



UNE OFFRE COMMERCIALE EN PLEINE CROISSANCE

LES DOSSIERS DE SAINT-HONORÉ

PUBLICATION DE JANVIER 2019 *La réussite de toutes nos forces*



DES ENTREPRISES S'IMPLANTENT ET D'AUTRES INVESTISSENT MASSIVEMENT, CRÉANT PLUS D'UNE SOIXANTAINÉ DE NOUVEAUX EMPLOIS À SAINT-HONORÉ

*Chères citoyennes,
Chers citoyens*

Au cours de l'année 2019, nous compléterons l'amélioration de nos outils multimédias, notre nouveau site Internet sera beaucoup plus convivial. Le look, la navigation, l'architecture et le contenu sont repensés et complètement revus afin de répondre aux besoins de tous. Nous mettrons également en ligne la nouvelle plateforme de communication citoyenne de ville intelligente. Grâce à elle, il sera possible d'effectuer une demande de permis en ligne dès le mois de mai, de consulter le solde de votre compte de taxes et même d'accéder à un calendrier personnalisé. De plus, vous pourrez recevoir des messages et des alertes sur votre téléphone mobile. Restez à l'affût, nous vous informerons lorsque les différents services seront prêts. Saint-Honoré franchira ainsi un nouveau jalon en matière de communication.

Du côté résidentiel, nous vous rappelons que la Ville de Saint-Honoré offre sur son territoire plus de huit développements résidentiels, regroupant plus de 100 terrains prêts à construire. Ils dégagent tous une belle ambiance familiale et une qualité de vie incomparable, dans un milieu de vie dynamique et accueillant. Si vous avez un projet de construction, n'hésitez pas à venir rencontrer notre équipe à tout moment.

Je termine donc en vous invitant à participer en grand nombre aux nombreuses activités de financement de nos organismes communautaires en ce début d'année. Les bénévoles travaillent avec cœur afin de dynamiser Saint-Honoré, c'est pourquoi ils ont besoin de votre appui.

Saint-Honoré, la réussite de toutes nos forces!

BRUNO TREMBLAY
Maire



Clinique de micropuçage

La prochaine clinique aura lieu le samedi **4 MAI**
au Centre récréatif de Saint-Honoré
Coût réduit – **20 \$** (payable en argent ou par débit)

INSCRIPTION EN LIGNE DÈS LE 18 FÉVRIER
via la page Facebook ou le site web
de la Ville de Saint-Honoré

INSCRIPTION OBLIGATOIRE AVANT LE 26 AVRIL



À compter du 1er janvier 2020, tout chien ou chat gardé sur le territoire de Saint-Honoré devra être muni d'une micropuce.

Afin d'aider les citoyens à se conformer à cette exigence, la Ville organise encore deux cliniques de micropuçage à coût réduit d'ici 2019:

Printemps 2019: 4 mai, 20\$
Automne 2019: date à venir, 25\$

Ces cliniques s'adressent exclusivement aux résidents de Saint-Honoré (preuve de résidence obligatoire)

Inscrivez-vous vite !

POUR INFO : 3611 boul. Martel • 418 673-3405, poste 2149
laurie.casgrain@ville.sthonore.qc.ca • www.ville.sthonore.qc.ca

Cette initiative est rendue possible grâce à un partenariat entre la Ville de Saint-Honoré et SOS Stérilisation, en collaboration avec l'Hôpital vétérinaire du Boisé



Les DOSSIERS est un bulletin municipal d'information publié quatre fois par année par la Ville de Saint-Honoré.

Courriel : admin@ville.sthonore.qc.ca

Site Web : www.ville.sthonore.qc.ca

Prochaine parution : **Mai 2019.**

Date de tombée des publicités et des textes : le mercredi 10 avril.

