



L'ÉCHO DE ST-FRANÇOIS

Journal Communautaire de Saint-François

Vol. 7 n° 1

SOMMAIRE

- L'origine de Noël* ***** 3
Bibliothèque du Rocher ***** 5
La Francolière ***** 7
Avant de prendre la route ***** 8,14, 32
Chronique pastorale ***** 9
Le Cercle de Fermières ***** 11
La recette des Fermières ***** 11-12
Club Motoneige Le Petit Canton *** 13
De la visite appréciée ***** 15
Conte de Noël ***** 16
L'Arc-en-ciel ***** 18
Les jeux de L'Écho ***** 19
Au fil des jours ***** 20
L'Écho municipal ***** 21-31
Les petites annonces ***** 33



décembre

1999



C.P. 321
Saint-François (Québec) — GOR 3A0

Tél. et fax: 418-259-2177

courrier électronique: echosf@globetrotter.net

V E U I L L E Z N O T E R

La date de remise des articles, des publicités et des petites annonces est

le **13** de chaque mois

ADMINISTRATEURS

Raynald Laflamme	Président	259-2659
Lorraine Lamonde	Vice-présidente	259-2433
Laurence Hallé	Trésorière	259-2982
Valérie Savoie	Secrétaire	259-7536

DIRECTEURS

Réjean Cloutier	259-2567
Conrad Lamonde	259-7295
Gary Gendron	259-7498

Publicité

Réjean Cloutier

Petites annonces

Laurence Hallé

Maquette et mise en page

Raynald Laflamme, Gary Gendron

Photo première page

Click Art, retouchée dans Photoshop

Traitement de l'information textuelle

Valérie Savoie

Louise Bonneau

Correction

Peggy Gendron, Lory Gendron, Nicole Couture,
Isabelle Collin

Assemblage

Lorraine Lamonde, chef d'équipe

Abonnement

Conrad Lamonde

Impression

Imprimerie Bernier, Montmagny

Journal *réalisé*
bénévolement
ST-FRANÇOIS *communautaire*

Les lettres ou articles doivent être dûment signés par leur auteur.

Le journal n'assume aucune responsabilité quant aux idées émises dans ses différentes composantes.

De plus, le journal se réserve le droit de rejeter toute lettre à caractère libelleux ou encore de l'abréger ou de la corriger avant publication.

TARIFS PUBLICITAIRES

	COÛT MENSUEL	COÛT ANNUEL
Carte d'affaires	10,00\$	96,00\$
1/4 page	15,00\$	144,00\$
1/2 page	30,00\$	288,00\$
1 page	50,00\$	480,00\$
Petite annonce	2,00\$	
ABONNEMENT		
ANNUEL EXTÉRIEUR	3,00\$	24,00\$
GRATUIT POUR TOUS LES RÉSIDENTS DE SAINT-FRANÇOIS		

N^{os} de téléphone importants

Ambulance	-----	911
CLSC Antoine-Rivard	-----	248-1518
Feu	-----	911
Municipalité	-----	259-7228
Centre anti-poison du Québec	-----	1-800-463-5060
Tel-Jeunes	-----	1-800-263-2266

AMECO Association des
médias écrits
communautaires
du Québec

Distri/bution
Asser/mentée

AVDA

RPM média
réseau de
COMMUNAUTAIRE

Dépôt légal: Bibliothèque Nationale du Québec et du Canada



L'origine de Noël

L'histoire de Noël est connue et transmise depuis des centaines d'années. Si l'événement que je vais te raconter n'avait jamais eu lieu, tu ne fêterais pas Noël chez toi. Le Père Noël et moi n'existerions probablement pas. C'est l'histoire de la naissance de Jésus.

Il y a environ 2000 ans, dans une ville très loin d'ici, à Nazareth, vivaient Marie et Joseph. Joseph était charpentier et Marie, la femme qu'il aimait, attendait un enfant envoyé par Dieu. Un jour, Joseph dit à Marie : « Il faut que nous partions à Bethléem pour le recensement, car nous devons nous rendre à l'endroit où nous sommes nés. C'est un ordre de l'empereur romain. »

Quelques jours plus tard, Marie et Joseph quittèrent leur maison. Ils voyagèrent à dos d'âne. En arrivant à Bethléem, ils ne trouvèrent pas de chambre pour passer la nuit à cause du nombre inhabituel de visiteurs venus à Bethléem pour le recensement. Ils cherchèrent longtemps un endroit où dormir et ils s'installèrent finalement dans une étable.

Marie savait que son bébé allait bientôt naître. Elle s'allongea dans la paille et c'est là que l'enfant naquit. C'était un garçon et Marie le prénomma Jésus, comme Dieu le lui avait demandé. Jésus signifie « Dieu nous vient en aide ».

C'est ainsi qu'une femme comme les autres, mais pourtant unique, donna naissance à un enfant ressemblant à tous les autres. Cependant, la naissance de Jésus influença énormément l'histoire du monde.

Voilà pourquoi nous fêtons Noël : c'est la fête de la naissance de Jésus.

Source : <http://www.quebectel.com/noel>

☎ 418-259-2982

Laurence Hallé

TECHNICIENNE EN ADMINISTRATION

☛ Tenue de livre

☛ Impôt, etc.

1222, BOUL. ST-FRANÇOIS OUEST, SAINT-FRANÇOIS, G0R 3A0

Salon
KAPO
4, rue Boivin, Saint-François
Québec - G0R 3A0
418 - 259-7117

Coiffure
Elle et Lui
Carole Guillemette

RESTAURANT L'ARRÊT Stop

Autoroute 20 Sortie 364
Berthier-sur-Mer/St-François
259-7704

➤ Menu du jour

➤ Commande à emporter

➤ Pizza

➤ Mini-dépanneur ➤ Loto-Québec ➤ Diesel

➤ Salle semi-privée jusqu'à 40 personnes



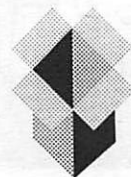


BOUCHERIE
Richard
Morin

Service d'abattage • Produits maison • Viande de choix

602, Chemin St-François Ouest
Saint-François, G0R 3A0
Tél.: (418) 259-7783

**SPÉCIAUX EN MAGASIN
TOUTES LES SEMAINES**



E M B A L L A G E S



Tél.: 418-259-7710 Saint-François (B.P. Morigeau)
Fax: 418-259-7725 Montmagny, Québec
GOR 2G0

AUTOPRO

CARROSSERIE

GARANTIE NATIONALE
tant que vous êtes
propriétaire
de votre véhicule

- ➔ Service de «Frame master»
- ➔ Voitures de courtoisie
- ➔ Installation de pare-brise
- ➔ Estimation gratuite

*Votre véhicule est votre fierté
Votre satisfaction est la nôtre!*

GARAGE FERNAND LANGLOIS ET FILS

174, 4^e Rue, Montmagny
Tél.: 418-248-5622, Rés.: 418-248-6072
Fax: 418-248-7071

PLUS DE 39 ANS D'EXPÉRIENCE



TERRASSEMENTS
Jonck
& Frères inc.

- EXCAVATION
- TERRASSEMENT
- DRAINAGE
- NIVELAGE

- Choix varié de matériel naturel, tamisé, concassé
- Terre noire
- Sable et gravier
- Pierre

ESTIMATION GRATUITE

15 ANS D'EXPÉRIENCE
INFORMEZ-VOUS

- Vente et installation de fosses septiques
- Représentant — installateur autorisé système



Rés.: Martin
248-2585
241, route Normandie,
Montmagny
Pag.: 241-7485
Rés.: Rémi
248-6889

Tél.: bur.: 418-248-2585

Fax: 418-248-8387

Rés.: Daniel
248-7818



Le départ d'un bénévole assidu

Merci
Christian

À la suite d'événements hors de notre contrôle, nous avons dû accepter avec regret le départ de Christian Collin. Il travaillait depuis près de six années à la Bibliothèque du Rocher. Christian a été un bénévole assidu qui n'avait pas peur de donner de son temps pour le bon fonctionnement du système informatique.

Nous te remercions sincèrement pour ta patience et ton dévouement. En espérant pouvoir retravailler avec toi! Un sincère merci de la part de l'équipe de la Bibliothèque du Rocher.

Horaire pour la période des Fêtes

Prenez note que la bibliothèque sera fermée du 26 décembre au 5 janvier inclusivement. Il y aura reprise de l'horaire habituel le 9 janvier 2000.

Nouveaux volumes.

Voici des nouveaux volumes qui sauront vous intéressés:

- *Les fiancées de l'enfer*
- *Femmes d'honneur Tome III*
- *Le bal de coton*
- *Bonheurs dérobés*
- *Les dires d'un homme de parole de Michel Chartrand*
- *La vie à mort de Pauline Julien,*
- *Roméo et Juliette*

Bienvenue

C'est avec grand plaisir que nous accueillons deux nouvelles bénévoles: Mesdames Edith Paré et Solange Laflamme. Nos meilleurs voeux vous accompagnent.

À vous tous chers lecteurs et à toute la population les bénévoles de la Bibliothèque du Rocher vous souhaitent une très agréable période des Fêtes.

Diane Gendron

*Au nom de toute
l'équipe de Garant,
nos souhaits
chaleureux de
bonheur,
de santé et
de prospérité
à vous et à vos
proches,
à l'occasion de Noël
et du Nouvel An!*



Variations toponymiques sur le thème de Noël

Noël est une période joyeuse, un temps pour célébrer et propager la bonne nouvelle. Il n'est donc pas étonnant qu'un grand nombre de mots et d'expressions associés à cette fête soient appliqués à des entités géographiques du Canada.

Dans les forêts profondes du centre du Nouveau-Brunswick, un ruisseau turbulent porte le nom de North Pole Stream (ruisseau du pôle Nord). Ce sont des bûcherons qui l'ont baptisé ainsi au milieu du XIXe siècle, soit que ce lieu constituait le point le plus au nord où ils ont fait la coupe du bois, soit qu'il faisait très froid au voisinage de la source du cours d'eau.

En 1964, Arthur F. Wightman, qui représentait alors le Nouveau-Brunswick au Comité permanent canadien des noms géographiques, donna le nom de North Pole Mountain (montagne du pôle Nord) à une hauteur de 210 mètres située à la source du cours d'eau, par analogie avec la maison légendaire du Père Noël. Cette élévation de terrain était flanquée d'un pic qu'il baptisa Mount St. Nicholas. Décidément inspiré par le thème de Noël, il eut l'idée de nommer huit monts avoisinants d'après les fidèles rennes du Père Noël. C'est ainsi qu'à droite du mont St. Nicholas (vers l'aval) se dressent une série de montagnes répondant aux noms de Mount Dasher, Mount Dancer, Mount Vixen, Mount Prancer et Mount Comet; et à gauche, Mount Blitzen, Mount Donder et Mount Cupid.

Wightman tira ces noms du célèbre poème de Clement Moore intitulé A Visit from St. Nicholas, dont on connaît surtout les premiers vers : «Twas the night before Christmas, when all through the house ...» Publiée anonymement pour la première fois en 1823 dans le Sentinel de Troy, N.Y., l'oeuvre fut rééditée dans le Globe de Toronto en 1854 sous le nom de Moore. Dans la version du Globe, il est question de Dunder et Blixen, et Vixen devient Nixen!

