrés de chaleur.
5. La prochaine fois que vous avez des symptômes de rhume ou de grippe, tentez la "recette" suivante : Mélangez 1/2 tasse de bicarbonate de soude avec 1 tasse de fécule de maïs, 5 c. à table d'onguent Vicks et 2 c. à table d'eau. Mélangez bien et déposez le mélange dans un bac à cubes de glace et conservez-le au congélateur. Pour soulager vos symptômes dans la douche, placez une "barre Vicks" dans le savonnier et vaporisez-la avec un jet d'eau chaude afin de dégager les vapeurs bienfaisantes.
6. Pourquoi payer pour des pads chauffants pour les mains lorsque vous pouvez en faire à la maison : Remplir une petite chaussette propre avec du riz et faites un nœud. Placez-la dans le four à micro-ondes pendant 30 secondes et servez-vous en pour réchauffer vos mimines :)
7. Si vous êtes gelé à l'heure du dodo ou que votre lit est glacé, passez le séchoir à cheveux sous les couvertures avant de dormir.



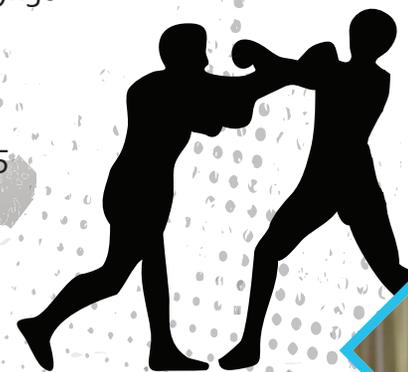
Source : <http://www.trucsetbricolages.com>

L'initiation à la boxe consiste à l'entraînement du boxeur. Nous enseignons le respect, le contrôle de soi, le caractère et l'esprit sportif. Le plaisir et la sécurité sont une priorité. C'est pourquoi des ateliers éducatifs connexes à la boxe sont utilisés. Le programme comprend des exercices d'endurance cardiovasculaire et musculaire; des exercices de coordination, de souplesse et d'agilité.

Cardio-boxe, pour ceux qui souhaitent bouger, avoir plus d'énergie, apprendre les techniques de boxe et avoir du plaisir! Entraînement de boxe sans combat qui vise la mise en forme physique complète. Durant l'entraînement, vous allez travailler votre système cardiovasculaire, renforcer vos abdominaux, raffermir vos muscles, perdre du poids ou gagner en masse musculaire. Vous apprendrez les véritables mouvements de boxe toujours en fonction du rythme de chaque personne.

Plus de 27 enfants et 10 adultes s'entraînent présentement avec Fay Chabot, double championne canadienne juvénile. Tous les lundis et mercredis, de 18h30 à 19h30

Information :
Fay Chabot
418 894-6605



Pour tout renseignement ou pour passer un message, communiquez avec
Andrée-Anne Caron 418 854-7690 poste 4742 ou info@saintelzear.ca

Il y a plusieurs "nouveauautés" à votre disposition dans notre collection locale : c'est une des plus originales du coin. Si vous désirez un titre en particulier, nous vous le ferons parvenir.

Horaire régulier : le mardi soir, de 19h à 20h.

Horaire scolaire : (à 14hres)

Décembre 2016, mardi le 6 et mardi le 20

Janvier 2017, jeudi le 12 et vendredi le 27

Février 2017, jeudi le 9 et vendredi le 24

Information : Bibliothèque **418 854-5928**

Thérèse Sirois **418 854-5690**



Conseil de la Fabrique

Tous les dimanches, il y a la messe à l'Église, à 11h.

Le 11 décembre à 11h30 après la messe, il y aura une élection pour compléter le conseil des marguilliers. Pour tous les intéressés dans la gestion des avoirs de la fabrique, deux (2) postes sont ouverts en remplacement de M. Louis Deschênes et M. Gérald Morin.

Pour information au sujet des offices du temps de l'avent et de Noël, vérifiez le feuillet paroissial. Vous le trouverez à la Caisse Desjardins, à la pharmacie et dans les dépanneurs.

Information : M. Magella Fortin **418 854-5881**

Club des 50 ans et plus

Le comité recherche des personnes intéressées à l'amélioration de la vie des cinquantenaires (et plus) de notre municipalité : préparer des projets, agir conjointement avec d'autres comités, apporter des idées nouvelles, améliorer certains points de vue, travailler en équipe.

Information : Thérèse Sirois **418 854-5690**



Résultats du 10e Brunch De l'Action de Grâces...

Dimanche le 9 octobre dernier se tenait notre brunch annuel à l'édifice Rosa D. Lavoie. Ce sont 85 personnes qui se sont rassemblées afin de prendre un repas communautaire, encore une fois de grande qualité. Cet événement nous a permis de faire un bénéfice frôlant les 2000 \$. Nous remercions toutes les personnes qui se sont déplacées pour nous encourager.

Comme à l'habitude, les gens ont été extrêmement généreux lors de la traditionnelle criée des produits du terroir. Malgré la petite assistance nous avons encore réussi à amasser plus de 700 \$.

Finalement je ne peux nommer individuellement tous les bénévoles, mais je souligne ainsi leur généreuse implication.

MERCI aux dames qui ont cuisiné les fèves au lard et les patates à Bernard durant de longues heures.

MERCI à la faiseuse de pain de ménage.

MERCI aux bénévoles fourmillantes dans la cuisine pour la présentation des desserts, des salades et des viandes.

MERCI au chef pour la cuisson des douzaines d'œufs de toutes sortes.

MERCI aux dames qui nous ont fourni des desserts maison.

MERCI à la légendaire faiseuse de galettes blanches au glaçage au sucre à la crème.

MERCI aux organismes locaux qui nous appuyé financièrement.