Tous les textes doivent être expédiés par courriel à l'attention de Laurie Casgrain, responsable des communications, laurie.casgrain@ville.sthonore.qc.ca / T. 418 673-3405 poste 2149. Les publicités doivent être expédiées à Romain Riverin, directeur du développement, r_riverin@ville.sthonore.qc.ca / T. 418 673-3405 poste 2113 / C. 418 817-5991 / admin@ville.sthonore.qc.ca

NOUVELLE PLATE-FORME VOILÀ !

Nous sommes heureux de vous annoncer que **la nouvelle plateforme Voilà! est maintenant en ligne** et accessible aux citoyens de Saint-Honoré. Inscrivez-vous* via le site Internet de la Ville de Saint-Honoré (en cliquant sur le logo Voilà!) ou téléchargez l'application mobile pour avoir accès en tout temps à des informations telles que :

- Nouvelles et alertes
- Calendrier personnalisé
- AccèsCité-Loisirs
- Taxation et propriété
- Et plus encore !

**Notez que les usagers déjà inscrits à la plate-forme AccèsCité-Loisirs n'ont qu'à entrer leur courriel et mot de passe pour accéder en ligne.*

Cette plateforme numérique a pour but de faciliter l'accès à l'information et constitue un outil de communication interactif. Vous aurez aussi accès à votre propre dossier personnalisé contenant toutes les informations pertinentes qui vous concernent.



Voilà! est développée par PGSolutions, www.pgsolutions.com, un développeur de solutions logicielles qui s'adresse principalement au marché municipal québécois.

TAXES MUNICIPALES

Vous avez maintenant reçu votre compte de taxes pour l'année 2019. Celui-ci contient trois coupons de paiement, le premier versement est dû pour le 28 février, le second pour le 13 mai et le dernier pour le 14 août 2019.

Pour tout compte payé en totalité à la première date d'échéance, soit le 28 février, un escompte de 2 % est accordé sur la taxe foncière et les services.

Il est important de conserver les bordereaux de paiement pour chaque échéance, puisqu'il n'y aura pas de rappel pour les paiements de ceux-ci.

Les modes de paiement offerts :

- par carte de débit ;
- par carte de crédit ;
- en argent comptant ;
- par paiement préautorisé ;
- par chèques et chèques postdatés à l'ordre de la Ville de Saint-Honoré ;
- ou par le biais de votre institution financière.

SUIVEZ-NOUS SUR INTERNET

NOTRE PAGE FACEBOOK

Depuis un certain temps, nous utilisons Facebook afin de donner de l'information à nos citoyens. Avec plus d'un milliard d'inscrits, Facebook est devenu une plateforme de réseau social incontournable pour communiquer. Nous vous invitons à « AIMER » la page de la Ville de Saint-Honoré pour demeurer informés des nouvelles et des activités.

NOTRE SITE INTERNET

Nous vous suggérons de visiter régulièrement notre site internet. L'information municipale s'y retrouve et vous ne manquerez rien en consultant la rubrique « ACTUALITÉ » sur la page d'accueil. Rendez-vous au : www.ville.sthonore.qc.ca

NOTRE PAGE INSTAGRAM

Suivez-nous sur cette plate-forme et découvrez de beaux clichés de Saint-Honoré en vous rendant au www.instagram.com/ville.sthonore

ÉCOCENTRE

ÉCOCENTRE DE SAINT-HONORÉ
2991, BOULEVARD MARTEL

HORAIRE HIVERNAL :
Samedi, de 10 h à 15 h

MATIÈRES ACCEPTÉES : ampoules fluocompactes, piles, batteries, téléphones cellulaires, pneus, meubles, encombrants, matériaux secs et de construction, métaux, végétaux, peinture, huiles usées, antigel (glycol), produits électroniques et informatiques.

RÉEMPLOI

SOCIÉTÉ SAINT-VINCENT-DE-PAUL
630, RUE COULOMBE, SAINT-HONORÉ

Mercredi, de 18 h 30 à 20 h

MATIÈRES ACCEPTÉES : vêtements, jouets, articles ménagers et meubles.