Toujours dans le même thème enchanteur, Wightman proposa de rendre hommage au renne le plus célèbre de tous, Rudolph, le p'tit-renne-au-nez-rouge. Mais on lui expliqua que ce nom «sentait trop le commercial» et qu'il n'était pas consacré par un usage de longue date dans la littérature de Noël. Il n'y a donc pas de mont Rudolph au Nouveau-Brunswick.

Au Québec, plusieurs entités géographiques et lieux habités portent les noms de Saint-Nicolas et de Saint-Noël, dont la relation avec la fête de Noël est,

dans certains cas, indubitable. De nombreux lacs et autres entités s'appellent Noël. Près de Joliette, au nord-est de Montréal, une ville s'appelle L'Épiphanie. La municipalité de Biencourt, à l'est de Rivière-du-Loup, s'appelait autrefois La Nativité.

Source : Rayburn, Alan (1994) : Extrait de Naming Canada - stories about place names from Canadian Geographic. University of Toronto Press, Toronto, p. 118-122.



JOACHIM LAFERRIÈRE
ÉLECTRICIEN INC.
ENTREPRENEUR ÉLECTRICIEN

RÉSIDENTIEL, COMMERCIAL ET INDUSTRIEL

- Service de nacelle • Téléphonie résidentielle

4, 3^e Avenue
Saint-Raphaël
G0R 4C0

TÉL.: 418-243-2074
FAX: 418-243-2157



PRODUITS MÉTALLIQUES ROY
inc.

52, boul. Morigeau
St-François, Montmagny, Qc G0R 2G0

Tél.: (418) 259-2711

Fax: (418) 259-2931

**FABRICATION DE MOBILIERS DE MAGASIN
ET COMPOSANTES DE MÉTAL SUR MESURE**





Les Mention d'excellence de La Francolière

Bonjour, de nouveau

En ce mois de décembre, le conseil des élèves a préparé et organise aussi présentement plusieurs projets pour notre école.

D'abord, tous les élèves de l'école participeront à une exposition

sur Noël afin de souligner l'arrivée du nouveau millénaire. Chaque classe devra décorer une partie du vestiaire avec des réalisations à deux ou à trois dimensions. Dans le prochain journal, vous pourrez voir des photos. C'est donc à suivre...

Deuxièmement, un de nos projets qui se déroulera durant cette année scolaire sera le parrainage. Certains élèves responsables de 5^e et de 6^e année parraineront les plus petits de maternelle, de 1^{ère} et de 2^e année pour les aider à régler leurs conflits avec les autres. Quel beau défi!

Je profite de l'occasion pour vous souhaiter un Joyeux Noël !

Étienne Morin, aidé par Laurence

Nous venons dernièrement de terminer une première étape dans notre année scolaire. Nous avons réalisé de nouveaux apprentissages en travaillant fort et en étudiant bien. Pour souligner ces efforts constants, monsieur le directeur, Michel Greffard, a remis des mentions d'excellence aux élèves qui se sont distingués et ce pour tous les niveaux scolaires.

Maternelle

Performance:David Blais
Effort:aucun
Comportement:Patricia Corriveau

1ère année

Performance: . . .Gabriel Tanguay
Effort:Mylène Blais
Comportement:Tommy Bélanger-Thibault

2e année

Performance:Sabrina Blais
Effort:Félix Paré
Comportement:Audrey Bonneau

3e année

Performance:Marie-Philippe Lesieur
Effort:Pascal Létourneau
Comportement:Anthony Gendron

4e année

Performance:Jean-François Blais
Effort:Rosalie Lehouillier
Comportement:Jérôme Blais

5e année

Performance:Jessica Létourneau
Effort:Olivier Fiset
Comportement:Jérôme Boissonneault

6e année

Performance:Laurence Bombardier-Cauffopé
Effort:Étienne Morin
Comportement:Dominique Dorval
Il est important de féliciter à nouveau ces élèves pour leur excellent travail. Voilà la clé du succès! Nous sommes fiers de vous.
Bravo!

Vente et adm.: 418-259-7721
Fax: 418-259-7725

Québec: 1-800-463-7022
Ontario et Maritimes: 1-800-463-7050



MORIGEAU · LÉPINE

25, rue de L'Étang
Saint-François, (B.P. Morigeau)
Cté Montmagny, G0R 2G0



Avant de prendre la route...

Comme plusieurs d'entre vous quitteront la région pour visiter leurs proches dans le temps des Fêtes, L'Écho publie une courte série d'articles tirés de la brochure *Conduire au Québec* publiée par le Ministère des Transports. Les informations qui y sont contenues vous donneront plusieurs conseils pour que vos déplacements sur les routes se fassent de façon sécuritaire. Alors, bonne route et Joyeux Noël.

S'informer avant de partir

État des routes et météo pour chaque région

ALMA	(819) 564-5702	TROIS-RIVIÈRES
(418) 669-5055	CHIBOUGAMAU	(819) 371-5200
AMOS	(418) 748-4962	HULL
(819) 732-6269	CHICOUTIMI	(819) 953-1907
BAIE-COMEAU	(418) 545-6642	IBERVILLE
(418) 589-6911	DRUMMONDVILLE	(450) 346-7068
BEAUCEVILLE	(819) 472-2040	JOLIETTE
(418) 774-4655	GASPÉ	(450) 752-5353
CARLETON	(418) 368-5378	JONQUIÈRE
(418) 364-6383	GRANBY	(418) 548-0865
LASARRE	(450) 777-3424	KAMOURASKA
(819) 333-5043	PORT-CARTIER	(418) 862-5010
LA TUQUE	(418) 766-7151	SAINT-FÉLICIEN
(819) 523-6555	QUÉBEC	(418) 679-8690
MIRABEL	(418) 648-7766	SAINT-HYACINTHE
(450) 476-3028	RIMOUSKI	(450) 771-2106
MONT-LAURIER	(418) 722-3081	SAINT-JOVITE
(819) 623-5037	RIVIÈRE-DU-LOUP	(819) 425-1070
MONTRÉAL	(418) 862-5010	SALABERRY-DE-
(514) 283-3010	ROUYN-NORANDA	VALLEYFIELD
SEPT-ÎLES	(819) 762-2878	(450) 370-3081
(418) 962-5339	TADOUSSAC	VAL-D'OR
SHAWINIGAN	(418) 235-4771	(819) 825-4071
(819) 537-4140	TÉMISCOUATA	VICTORIAVILLE
SHERBROOKE	(418) 862-4375	(819) 752-3064

Vous pouvez aussi obtenir ces informations sur Internet aux adresses suivantes:
www.mtq.gouv.qc.ca/etat_routes ou
www.wul.qc.ec.gc.ca/meteo.

Source: Ministère des Transports

Suite à la page 14

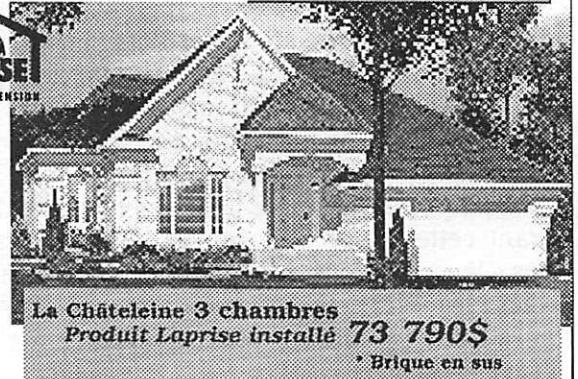
Nous concevons et fabriquons
«votre» maison ou chalet pré-usiné

Offrez-vous la garantie de:

- maison sur mesure
- budget respecté
- support technique complet du début à la fin
- service après-vente personnalisé
- confiance et fiabilité

Produit Laprise inclus:

- Charpente
- Portes et fenêtres
- Isolation
- Finition intérieure et extérieure
- Armoires

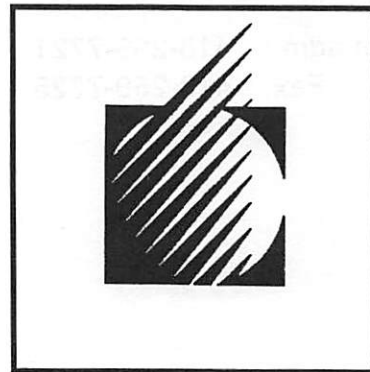


La Châteleine 3 chambres
Produit Laprise installé 73 790\$
* Brique en sus

Pour rendez-vous demandez Luc Gaudreau

240, des Ateliers, Montmagny
autoroute 20, sortie 376
248-0401/1-800-463-1107

Heures d'ouverture
du lundi au jeudi: 9h à 21h
vendredi et samedi: 9h à 16h



LOUIS-M. GARANT
CONSULTANTS INC.

Spécialiste en Marketing

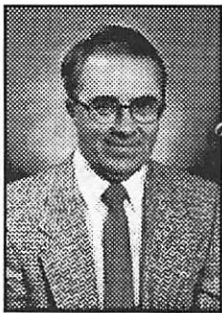
Parainnage d'entreprises

Catalogues électroniques sur Internet ou sur CD

2, rue Boivin, St-François QC G0R 3A0

Tél.: 418 259 2616





Le Jubilé de l'an 2000 ... et quoi après

Alors que le discours prévalant sur l'an 2000 invite à l'excitation, à l'énerve-ment et même à la terrorisation, le Jubilé invite plutôt à l'intériorisation, à la concentration et au repositionnement de sa vie et des valeurs qu'il'animent.

Voici en dix questions, le sens profond et originel de cet événement, qui arrive de par sa nature une fois par mille ans et dont nous serons bientôt les témoins vivants:

1. Que signifie le mot Jubilé?

Jubilé vient du mot «jobel» qui, dans la Bible hébraïque, désignait d'abord le bélier, puis la corne du bélier utilisée pour annoncer, tous les cinquante ans, une année exceptionnelle consacrée à Dieu.

2. D'où vient le Jubilé?

Le Jubilé a son origine dans une loi du Lévitique (25,8-10). Cette loi demande au peuple d'observer tous les sept ans une année sabbatique et de célébrer une année jubilaire après sept années sabbatiques, autrement dit après sept semaines d'années (7 X 7 = 49), donc chaque cinquantième année.

3. En quoi devait consister l'année jubilaire?

L'année jubilaire devait s'accompagner de quatre mesures sociales (dont les trois premières valaient aussi pour l'année sabbatique): 1) le repos de la terre; 2) la libération des esclaves; 3) la remise des dettes; 4) l'affranchissement des propriétés.

4. La loi du Lévitique a-t-elle été suivie?

Non, car l'année sabbatique, telle qu'elle était définie dans la loi de Moïse, n'a jamais été respectée au cours de l'histoire biblique.

5. Jésus a-t-il parlé de l'année jubilaire?

Non seulement il en a parlé, mais il l'a proclamée lors de la lecture d'Isaïe dans la synagogue de Nazareth: «Il m'a envoyé ... annoncer une année de bienfaits accordée par le Seigneur» (Lc 4,19), Mais la mise en œuvre d'une année jubilaire dérangeait - comme dérangeait tout ce que disait et faisait Jésus.