MERCI aux gens des tables de service distribuant et présentant les nombreux plats.

MERCI aux faiseuses de tartes au sucre et au sirop d'érable.

MERCI à l'argentier de la criée.

MERCI aux personnes à l'accueil, aux cabarets, à la vente des moitié-moitié.

MERCI aux gens qui ont patiemment lavé les montagnes de vaisselle.

MERCI aux gens pour la préparation de la salle.

MERCI aux donateurs des produits de la criée.

MERCI à mesdames Raymonde Côté-Lavoie et Thérèse Sirois pour avoir été, encore une fois, d'une précieuse aide pour la planification de cet événement.

Réjean Deschênes, pour l'équipe de bénévoles du brunch de l'Action de Grâces.

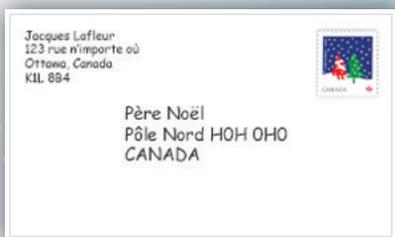
Tous les enfants ont été sages et peuvent rédiger une lettre! Les lutins des postes sont prêts à donner un coup de main au père Noël pour répondre aux lettres rédigées en plus de 30 langues, y compris le Braille!

Il y a trois grandes règles à respecter pour l'envoi d'une lettre au père Noël :

- 1- Assurez-vous d'inscrire votre adresse de retour complète. Le père Noël sait où vous habitez, mais ses lutins des postes ont besoin de ces renseignements pour livrer sa réponse.
- 2- Le père Noël aime surtout connaître les sports préférés de votre enfant, ses blagues, activités scolaires ou familiales – même si papa ou maman aide à la rédaction. Il raffole surtout des dessins que lui envoient ses jeunes correspondants!
- 3- Envoyez votre lettre sans tarder. Les lettres au père Noël doivent être envoyées au plus tard le 14 décembre; oui, c'est loin le Pôle Nord!

Source : www.postescanada.ca/perenoel

**Vous pouvez aussi
téléphoner au Père-Noël!
1-514-286 4789**



La « soirée du chevreuil » a été une très grande réussite. Plus de 140 personnes ont eu une soirée merveilleuse avec Sébastien Ouellet. Un très grand MERCI aux participants, aux commanditaires et aux bénévoles.

Voici les gagnants 2016:

- 1- Cerf roux (550\$) Katy Nadeau
- 2- Lionel Charest et fils (300\$) Ginette Fortin
- 3- Marché Richelieu, JP Labonté (300\$) David Soucy
- 4- Excursion de pêche Lac Témiscouata (240\$) Berthier Thibault
- 5- J.-A. St-Pierre (200\$) Place du travailleurs
- 6- Épicerie Chez Nancy (150\$) Pierre Dupuis
- 7- M. Cosette (150\$) Éric Thibault
- 8- Coin du sport (150\$) Marie-Eve Lavoie, Annie Rioux
- 9- Roger A. Pelletier (150\$) Rémi Lévesque
- 10- C.A. Sport (75\$) Marco Michaud
- 11- Cabano fleuriste (50\$) Rino Chouinard
- 12- Distribution Rioux (50\$) Karl Déry

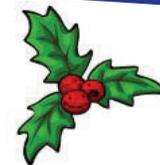


Pour information :

Jean-Rock Deschênes **418 854-3252**

Comité des fêtes et des loisirs

LA FRÉNÉSIE DE NOËL



Le comité vous invite à la Frénésie de Noël qui aura lieu le 4 décembre entre 14h et 16h à la salle Rosa D. Lavoie.

Le père Noël distribuera des cadeaux aux enfants inscrits et présents seulement.

Marie-Claude **418 854-5654** ou
Helene Durette **418 854-7648**.



Cette année, participons à

La Guignolée de Noël de St-Elzéar

3^e édition

Samedi le 26 novembre de 10h à 16h

L'équipe de La Guignolée passera aux maisons pour ramasser vos dons

Vous pouvez aussi déposer vos dons (argent ou denrées) jusqu'au 8 décembre au bureau municipal (dans l'église) : du lundi au jeudi de 8h30 à 16h30



UN PANIER SERA REMIS À CHAQUE FAMILLE, COUPLE OU PERSONNE SEULE HABITANT À ST-ELZÉAR, VIVANT UNE SITUATION DÉLICATE ET AYANT FAIT UNE DEMANDE. JUSTE À TEMPS POUR PASSER UN JOYEUX NOËL !

EXEMPLES DE DONS ACCEPTÉS :

- Pâtes alimentaires, riz, farine
- Céréales, craquelins, biscuits, croustilles
- Conserves : soupes, fruits, légumes, sauces, viande, poisson et légumineuses.
- Mouchoirs, essuie-tout, papier hygiénique
- Articles d'entretien ménager

Les dons en argent sont fort appréciés! Ils serviront à compléter les paniers avec des aliments frais.

DONS NON-ACCEPTÉS :

- Conserves maison
- Produits laitiers
- Viande, poisson
- Produits surgelés

POUR RECEVOIR UN PANIER :
Veuillez en faire la demande le plus tôt possible auprès de M. Yan Marceau au 418-714-4044, au plus tard le 7 décembre.



Graphisme : graphisme Del Sol

GLISSADE AUX FLAMBEAUX

Organisé par le comité des fêtes et loisirs

Vendredi, le 27 janvier 2017, dès 19h
au centre des loisirs de Saint-Elzéar
C'est GRATUIT venez vous amuser en famille!

Apportez vos traîneaux
et venez glisser avec nous.
Chocolat chaud sur place.



Pour informations :
Marie-Claude St-André
418 863-3442
Hélène Durette
418 854-7648

PLAISIRS
D'HIVER