6. Quand a été célébré le premier Jubilé chrétien?

Le premier Jubilé de l'histoire chrétienne a été ouvert solennellement en 1300 par le pape Boniface VIII en réponse au désir des milliers de pèlerins accourus à Rome pour vénérer le tombeau de Pierre.

7. Quelle est l'histoire des Jubilés chrétiens?

Depuis 1300, les années jubilaires ont été célébrées avec plus ou moins de régularité. Décrété par Jean-Paul II en 1983 pour le 1950e anniversaire de la Rédemption, le dernier Jubilé a été un Jubilé extraordinaire.

8. Quand et comment débute le Jubilé de l'an 2000 ?

Il commence dans la nuit de Noël 1999 par l'ouverture de la porte sainte de la basilique Saint-Pierre et se termine le 6 janvier 2001, jour de l'Épiphanie.

9. À quoi sont appelés les chrétiens durant l'année jubilaire?

L'année jubilaire est un moment privilégié pour se convertir et se réconcilier: «Que la foi se ranime, écrit Jean-Paul II, que l'espérance grandisse, que la charité devienne toujours plus active!»

10. En 2000, sommes-nous bien en 2000?

Depuis le moine Denys le Petit, nous comptons les années à partir de la naissance de Christ: nous sommes en l'an 2000 de l'ère chrétienne. En fait, Denys s'était trompé et les historiens estiment que Jésus est né entre -7 et -4.

Ne nous laissons pas impressionner par les peurs, les menaces qui sont de nature médiatique (Les médias en général sont friands des terreurs, de malheurs, ils s'en nourrissent largement et remplissent leurs coffres.) On a accusé autrefois l'Église de faire marcher son monde par la peur et la crainte: on a appelé cela le temps de la grande noirceur; l'Église s'est tassée et sur-le-champ toute une faune s'est précipitée sur la dépouille pour faire le même jeu, en sorte que la noirceur égale la noirceur et nous ne sommes pas plus avancés qu'avant. Le Jubilé 2000, dans son idée profonde est une invitation à l'espérance. «Seigneur, nous attendons ton retour dans la gloire».

Robert Leblanc, curé

POUR VOS ACHATS DES FÊTES!

Passez nous voir
À nos succursales de la S.C.A. Rivière-du-Sud
Saint-François 259-7715



Joyeux temps des Fêtes
De la part de la direction et le personnel!



Ouverture du Bar des Loisirs

Le bar au Centre des loisirs de Saint-François est ouvert le jeudi et le vendredi soir à partir de 18h30 et le samedi à partir de treize heures.

Vous pouvez regarder vos émissions de télé sur un écran de 55 pouces. Vous pouvez également jouer au billard car une toute nouvelle table est arrivée.

Si vous avez une fringale, pas de problème, il y a ce qu'il faut pour vous rassasier (sandwichs, fromage, saucisses, langues de porc, etc.)

Il y a possibilité de devenir membre du club sports 55. Qui devient membre bénéficie de certains avantages. Pour plus d'information, vous n'avez qu'à vous informer sur place auprès de Jean-Claude Bernard.

Vous avez accès au bar en passant par la porte arrière au Centre des Loisirs.

C'est un rendez-vous.

Pierre Garant
Tél.: 418-259-2655
Fax: 418-259-2158



WEED MAN
708, ST-FRANÇOIS O., c.p. 98
Saint-François, Québec
Canada G0R 3A0

Les Équipements de Ferme

Jean-Paul Bonneau, prop.

Vente & Service

918, Boul. St-François O.
Saint-François, G0R 3A0

Tél.: 418-259-7289

Les Assurances Fontaine Lemay & Ass. inc. (J.P. Bolduc inc.)

542, boul. Saint-François Ouest, Saint-François G0R 3A0

☎ (418) 259-7781

ASSURANCE DE DOMMAGES



Lucie Bolduc
C. d'A. Ass.

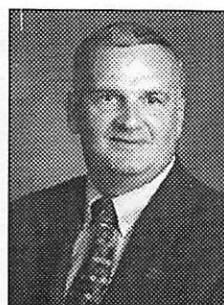


Judith Rémillard
C. d'A. Ass.

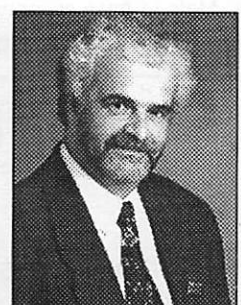


Denise Prévost
secrétaire

ASSURANCE DE PERSONNES



Francis Fontaine, avc
Armagh



Réal Fontaine, avc
Représentant en
épargnes collectives
Cap-Saint-Ignace

FL
SERVICES FINANCIERS : Un choix de confiance

Les Fermières célèbrent les Fêtes



Le mercredi 8 décembre à 18h, se tiendra le souper des Fêtes, suivi de notre réunion. Si vous n'avez pas votre carte pour le souper, communiquez avec Rose-Anne Laliberté au 259-7524 pour vous procurer la vôtre, car il faut l'avoir pour le souper.

Nous aurons l'échange de blocs-notes et il y aura un prix pour l'originalité de notre emballage cadeau.

Nous souhaitons à toute la population des belles Fêtes et l'on se dit à l'an 2000.

Une petite suggestion cadeau pour Noël: les Livres des recettes des Fermières.

CARRÉS NANAIMO CHIPS AUX CERISES ET AUX AMANDES

Si attrayante et succulente pour servir en tout temps. Attention de bien égoutter les cerises pour faciliter la taille.

Garniture:

1 tasse de grains de chocolat mi-sucré 250 ml
1/4 de tasse de margarine Blue Bonnet 50 ml
1/4 de tasse de sucre à glacer 50 ml
1 oeuf
1 3/4 tasses de chapelure de Graham 425 ml
1/2 tasse d'amandes hachées 125 ml

Garniture:

1/4 de tasse de margarine ramollie Blue Bonnet 50 ml
2 tasses de sucre à glacer, tamisé 500 ml
2 c. à soupe de lait 25 ml
1/2 c. à thé d'extrait d'amande 2ml
1/4 de tasse de cerises au marasquin (bien égouttées) 25 ml

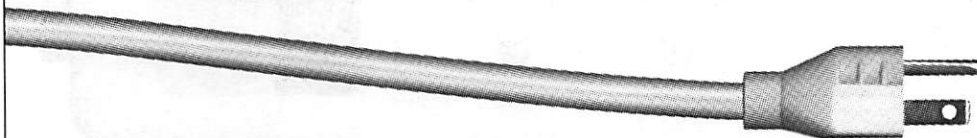
Glace:

1 tasse de grains de chocolat mi-sucré Chipits 250 ml
2 c. à soupe de margarine Blue Bonnet 25 ml

Suite à la page 12

et de la

prudence!



 Hydro Québec



Recette...

Suite de la page 11

FONDRE 1 tasse (250 ml) de Chipits et 1/4 de tasse (50 mL) de margarine au-dessus de l'eau chaude. Retirer du feu. INCORPORER 1/4 de tasse (50 ml) de sucre à glacer, puis l'oeuf. AJOUTER la chapelure et les amandes; bien mélanger. TASSER uniformément dans un moule carré de 9 pouces (2,5 l/23cm). Mettre au frais. Battre 1/4 de tasse (50 ml) de margarine, 2 tasses (500 ml) de sucre à glacer, le lait et l'extrait d'amande jusqu'à ce qu'ils soient crémeux. AJOUTER les cerises. ÉTENDRE sur la base, mettre au frais. FONDRE 1 tasse (250 ml) de Chipits et 2 c. à soupe (25 ml) de margarine au-dessus de l'eau chaude. Refroidir. ÉTENDRE sur la couche de cerises. METTRE AU FRAIS au moins 2 heures avant de servir. Soulever du moule en retirant le papier d'aluminium. TAILLER en carrés. GARDER dans un contenant hermétique au réfrigérateur. DONNE environ 3 douzaines de carrés.

Entretien Ménager

D. PAQUET inc.

Lavage de tapis

- meubles
- murs
- stores

Décapage

Cirage

Etc.

ESTIMATION GRATUITE

358, Chemin St-François, Montmagny, Québec — G0R 3A0
TÉL.: 418-259-2559 FAX: 259-2342



Weed Man®

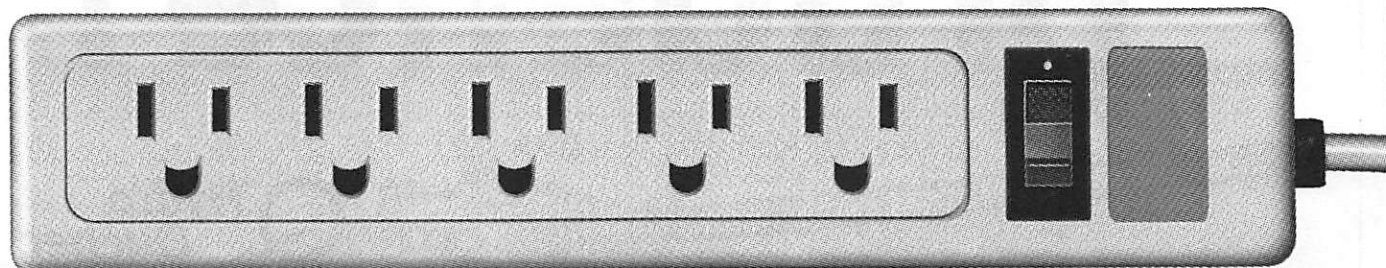
NOUS PRENONS SOIN DE VOTRE PELOUSE

Tél.: 418-259-7700
1-800-463-4877

256, chemin St-François O., Saint-François, Qc G0R 3A0



Noël, c'est le temps des retrouvailles





Amis motoneigistes, bonjour!

Le Club Motoneige Le Petit Canton inc. se prépare fébrilement pour la nouvelle saison 1999-2000.

Le brunch d'ouverture a eu lieu le 7 novembre dernier. Cette activité confirme que nos Membres motoneigistes (plus de 310!) ainsi que les «fans du Club (des centaines et des centaines! - ok, j'exagère, mais à peine!) ont hâte de se revoir et ont hâte que la saison débute enfin. Et n'oublions pas que ce brunch était l'un des meilleurs de la région! Cela n'est pas surprenant puisqu'il est organisé sous l'habile et experte direction de nulle autre que notre secrétaire-trésorière, laquelle nous remercions chaudement: Gilberte Laliberté.

Aussi, nous vous rappelons que tous les directeurs du club ont en leur possession des droits d'accès aux sentiers. Ce droit d'accès est obligatoire pour circuler en motoneige sur tous les sentiers entretenus par un club de motoneigistes, selon la Loi sur les véhicules hors route (L. Q. 1996, chapitre 60). De plus, si vous avez acheté votre droit d'accès avant le 27 novembre 1999, vous serez admissible au tirage de cinq mo-

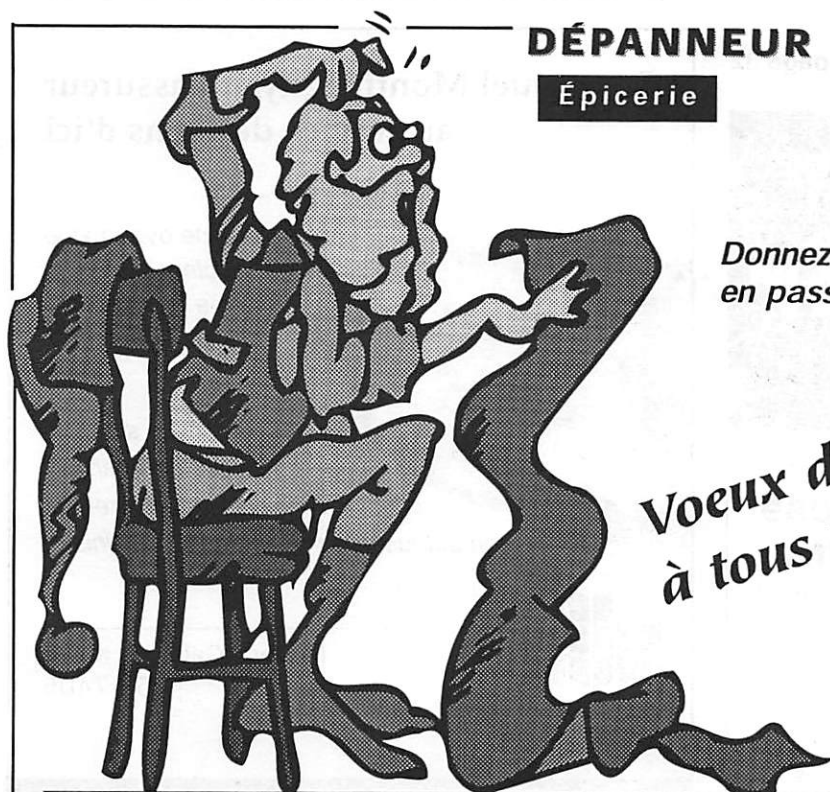
toneiges de l'an 2000 de la Fédération des Clubs de Motoneigistes du Québec (FCMQ), d'une valeur de plus de 35,000.000 \$!

Puisse la prochaine saison vous être très agréable et surtout sécuritaire à tous les points de vue : vitesse raisonnable selon les conditions de sentier, sobriété et courtoisie au volant, tenir sa droite en tout temps.
Bonne saison à tous!

Claude Desnoyers, vice-président
Courrier électronique (courriel):
charliex@globetrotter.net

Ça prend l'eau

Nous voudrions apporter une petite correction, dans la parution de L'Écho du mois de novembre, une erreur s'est glissée, dans la recette des Brownies aux pommes. La voici : vous devez ajouter à notre recette 1 3/4 de tasse d'eau chaude. Merci de votre attention!



DÉPANNEUR ULTRA ST-FRANÇOIS enr.

Épicerie

Donnez un coup de pouce au Père Noël en passant nous voir!

Voeux de Joyeux Noël
à tous nos clients et amis!

Nos heures d'ouverture

Lundi au mercredi: 6h30 à 22h

Jeudi-vendredi: 6h30 à 23h

Samedi: 7h30 à 23h

Dimanche: 8h à 22h

333, CHEMIN ST-FRANÇOIS (QUÉBEC) G0R 3A0

259-7151



Avant de prendre la route...

Suite de la page 8

La trousse d'objets utiles

Pour faire face aux imprévus, mieux vaut avoir dans son véhicule certains objets essentiels.

Pour sortir de l'impasse:

- lampe de poche et piles de rechange;
- antigel de canalisation d'essence;
- plaques antidérapantes;
- pelle;
- grattoir;
- balai à neige;
- câbles d'appoint;
- sac de sable ou de sel;
- liquide lave-glace.

Pour se réchauffer:

- couverture chaude;
- gants ou mitaines;
- allumettes et bougies;
- bottes, foulard et tuque.

Pour être bien visible et en sécurité:

- fusées de détresse et autre dispositif lumineux (réflecteur, lampe électrique);
- fanion (à placer à quelques mètres derrière le véhicule);
- détecteur d'oxyde de carbone.

Suite à la page 32



Ralentissez!
l'hiver peut vous **piéger**

Québec
Ministère des Transports



90226069
QUÉBEC INC.
Transport général

MARCEL GUIMONT, PROP.

Épandage de pierres à chaux agricoles

60, rue Paradis
Saint-Raphaël, Bellechasse G0R 4C0

418-243-3408



P.P.R. ENR.
Pour tous les travaux de réparation et de rénovation

Plâtrage
Peinture int. et ext.
Résidentiels

Yvon Rémillard
1, rue Boivin
Saint-François

Tél: (418) 259-2415



LES CONSTRUCTIONS
JEAN BOUCHER

ENTREPRENEUR GÉNÉRAL
Rénovation • Construction
Résidentielle • Commerciale
194, rue Principale Ouest
Berthier-sur-Mer


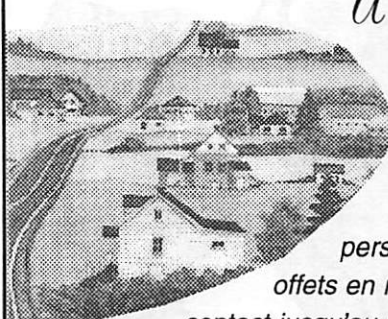
Licence RBQ
8000-1316-58

Tél. et Fax: **259-2628**

Promutuel Montmagny, un assureur au service des gens d'ici

Une équipe dynamique et professionnelle à l'image et à l'écoute des gens d'ici.

Des services personnalisés entièrement offerts en région, de tout premier contact jusqu'au règlement d'un sinistre



PROMUTUEL
Montmagny

Richard Galibois, agent
259-7405

ASSURANCE
habitation • automobile • commerciale • agricole • vie

Message pastorale scolaire

DE LA VISITE APPRÉCIÉE

Attendue depuis l'an dernier, Caroline Couture a agréablement surpris les élèves de La Francolière en leur rendant visite dans les tout premiers jours d'école. C'est en septembre, profitant d'un court congé, qu'elle s'est présentée les bras chargés d'objets africains, tout aussi surprenants qu'intéressants. Par ses paroles et ses explications, il était facile de ressentir son dynamisme et son amour de l'Afrique. Caroline a parlé de son expérience là-bas, des coutumes du pays et bien sûr, elle a répondu aux questions avec aisance, ayant partagé le quotidien de ce coin de pays.

Caroline avait réservé deux surprises aux jeunes: comme collation, elle avait préparé pour chacun (jeune et adulte) un breuvage, fait à base de feuilles produites au Mali et que l'on a bu, moyennant une certaine habileté, à même le sac... comme les Maliens! Et sa deuxième surprise visible longtemps à



La Francolière; il s'agit d'un masque confectionné à Koniobla et remis aux jeunes en guise de reconnaissance pour l'argent recueilli à l'occasion de l'Halloween de l'an dernier (535\$) et envoyé à ce village. Cet argent a contribué à la réouverture de leur dispensaire et à l'achat de volumes pour leur école primaire. Ce masque, porté à l'occasion d'une fête populaire nous redira toujours que le moindre geste de partage est important et apprécié.

Le projet-partage proposé par Mond'Ami pour octobre '99, un heureux hasard, concerne un village d'enfants situé à Sanankoroba au Mali. Ce village spécial regroupe 12 familles dont les responsables sont des mères qui s'occupent de 115 enfants orphelins ou abandonnés. Elles vivent uniquement de dons. 40% de l'argent recueilli favorisera ce village et 60% restera dans notre milieu. La maison La Frontière servira de lien pour remettre le nécessaire à des enfants d'ici dans le besoin. Soulignons que Madame Ginette Brochu, responsable de cette maison a rencontré tous les jeunes de l'école et a abordé le sujet de la pauvreté chez nous.

Le projet-partage '99 a rapporté la somme de 429,70\$

À Madame Brochu, nous disons merci pour sa disponibilité et sa générosité. Malgré des contraintes de dernière minute, elle a réussi à accorder la visite promise.

À Caroline, 145 voix te disent: «1 NI TCHE KOSOBÉ!»

À chacun de vous, un sincère merci d'avoir accueilli nos jeunes le soir de l'Halloween.

Patricia Lachance,
animatrice de la pastorale scolaire



*Joyeuses Fêtes
à tous nos clients
et amis
de Saint-François!*



ferme horticole lajoie inc.
Tél.: 884-3124
327, rue Principale
Saint-Valier (Québec) G0R 4J0



Les visiteurs inattendus

Siméon, le vieux cordonnier, vivait seul dans un petit village perdu au creux des Rocheuses. Ses deux enfants partis pour les États ne lui écrivaient pas souvent. Sa femme, depuis longtemps, l'avait quitté pour un ciel plus serein. La franche et cordiale hospitalité du vieux Siméon lui avait mérité l'estime de tout le monde.

Or voici que la nuit précédant Noël, le Christ Jésus lui apparaît en songe: «Siméon! Siméon! Ce soir, c'est Noël. Je viens chez toi.»

Le coeur plein d'une sainte joie, le sympathique cordonnier nettoie la boutique, prépare le repas, déblaie la dernière neige, décore l'humble cabane. Tout est prêt pour accueillir dignement le divin Visiteur.

Voilà qu'aux neuf coups de l'horloge, Siméon entend frapper à la fenêtre. Il accourt, ouvre la porte: c'est un enfant tout en pleurs qui cherche sa mère. Vitement, le vieux Siméon rassure l'enfant et se hâte de le reconduire à ses parents.

Le vieux cordonnier attend toujours avec hâte l'invité de marque, lorsqu'on frappe à nouveau à la porte. Entre alors une vieille grand-mère, toute courbée sous les ans et grelottante. «L'hospitalité, monsieur, pour l'amour de Dieu!» La chambre d'Hôte est bien prête, mais ce sera pour le céleste Visiteur. Pris de pitié, Siméon offre à la vieille grand-mère un bon thé bien chaud et quelques galettes.

L'horloge égrène encore les heures, lorsqu'une troisième fois, le vieux Siméon devine le pas d'un visiteur. «C'est Lui!» Vitement, il ouvre toute grande la porte. C'est un passant, affamé, vieilles bottines aux pieds, manteau troué sur le dos. Ému, le vieux

Siméon lui donne ses propres chaussures et quelques vêtements plus chauds.

Les douze coups de minuit depuis longtemps se sont éteints dans la nuit. Déçu, épuisé, le vieux cordonnier tombe dans un profond sommeil. Soudain, il sursaute; ses yeux ont peine à soutenir la lumière éclatante qui baigne sa maison. Une voix très douce appelle le vieux Siméon. Il la reconnaît: c'est le divin Visiteur!

Siméon! Siméon!

- C'est toi, Jésus?

Oui, Siméon!

- Seigneur, pourquoi n'es-tu pas venu? J'ai attendu en vain toute la nuit. Pour toi, j'avais tout préparé, nettoyé, décoré. Je désirais tant te voir.

- Mais, Siméon, relève la tête. J'ai tenu promesse! À trois reprises, ce soir, j'ai franchi le seuil de ta porte. À trois reprises tu m'as accueilli: l'enfant tout en pleurs, la grand-mère toute transie, le mendiant affamé, c'était MOI!...

D'après un poème de Hélen Steiner

SERVICE DE BULLDOZER AIMÉ PROULX



660, rang Milieu
Saint-Pierre
Montmagny (Québec)
Tél.: 418-248-3310

GARAGE PATRICE SAMSON enr.



- Mécanique générale
- Entretien de chariots élévateurs
- Entretien de camions

140, Principale Saint-Pierre Tél.: (418) 248-4646

Ferme Porasseny inc. & Saint-François Montmagny

Éleveur pur-sang et hybrideur (femelle F1)
Landrace, Yorkshire, DurocSuivie par le PEG, PVSP.

Membre du groupe PorcBeq inc.
(compagnie génétique porcine)

Tél.: (418) 259-2638 Fax: (418) 259-2319
Porcherie: (418) 243-3222 Cell.: (418) 241-3333

Tu cherches un emploi ?
Saisis ta chance ! C'est gratuit !!!

Renseignements personnels

Nom: _____

Adresse: _____

Téléphone: _____

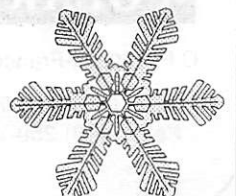
Intérêt d'emploi

Exemple: Machiniste, soudeur, plongeur, technicien en ..., journalier, commis de bureau, etc.

Pour t'inscrire dans notre banque de candidats
ou pour tous renseignements
appelle-nous au 248-3522.



Joyeux Noël et Bonne Année 2000



Rappel concernant la campagne de financement

À L'ARC-EN-CIEL, regroupement de parents et de personnes handicapées, nous voulons poursuivre le développement des services favorisant l'intégration sociale, l'amélioration des conditions de vie des parents et des personnes vivant avec des handicaps, le soutien aux familles et l'implantation et la consolidation des gammes de services sur l'ensemble du territoire de la MRC de Montmagny.


Considérant ces priorités d'action, L'ARC-EN-CIEL vous offre l'opportunité d'être des partenaires en nous aidant à poursuivre notre mission. Et c'est pour ces raisons que cette année encore nous sollicitons votre aide. Les dons amassés contribuent au développement des services et des programmes comme :

- Services de soutien à nos membres,
- Service d'écoute, accueil, d'encadrement,
- Service de consultation, de soutien moral et psychologique,
- Service d'activités de loisirs adaptés,
- Service de formation,
- Service d'accompagnement-jumelage pour les moins de 21 ans,
- Service d'accompagnement à la piscine (Loisirs de Montmagny),
- Service d'accompagnement estival,
- Service de fins de semaine de répit (24 heures),
- Service de soutien à l'annonce d'un enfant handicapé (à la naissance)
- Service de défense des droits et libertés,
- Service de sensibilisation et d'information.

De plus, depuis maintenant onze ans, L'Arc-en-ciel travaille sans relâche à divers dossiers et projets : accessibilité aux lieux publics, répit pour les familles naturelles et d'accueil, orthophonie, transport, accessibilité à l'éducation et aux loisirs, etc. Le don que vous ferez, qu'il soit petit ou gros, permettra à des parents, à des personnes vivant avec des handicaps et- ou en difficulté d'apprentissage de bénéficier des services offerts. Un reçu d'impôts sera émis sur demande.

Nous vous remercions profondément de l'attention que vous manifestez envers les personnes vivant avec des handicaps et à l'association.

Bernise Pellerin Coordonnatrice




Fenêtres Montmagny inc.

C.P. 160, St-François, Montmagny (Québec) G0R 3A0

Bur.: (418) 259-7763 Qué.: (418) 692-0659
 Fax: (418) 259-7236 Mtl: (514) 848-7174

Internet: <http://www.polarwd.com>

Joyeuses

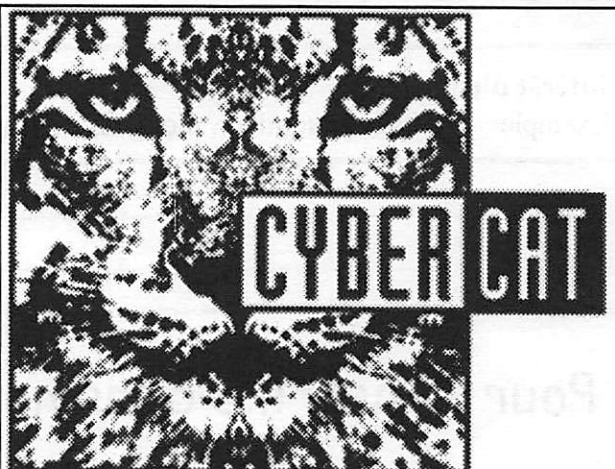


Fêtes à tous

**CASSE-CROÛTE
CHEZ MIKE**

570, Chemin St-François Ouest
Saint-François

→ **259-2447**



Cyber Cat inc.

Les spécialistes en catalogues électroniques sur Internet

www.cybercat.qc.ca

téléphone: (418) 259-2616



MOT-MYSTÈRE

L'HIVER

- | | |
|-----------|------------|
| bonhomme | manteau |
| botte | mitaine |
| boule | neige |
| chauffage | patin |
| flocon | pelle |
| frisson | raquette |
| froid | ski |
| gant | souffleuse |
| glace | traîneau |
| glissade | tuque |
| grelotter | verglas |
| hockey | |

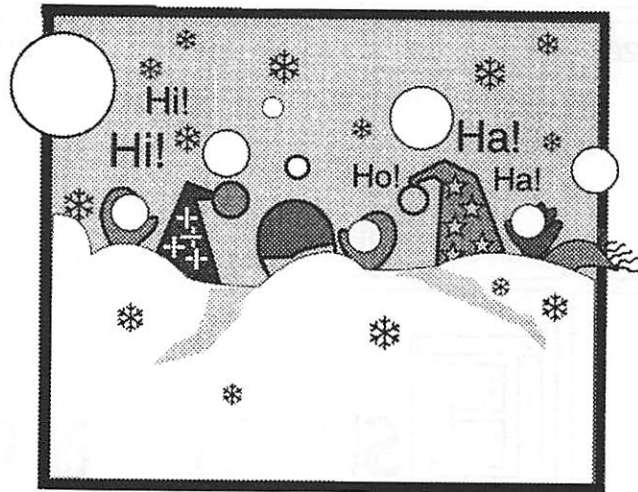
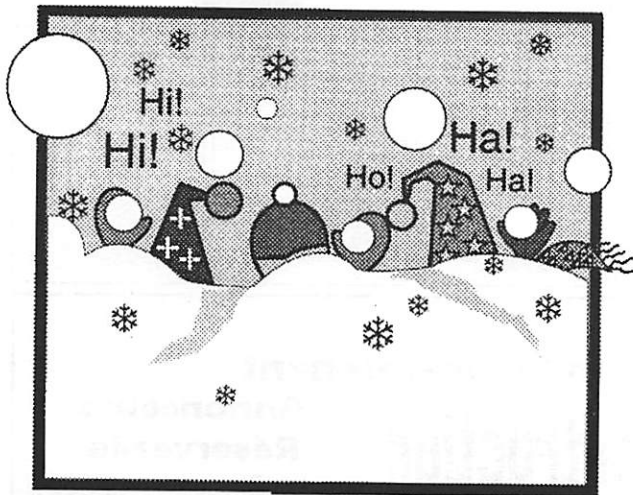
v	f	g	r	e	l	o	t	t	e	r	u
e	m	r	h	f	l	o	c	o	n	s	b
r	i	t	o	r	p	a	t	i	n	o	o
g	t	u	c	i	n	e	s	k	i	u	n
l	a	q	k	s	d	i	l	g	l	f	h
a	i	u	e	s	b	o	u	l	e	f	o
s	n	e	y	o	b	o	t	t	e	l	m
g	e	m	a	n	t	e	a	u	n	e	m
l	r	a	q	u	e	t	t	e	e	u	e
a	g	l	i	s	s	a	d	e	i	s	o
c	h	a	u	f	f	a	g	e	g	e	u
e	g	a	n	t	r	a	i	n	e	a	u

○ ○ ○ Chaque hiver, Félix construit _____ avec des blocs de neige.



JEU DES DIFFÉRENCES


Vive l'hiver! Essaie de trouver les 5 différences entre ces deux images.

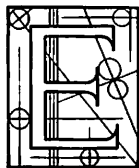


Solutions en page 33



AU FIL DES JOURS

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
		31	1	2	3	4
5	6 Séance régulière du Conseil	7	8 Réunion des Fermières	9 Tombée de L'Écho	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24 	25 Noël
26	27	28	29	30	31	



publicitaire
SPACE

Disponible maintenant
en construction

Annonces
Réservez-le
Réjean Cloutier: 259-2567

PROVINCE DE QUÉBEC
MUNICIPALITÉ SAINT-FRANCOIS-DE-LA-RIVIÈRE-DU-SUD
COMTÉ DE MONTMAGNY

À une séance régulière des membres du Conseil municipal de la Municipalité de Saint-François-de-la-Rivière-du-Sud, dûment convoquée par avis spécial à chacun et tenue le lundi 1^{er} novembre 1999, à la salle municipale au Centre des Loisirs, à vingt heures.

À laquelle sont présents monsieur Jacques Dumas, maire, messieurs Yves Laflamme, Norbert Morin, madame Mariette Pelletier, Auguste Boulet, Pierre Jean et Réjean Cloutier, tous conseillers formant le quorum sous la présidence de monsieur Jacques Dumas, maire.

Monsieur Yves Laflamme, secrétaire-trésorier est aussi présent.

La séance débute par la prière d'usage du Maire.

IL EST PROPOSÉ par monsieur Yves Laflamme,
APPUYÉ par monsieur Auguste Boulet,
ET RÉSOLU QUE l'ordre du jour soit accepté avec varia ouvert.

Une photocopie du procès-verbal de la séance régulière du lundi 4 octobre 1999 ayant été remise à chacun des membres du Conseil, sa lecture en est dispensée.

IL EST PROPOSÉ par madame Mariette Pelletier,
APPUYÉ par monsieur Norbert Morin,
ET RÉSOLU QUE le procès-verbal de la séance régulière du lundi 04 octobre 1999 soit accepté tel que déposé.

IL EST PROPOSÉ par monsieur Yves Laflamme,
APPUYÉ par monsieur Norbert Morin,
ET RÉSOLU QUE le secrétaire-trésorier soit autorisé à payer les

comptes suivants:

Remboursement activités loisirs	39,00
Soc. Canadienne des Postes, envoi xpresspost	5,81
Hydro-Québec, éclairage public septembre	528,33
Québectel, service bureau	312,50
service garage	85,65
Comptapac ltée, logiciel gestion des biens	131,07
Ministre Revenu Québec, remise d'octobre	4 270,99
Revenu Canada, remise d'octobre	2 954,51
CARRA, remise d'octobre	265,74
Régie Inter. Anse-à-Gilles, enfouissement vidanges octobre	865,04
Richard Leblanc, enlèvement vidanges octobre	2 229,24
La Fabrique Saint-François, loyer novembre 1999 Bibliothèque	166,67
MRC Montmagny, congrès UMRCQ (Norbert) 415\$, étiquettes, page rôle	498,23



Laboratoire Environnement, analyses physico-chimique + eaux usées	600,89
Les Produits Ind. J-P. Côté, chlore	582,83
Novicom 2000 inc., location radio (unité d'urgence)	46,01
Pierre Martin, pharmacien, matériel pour ass. eaux	17,48
Praxair, location de bouteilles	21,66
Produits VTO, graisse entretien mécanique TP	21,85
Michel Simard, estimation réparations Pav. Bédard	45,00
Simard et Thibault enr, estimation travaux peinture Pav. Bédard	57,51
Construction BML, béton bitumineux et colle	1 058,63
Picard Aciers inc., treillis métallique + acier d'armature	140,13
R.E.M., pièce et réparation moteur pompe chauffage Loisirs	519,50
Pétrole Montmagny, 4620.9 litres diesel à .47	2 498,14
Métal LPL enr., chapeau cheminée Garage	62,41
Pièce camion Mack	42,10
Pièce machinerie	38,56
Unibéton, 13.19 tm de pierre à 11,00\$	166,89
Les Automobiles Chabot, pièces	
Unité service	45,83
Camion Ford	158,62
Transmission Montmagny, remise à neuf transmission	2 438,48
Picard Electronique, copie cassettes (caméra réseau égout)	29,29
Philius Blais & Fils enr., 13 voyages terre Loisirs + 2 tuyaux	1 871,45
Mack Ste-Foy, pièce camion Mack	471,97
Réal Huot, antigel borne d'incendie	258,81
John Meunier, 1 bte test pour le chlore libre et total	59,44
Thibault Pontiac Buick, camion GMC Sierra	361,18
Garage J.G. Rémillard, 1 couteau niveleuse	127,83
Marché Morigeau, essence	
Balai de rue	56,00
Service incendie	48,14
T-Tracto, pièce niveleuse	256,59
Ecole La Francolière, contribution brigade scolaire	350,00
CDEMM, souper Gala Prix Excellence (4)	220,00
Bureautique Côte Sud, papier photocopieur, écritaires	121,83
Gestarisques, honoraires professionnels mandat regroupement MRC	307,12

Les Architectes Fontaine et Gauthier, honoraires professionnels préparation Devis Pav. Bédard	445,72
Les Pelouses St-Michel, pelouse Terrain de balle	3 235,08
Québectel Mobilité, service cellulaire municipalité et pompiers	60,03
Systèmes CPL Québec inc., pièce camion Mack	99,21
The Fastener Centre, entretien général Travaux publics	66,56
Unibéton, 18.10 tm gravier à 7,50\$	156,14
Scaphandre Autonome, 1 plein d'air	11,50
Denis Laforest, remb. Frais déplacement bonbonne d'air 51km à .30	15,30
Desroches, huile entretien des véhicules	1 131,85
Mack Ste-Foy, pièces camion Mack	455,73
Construction BML, béton bitumineux + colle	200,38
Les Automobiles Chabot, inspection camion 10 roues	80,52
Les Produits Ind. J-P. Côté, chlore	534,18
Ass. Vie Desjardins Laurentienne, ass. collective novembre 1999	1 040,10
Réjean L'Italien, remb. Frais déplacement 492 km à .24	118,08
Macpeck, pièce camion Ford	461,76
Hydro-Québec, électricité	
Usine chloration	183,25
Pav. Bédard	46,35
	229,60
Saldo, thermomètre, manomètre etc. Centre des Loisirs	287,39
Excavations Chanel & Fils, location pelle Parc Morigeau et fossés	2 070,45
Les Automobiles Chabot, pièce camion Ford	152,43
Centre Multiservices, location vibreur à ciment	18,40
Gaston Garant, remb. Frais déplacement novembre 935km + utilisation cellulaire 21,93	246,33
Le Nettoyeur Magnymontois, location nettoyage salopettes	62,11
Jocelyne Noël, entretien bureau octobre	28,00
Automobiles Beaupré inc., entretien général TP	60,91
Carquest pièces d'Autos, pièces	
Entretien général TP	376,53
Camion GMC	21,20
Niveleuse	53,60
Camion Ford	42,39
	493,72

Soc. Coop. Agri. Riv. Sud, matériel divers	
Caserne incendie	246,92
Entretien général TP	869,15
Parc Morigeau	435,76
Bornes d'incendie	22,73
Maison Paroisse	43,91
Centre des Loisirs	48,99
Ass. eaux	65,76
	1 733,22

Total : **38 793,24\$**

Je soussigné, Yves Laflamme, secrétaire-trésorier de la Municipalité de St-François de la Rivière du Sud, certifie que la municipalité a dans son compte général les avoir requis pour payer les comptes ci-avant décrits.

TRAVAUX PUBLICS À FAIRE POUR NOVEMBRE 1999 ET ACCEPTÉS PAR LE CONSEIL

Le responsable des travaux publics, monsieur Réjean L'italien présente un ordre du jour où l'on retrouve les points suivants :

- 1- Travaux exécutés octobre 1999
- 2- Prévision des travaux novembre 1999
- 3- Vérification du système de plomberie sanitaire avec rapport correctif
 - 4, ch. St-François Ouest
 - 16, ch. St-François Ouest
 - 24, ch. St-François Ouest
 - 34, ch. St-François Ouest
 - 59, ch. St-François Ouest
 Par le Groupe Drainamar au coût approximatif de 732\$ + taxes voir tableau 3
- 4- Achat de deux pneus neufs Humho 945 chez Pneu André Ouellet 2000, au coût de 363\$ chacun + taxes voir tableau 4
- 5- Rechapage de quatre pneus 14.00 Bandag MS-4 1 semelle chez André Ouellet 2000 au coût de 252,96\$ chacun + taxes pour la semelle + 80\$ chacun + taxes si nos car-casses ne sont pas bonnes voir tableau 5
- 6- Achat de huit pneus rechapés d'hiver (winter deep) Bandag chez André Ouellet 2000 au coût de 216,38\$ chacun + taxes voir tableau 6
- 7- Achat de trois " fixtures " et poteau pour Parc Morigeau chez Mercier Electrique au coût total de 4005\$ + taxes voir tableau 7
- 8- Personnes qui ont appliqué pour les travaux d'hiver saison 1999-2000
 - Mme Desneiges Boulet signaleur
 - M. Bruno Forgues chauffeur
 - M. Marc Garant chauffeur
 - M. Jean-Yves Lamonde chauffeur
 - M. Guy Bouffard chauffeur-opérateur
 - M. Jean-François Laflamme chauffeur fin de semaine

- 9- Assister à une réunion d'information concernant le contrat d'entretien d'hiver avec le ministère des Transports à St-Jean-Port-Joli vendredi le 5 novembre à 9h30.
- 10- Éclairage Parc Morigeau. Confection d'une entrée électrique 60 ampères 120/240 8 circuits, complément disjoncteurs, tous les conduits, raccords, filage et installation sur nos poteaux par la firme Mercier Electricque au coût de 2 680\$ + taxes.
- 11- Débroussaillage de bordure de route tel que ch. Des Prairies, une partie chemin Rivière-du-Sud, une partie Montée Des Prairies par la firme Débroussaillage JMS, au coût de 65\$/heure afin d'éliminer les amoncellements de neige sur la chaussée. Date des travaux entre le 8 et 12 novembre 1999.
- 12- Visionner l'état de la conduite d'égout sanitaire ch. Saint-François, rapport des correctifs à apporter pour les prochaines années.

Une copie de cet ordre du jour est remise à chacun. Le Conseil se voit également remettre une copie des demandes de soumissions auprès de divers fournisseurs.

Pour les items 3-4-5-6-7 et 10.

IL EST PROPOSÉ par monsieur Norbert Morin,
 APPUYÉ par monsieur Réjean Cloutier,
 ET RÉSOLU QUE le Conseil municipal accepte la liste des travaux présentés par le responsable des travaux publics monsieur Réjean L'Italien pour novembre et donne son consentement pour chacun des items apparaissant sur l'ordre du jour présenté par ce dernier.

**ESTIMATION DE COÛT EN PEINTURE
 MAISON PAROISSE – PAVILLON BÉDARD – BIBLIOTHÈQUE
 DU ROCHER**

Le Conseil municipal avait demandé au secrétaire-trésorier de faire évaluer combien il en coûterait pour faire peindre les deux galeries à la Maison de la Paroisse, la galerie au Pavillon Bédard et celle à la Bibliothèque du Rocher. Voici combien il en coûterait :

	Avant taxes
Maison Paroisse (comprend carrelage)	3 080\$
Pavillon Bédard	1 560\$
Bibliothèque du Rocher	4 600\$
Matériaux et main-d'œuvre Total :	5 100\$

Dans les trois cas, c'est l'application de deux couches de teinture à l'huile, les rampes blanches et le pavé gris.

**ESTIMATION DE COÛT POUR MENUISERIE AU PAVILLON
 BÉDARD**

Au mois de juillet dernier, la municipalité avait retenu les services de monsieur Luc

Fontaine, architecte pour une expertise générale sur l'état physique du bâtiment appelé Pavillon Bédard. Ce dernier a remis un rapport détaillé où tous les travaux de menuiserie à faire sont mentionnés. Ce ne sont pas des travaux majeurs. Bien souvent, ce ne sont que quelques boiseries à remplacer.

L'estimation des coûts de menuiserie s'élève à : 1 800\$.

PROTECTION À LA TOITURE DU PAVILLON BÉDARD

La dernière fois où la municipalité a mis un enduit protecteur à la toiture du Pavillon Bédard remonte au mois d'août 1994. Or, cette protection doit être renouvelée à tous les 5 à 6 ans. Donc, elle devrait être protégée l'été prochain.

La dernière fois qu'elle a été faite, la quantité utilisée était 11 contenants de 20 litres qui coûtait chacun 68,95\$ pour un total en matériaux de 758,45\$

Maintenant que la municipalité a une assez juste idée des coûts en peinture, en menuiserie et en enduit protecteur requis pour chacun des bâtiments, elle mandate le secrétaire-trésorier d'acheminer tous les documents au ministère de la Culture. Le Pavillon Bédard est classé monument historique et les deux autres bâtiments (Maison de la Paroisse et Bibliothèque du rocher) font partie d'un site historique. À ce titre, le ministère de la Culture va examiner le dossier et s'il est retenu, pourra éventuellement apporter une aide financière pour la réalisation des travaux.

DÉGATS AUX ÉRABLIÈRES LORS DU PASSAGE DE FLOYD

Lors du passage de l'ouragan Floyd, il y a eu notamment des dégâts dans les érablières. Hors, ces pertes n'ont été signalées que récemment et que par quelques propriétaires (4 pour être plus précis). Ces derniers ont contacté le bureau de renseignements agricoles qui les a référés à la municipalité. Quelle démarche le Conseil municipal entend suivre?

Le secrétaire-trésorier a rencontré un représentant de la Sécurité civile, monsieur Michel Gascon. Il a été mis au courant de la situation. Il va s'informer auprès de ses supérieurs afin de connaître précisément la démarche à suivre.

GRANDS PRIX DE L'EXCELLENCE 1999

À l'occasion des "Grands Prix de l'Excellence 1999", soutenez l'initiative de la Corporation de développement économique de la MRC de Montmagny comment? Soit en devenant commanditaire de l'événement.

1- Commanditaire	100\$
2- Commanditaire partenaire	200\$
3- Commanditaire associé	400\$
4- Commanditaire émérite	500\$ ou

En se procurant une ou des cartes afin d'assister au gala qui aura lieu samedi le 13 novembre prochain à l'École Casault. Le coût est de 55\$ par personne.

La Municipalité de Saint-François-de-la-Rivière-du-Sud ne commandite pas l'événement mais délègue plutôt des personnes pour assister au gala qui pour l'occasion honore des entreprises de la région.

IL EST PROPOSÉ par monsieur Pierre Jean,
 APPUYÉ par monsieur Réjean Cloutier,
 ET RÉSOLU QUE la Municipalité de Saint-François-de-la Rivière-du-Sud
 délègue 4 personnes pour assister au Gala des Grands Prix de l'Excellence 1999 samedi le
 13 novembre prochain à l'École Louis-Jacques Casault.

HONORAIRES DE BPR

Le mois passé ce compte d'honoraires de BPR vous a été présenté et vous avez décidé d'en retarder le paiement. Ce compte s'élevait à 2 755,41\$.

La municipalité décide encore de retarder le paiement de ces honoraires et ce, jusqu'à nouvel ordre.

ADHÉSION A L'ASSOCIATION TOURISTIQUE CHAUDIÈRE-APPALACHES

L'Association touristique régionale travaille pour promouvoir et développer toutes les municipalités de son territoire auprès du million de touristes qui la visitent chaque année.

La tarification 1999-2000 pour adhérer à l'Association est la suivante :

Population 1,600 x .15/per capita =	240,00\$
TPS	16,80\$
TVQ	19,26\$
Total :	276,06\$

CONSIDÉRANT QU'il y a un grand nombre d'emplois qui sont créés grâce à l'industrie touristique;

CONSIDÉRANT QUE des personnes de Saint-François-de-la-Rivière-du-Sud oeuvrent dans le domaine touristique;

CONSIDÉRANT QUE l'Association touristique régionale Chaudière-Appalaches est une fenêtre formidable pour promouvoir le tourisme sur notre territoire;

IL EST PROPOSÉ par monsieur Norbert Morin,
 APPUYÉ par monsieur Auguste Boulet,
 ET RÉSOLU QUE la Municipalité de Saint-François-de-la-Rivière-du-Sud accepte d'adhérer à l'Association touristique de Chaudière-Appalaches pour 1999-2000 et de verser la somme de deux cent soixante-seize dollars et six sous (276,06\$).

ABRI D'HIVER AU POSTE DE POMPAGE PRINCIPAL

Il y a accumulation de neige et surtout de glace sur une écoutille au poste de pompage principal. Parfois, il est très difficile d'ouvrir la trappe pour avoir accès à l'équipement. Un abri d'hiver au-dessus de cette trappe solutionnerait ces inconvénients surtout que le responsable est appelé à y aller quasi journellement.

CONSIDÉRANT QUE le responsable du traitement des eaux usées doit avoir accès quasi journellement à cette trappe pour fin de nettoyage et autres;

CONSIDÉRANT QUE l'hiver dernier le responsable des eaux usées a dû



déglaçer à maintes reprises l'écoutille pour avoir accès au puits;

CONSIDÉRANT QUE le responsable des eaux usées doit accorder passablement de temps au déneigement et au déglacage de l'endroit;

IL EST PROPOSÉ par monsieur Réjean Cloutier,

APPUYÉ par monsieur Pierre Jean,

ET RÉSOLU QUE la Municipalité de Saint-François de la Rivière du Sud décide d'acheter un abri d'hiver de dix pieds de largeur par douze pieds de profondeur chez Les Toiles S.G. inc. pour un montant de mille cinquante dollars (1 050\$) taxes en sus et ce, afin d'éviter les désagréments invoqués ci hauts.

Monsieur le Maire se désiste de cette décision car il est en conflit d'intérêt.

VENTE D'UN TERRAIN (LOT 54-23)

La Municipalité de Saint-François-de-la-Rivière-du-Sud dispose encore d'un terrain pour des fins résidentielles. Ce dernier est situé sur la 4e rue Est du côté nord du chemin. Sa dimension est de 85' x 100'. Il y a un acheteur désireux de s'approprier ledit terrain qui porte le numéro de lot 54-23. Le prix de vente du terrain s'élève à 10 923,17\$.

ATTENDU QUE la Municipalité de Saint-François de la Rivière du Sud est propriétaire du lot numéro 54-23 de son cadastre et qu'elle peut le vendre à des fins résidentielles;

IL EST PROPOSÉ par monsieur Auguste Boulet,

APPUYÉ par monsieur Réjean Cloutier,

ET RÉSOLU QUE la Municipalité de Saint-François de la Rivière du Sud vend et cède à monsieur Marc Chartier le lot numéro 54-23 de son cadastre mesurant 25.91 mètres de largeur sur les côtés nord-ouest et sud-est ou quatre-vingt-cinq pieds (85') et 30.48 mètres de profondeur sur les côtés nord-est et sud-ouest ou cent pieds (100') formant une superficie de 789.6 mètres carrés ou huit mille cinq cents pieds carrés (8,500 pi²).

Ce terrain est borné au nord-est au lot numéro 54-24 appartenant présentement à monsieur Dany Proulx, au sud-est au lot numéro 54-22 appartenant à madame Suzie Fournier et monsieur Rosaire Tanguay et au sud-ouest au lot numéro 54-18 ou 4e rue est, appartenant à la Municipalité de Saint-François-de-la-Rivière-du-Sud.

Le prix de vente de ce terrain est fixé à dix mille neuf cent vingt-trois dollars et dix-sept sous et se réparti comme suit :

Terrain 8,500 pi.2 à 0,50/pi.	24 250,00\$
Frais de subdivision du lot	310,00\$
Raccordement au réseau	250,00\$
Infrastructure de la rue à 71,92\$ le pied linéaire	6 113,17\$
Total :	10 923,17\$

QUE le maire monsieur Jacques Dumas et le secrétaire-trésorier monsieur Yves Laflamme soient par la présente autorisés à signer pour et au nom de la Municipalité de Saint-François-de-la-Rivière-du-Sud., tous les documents nécessaires aux fins de cette vente.

RÈGLEMENT POUR FERMETURE DE CHEMIN

À la séance régulière du 4 octobre dernier, il a été présenté un avis de motion à l'effet qu'un règlement de fermeture de chemin serait présenté lors d'une séance ultérieure en vue de céder une partie occupée sans désignation au propriétaire du 422, Montée des Prairies

Ladite partie correspond au lot P-392 du cadastre de la Municipalité de Saint-François-de-la-Rivière-du-Sud. D'ailleurs on peut facilement l'identifier sur le certificat de localisation.

RÈGLEMENT NO 178-1999

Règlement décrétant la fermeture et l'abolition d'une partie de chemin désaffectée sur le chemin Montée des Prairies et correspondant au lot P-392 au cadastre de la Municipalité de Saint-François-de-la-Rivière-du-Sud.

ATTENDU QUE le 1er avril 1993, le gouvernement du Québec a transmis à la municipalité l'entière responsabilité du chemin Montée des Prairies;

ATTENDU QUE le ministère des Transports du Québec a réalisé avant 1993 des travaux modifiant le parcours du chemin Montée des Prairies (voir plan du certificat de localisation);

ATTENDU QU'en vertu des dispositions de l'article 852 du Code municipal, il est du pouvoir de la municipalité d'adopter un règlement de fermeture et d'abolition de chemin;

ATTENDU QU'il a lieu de former et d'abolir la partie de chemin concernant le lot P-392 du cadastre de la Municipalité de Saint-François-de-la-Rivière-du-Sud;

ATTENDU QU'un avis de motion a été donné le 04 octobre 1999;

IL EST PROPOSÉ par monsieur Pierre Jean,

APPUYÉ par madame Mariette Pelletier,

IL EST EN CONSÉQUENCE ORDONNÉ ET STATUÉ par règlement de ce Conseil portant le numéro 178-1999 et ce Conseil ordonne et statue comme suit :

ARTICLE 1

Le présent règlement porte le titre de règlement décrétant la fermeture et l'abolition d'une partie de chemin désaffecté sur le chemin Montée des Prairies et correspondant au lot P-392 au cadastre de la Municipalité de Saint-François de la Rivière du Sud.

ARTICLE 2

Conformément à l'article 852 du code municipal, la municipalité a le pouvoir d'abolir et de fermer des chemins désaffectés. Dans ce cas-ci, elle ferme et abolit la partie de chemin Montée des Prairies qui correspond au numéro de lot P-392 du cadastre de la Municipalité de Saint-François de la Rivière du Sud.

ARTICLE 3

Un certificat de localisation (plan) a été préparé par monsieur Jocelyn Fortin, arpenteur-géomètre le 16 septembre 1999. Ce dernier est joint en annexe au présent règlement pour en



faire partie intégrante. On peut y voir la partie occupée sans désignation cadastrale.

ARTICLE 4

Une copie certifiée du présent règlement sera déposée au bureau d'enregistrement (art. 200 c.m.)

ARTICLE 5

Conformément à l'article 739 du code municipal le propriétaire à qui revient de droit la partie de terrain de l'ancien chemin désaffecté devra de son propre chef faire enregistrer un acte déclaratoire au bureau d'enregistrement pour faire état de son droit de propriété et ce, à ses frais.

ARTICLE 6

Le présent règlement entre en vigueur conformément à la loi.

Résolution pour autorisation :

Cette résolution autorisera monsieur le Maire et le secrétaire-trésorier à signer un acte d'aliénation concernant la vente d'une parcelle de terrain désaffectée pour la somme de un dollar (1\$) à monsieur Albert Gendron, située sur le lot P-392 sur le chemin Montée des Prairies.

ATTENDU QUE la Municipalité de Saint-François-de-la-Rivière-du-Sud a adopté le 1 novembre 1999 un règlement portant le numéro 178-1999, décrétant la fermeture et l'abolition d'une partie de chemin sans désignation sur le chemin Montée des Prairies et située sur le lot P-392;

ATTENDU QUE l'article 5 dudit règlement mentionne ceci : conformément à l'article 739 du Code municipal les propriétaires à qui reviennent de droit les parties de terrain de l'ancien chemin, auront de leur propre chef à faire enregistrer un acte déclaratoire au bureau d'enregistrement pour faire état de leur droit de propriété;

ATTENDU QUE monsieur Albert Gendron, résident au 422, Montée Des Prairies est touché par ce règlement numéro 178-1999, étant propriétaire du lot P-392;

IL EST PROPOSÉ par madame Mariette Pelletier,

APPUYÉ par monsieur Auguste Boulet,

ET RÉSOLU QUE la Municipalité de Saint-François-de-la-Rivière-du-Sud autorise le maire monsieur Jacques Dumas et le secrétaire-trésorier monsieur Yves Laflamme à signer un acte d'aliénation concernant la vente d'une parcelle de terrain sans désignation pour la somme de un dollar (1\$) à monsieur Albert Gendron, située sur le lot P-392 du cadastre de la paroisse de Saint-François de la Rivière du Sud.

QUE ladite parcelle de terrain aliénée corresponde exactement aux dimensions qui apparaissent au plan annexé au certificat de localisation qui a été préparé par l'arpenteur géomètre monsieur Jocelyn Fortin le 16 septembre 1999.

ÉCOLE LA FRANCOLIÈRE

L'école La Francolière demande une allocation financière au montant de 350\$ à la municipalité afin de l'aider à organiser et maintenir la brigade scolaire pendant l'année. Cette somme, en plus de servir à récompenser les jeunes brigadiers, sert aussi à l'achat de matériel utilisé par eux.

CONSIDÉRANT QUE le rôle d'une brigade scolaire est très important et permet d'assurer la sécurité des étudiants;

IL EST PROPOSÉ par monsieur Yves Laflamme,
APPUYÉ par monsieur Pierre Jean,
ET RÉSOLU QUE la Municipalité de Saint-François-de-la-Rivière-du-Sud accepte de verser à l'école La Francoière une allocation financière de trois cent cinquante dollars (350\$) pour l'organisation et le maintien de la brigade scolaire.

VARIA

Explication concernant le compte " Les Pelouses St-Michel " L'entente disait ceci : la municipalité payait la terre et les travaux de nivellement sur le terrain de balle. Le comité de baseball payait la pelouse et le posait. Cette entente n'a pas changé en cours de route. La municipalité a payé la facture du gazon parce qu'il lui est remboursée une partie de la TPS ce dont ne pouvait profiter le comité de baseball. Donc, la municipalité a payé le compte et a par la suite envoyé une facture au comité de baseball avec le remboursement de TPS en moins.

IL EST PROPOSÉ par monsieur Réjean Cloutier,
APPUYÉ par monsieur Auguste Boulet,
ET RÉSOLU QUE la séance soit ajournée au mercredi 03 novembre 1999 à
22h00.

La séance se termine vers vingt et une heures et trente-huit minutes.

Adopté unanimement

Jacques Dumas, maire

Yves Laflamme, sec.-très.

Avant de prendre la route...

Suite de la page 14

Pris dans la tempête!

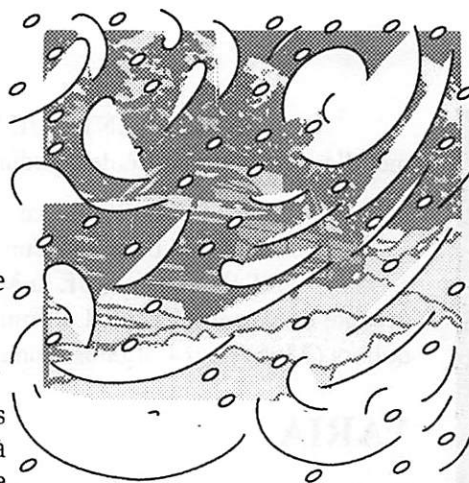
La tempête vous surprend sur la route et vous ne pouvez avancer que difficilement.

- Si possible, garez-vous dans un endroit sécuritaire.
- Allumez vos clignotants d'urgence et installez des fusées de détresse ou des dispositifs lumineux, à l'avant et à l'arrière de la voiture, à une distance sécuritaire d'environ 30 mètres.
- Ne sortez pas inutilement de la voiture, restez calme et attendez les secours.
- Évitez de vous exposer au froid et de vous épuiser.
- Faites fonctionner le moteur et le chauffage pendant 10 minutes à chaque heure, en vous assurant toutefois que le tuyau d'échappement est bien dégagé.
- Lorsque le moteur est en marche, gardez une fenêtre légèrement ouverte afin d'éviter l'asphyxie par l'absorption d'oxyde de carbone.
- Protégez-vous contre l'hypothermie avec des lainages.
- Réchauffez l'habitacle avec des bougies

Votre voiture est enlisée dans la neige

- Dégagez les roues motrices au moyen d'une pelle. Avant de démarrer, tournez les roues avant d'un côté et de l'autre pour chasser la neige, puis redressez le volant. Accélérez ensuite LENTEMENT.
- Ne faites pas patiner les roues, car vous ne réussirez qu'à former de la glace ou creuser des ornières plus profondes dont il sera encore plus difficile de vous libérer.
- Si ça ne fonctionne pas, appliquez la technique du balancement (va-et-vient) toujours en gardant les roues avant bien droites. Évitez que le moteur ne s'emballe afin de ménager la transmission de votre véhicule.
- Si vous utilisez des plaques antidérapantes, redoublez de vigilance pour éviter qu'elles ne soient projetées et n'oubliez pas de les récupérer après usage.

Source: **Conduire au Québec.**
Automne 1999, Ministère des Transports



MARTIN SIMARD TRANSPORT INC.

- Transport général
- Transport Gravier & Sable

275, Chemin St-François Ouest
Saint-François, Qc G0R 3A0

Tél.: 418-259-7789
Ligne directe: 1-800-463-8744

Les Encans Boulet INC.



Alfred Boulet

Terre à vendre

Plusieurs avec d'excellents bâtiments
et terre à bois.

Notre équipe met un accent spécial
sur la préparation du troupeau et
de la machinerie.
Contactez-nous pour une évaluation.



Acheteur de troupeau
avec ou sans fond de terre

Saint-François, Montmagny
Tél.: 418-259-7086 Fax: 418-259-2610



Petites annonces

GARDIENNE RECHERCHÉE

Recherche gardienne, pour garder des handicapés à Berthier 2 jours et 2 nuits (fin de semaine). Pour information: Louise Roy au 259-2167.

.....

SERVICE DE GARDE EN MILIEU FAMILIAL

Quelques places sont disponibles pour enfants âgés entre 0 et 5 ans. J'offre également le dîner aux écoliers. Ouvert du lundi au vendredi selon un horaire flexible adapté à vos besoins. Pour information: Maggy Gendron au 259-2012.

.....

MAISON À PARTAGER

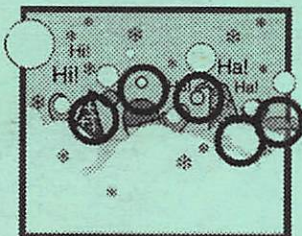
Maison à partager à Saint-François. Tout compris. Idéal pour jeune travailleur. Non fumeur. Demandez Monique au 259-2510.

.....

Les Jeux de L'Écho

Jeu n° 51:
un iglou

Jeu n° 52:



S
O
L
U
T
I
O
N
S

O bonsoins



Pierre Martin

534, Chemin St-François O.
Saint-François — G0R 3A0

Tél.: 418-259-7728

Oui, je fume!...

Prise en charge - Vous êtes un fumeur? Si oui, vous savez sans doute que, de nos jours, les fumeurs sont de plus en plus pointés du doigt. Vos familles, vos amis, les professionnels de La santé - tout Le monde est sur votre dos. Vous avez raison d'en avoir ras-le-bol! Vous savez que fumer est mauvais pour la santé - comment ne pas le savoir, c'est écrit sur tous les paquets! Vous n'avez plus besoin de vous le faire répéter! Rassurez-vous, ce n'est pas notre but. Notre but est plutôt de vous aider.

Qu'est-ce que vous retirez du tabac? - Si vous fumez, c'est probablement parce que vous en retirez quelque chose. Bon nombre de raisons peuvent vous motiver à fumer. Fumer peut représenter une occasion pour vous détendre, pour prendre une pause, pour prendre un moment de réflexion. Vous fumez peut-être en partageant du bon temps avec des amis, en prenant un verre, ou en buvant une tasse de café. Ou encore, vous fumez peut-être pour recharger vos batteries, ou pour vous donner un coup de pouce pour commencer ou terminer la journée. Même si certaines personnes fument parce qu'elles ne sont tout simplement pas capables de s'en passer, vous pouvez fumer simplement parce que c'est bon. Quelles que soient vos raisons, notre but ici n'est pas d'en parler, mais de parler de comment la nicotine affecte vos motivations.

La nicotine - Bien que la nicotine ait des effets néfastes sur la pression artérielle et le coeur, elle ne représente probablement pas la partie la plus toxique de la fumée de tabac. La nicotine est le produit qui vous procure la sensation de bien-être recherchée lorsque vous fumez. Le produit qui vous détend ou qui vous stimule. C'est ce qui vous accroche au tabac, sans oublier le monoxyde de carbone, les hydrocarbures et quelques quatre mille autres produits nocifs. Soyons francs : la nicotine est une drogue. Une drogue puissante qui, selon certaines études, peut causer un syndrome de sevrage plus puissant que l'héroïne. Mais rassurez-vous : un fumeur n'est pas un «drogué». Toutefois, vous devez être conscient de l'emprise que peut avoir le tabac sur vous. Vous avez besoin d'aide et votre pharmacien vous offre son expertise.

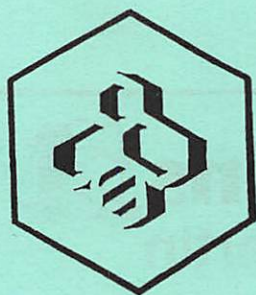
Se libérer - Si vous êtes comme la plupart des fumeurs, vous avez déjà pensé à arrêter de fumer ou vous avez même déjà essayé de le faire. Les statistiques démontrent qu'il faut plusieurs tentatives à un fumeur pour réussir à se débarrasser de son habitude. Cependant, sachez qu'avec la bonne stratégie et un peu de soutien, il est possible de réussir. Bien qu'il n'y ait pas de recette facile, la persévérance est probablement l'ingrédient le plus important. Mettez-la donc à l'épreuve dès maintenant et demandez des informations sur le programme de cessation du tabac offert par votre pharmacien. Ce programme vous donne des outils pour identifier les raisons qui font de vous un fumeur ou une fumeuse, vous propose un plan d'action personnalisé, vous prépare au grand jour, et vous offre du soutien pour réaliser vos objectifs. Il est basé sur les dernières recherches en pharmacologie et en psychologie du comportement. Renseignez-vous dès aujourd'hui!

Pierre Martin, pharmacien

Lundi: 9h à midi • 13h30 à 17h • 19h à 21h
Mar., mer., jeu.: 9h à midi • 13h30 à 17h
Vendredi: 9h à midi • 13h30 à 17h • 19h à 21h

LIVRAISON GRATUITE





La Caisse Populaire
de St-François de
Montmagny

*La direction et le
personnel de votre
Caisse Populaire
souhaitent à tous
ses membres de très
Joyeuses Fêtes.*

Siège social

526, chemin St-François
Saint-François (Québec)
G0R 3A0

TÉL.: (418) 259-7786

FAX: (418) 259-7787

LÉON JALBERT
Directeur général

Votre seule institution financière

LOCALE



Desjardins