FRIPERIE ET CIE
3470, BOULEVARD MARTEL, SAINT-HONORÉ

MATIÈRES ACCEPTÉES : vêtements, souliers et accessoires.

ÉCOCENTRE DE SAINT-HONORÉ
2991, BOULEVARD MARTEL

MATIÈRES ACCEPTÉES : vélos, meubles, appareils ménagers et autres articles pouvant encore servir.

RÉCUPÉRATION

BRIDÉCO LTÉE (BMR)
3000, BOULEVARD MARTEL, SAINT-HONORÉ

MATIÈRES ACCEPTÉES : ampoules fluocompactes, piles, batteries et téléphones cellulaires. Boîte de dons de vêtements à l'extérieur.

FAMILIPRIX HOUDE ET LÉVESQUE
3521, BOULEVARD MARTEL, SAINT-HONORÉ

MATIÈRES ACCEPTÉES : médicaments périmés et seringues. Boîte de dons de vêtements à l'extérieur.

5 IDÉES POUR UNE

SAINT-VALENTIN ÉCORESPONSABLE



FLEURS ET CHOCOLATS

- Privilégiez les plantes vivantes aux fleurs coupées.
- Si vous recevez un bouquet, compostez-le lorsqu'il fanera.
- Favorisez les chocolats bio, équitables ou de confection locale.



EXPÉRIENCES

- Remplacez les cadeaux matériels et prenez du temps avec vos proches : raquette, patin, activité de glisse, spa nordique, massothérapie ou spectacle.



ACHATS LOCAUX

- Organisez un repas où les produits locaux seront à l'honneur.
- Visitez un producteur local : accessoires et bijoux, produits de beauté et santé, agrotourisme ou économusée.



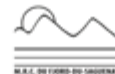
EMBALLAGES

- Réduisez les emballages cadeaux, réutilisez-les ou recyclez-les.
- Évitez le suremballage, les matières non-recyclables et les produits emballés individuellement.



EN BREF

- Privilégiez la qualité à la quantité et optez pour des produits durables et le tour est joué !



www.mrc-fjord.qc.ca/environnement

PROGRAMMES D'AIDE FINANCIÈRE

COMPOSTEURS DOMESTIQUES

Saviez-vous que la matière organique compose environ 47 % des déchets que vous produisez?

Le compostage domestique est une excellente façon de diminuer la quantité de déchets envoyés à l'enfouissement et de réduire l'odeur de votre bac à déchets.

COUCHES LAVABLES

Saviez-vous qu'un bébé utilisera plus de 5 000 couches jetables et que cela équivaut à une tonne de déchets?

L'utilisation de couches lavables permet de réduire considérablement votre quantité de déchets et d'économiser plusieurs centaines de dollars.

Pour savoir comment recevoir JUSQU'À 100 \$ EN COMPENSATION FINANCIÈRE pour l'acquisition de couches lavables et de composteurs, consultez le www.mrc-fjord.qc.ca/environnement.



Qui dit température hivernale, dit également augmentation de l'utilisation de chauffage au bois et d'appoint dans les maisons. Voici deux conseils pratiques afin de limiter les risques d'incendie.



LE RAMONAGE DE LA CHEMINÉE

- Ramenez ou faites ramoner la cheminée par un professionnel tous les ans ou à toutes les cinq cordes de bois brûlées si vous utilisez fréquemment votre appareil ;
- Examinez votre cheminée afin qu'elle ne soit pas obstruée par la neige ou la glace ;
- Ne jamais mettre le feu dans la cheminée pour éliminer la créosote ;
- Ne vous fiez pas aux bûches de ramonage ou aux additifs en poudre conçus pour nettoyer les conduits de fumée. Leur utilisation n'enlève pas la nécessité de ramoner.

LES CENDRES

- Videz régulièrement les cendres de l'appareil de chauffage ;
- Déposez les cendres dans un contenant métallique à fond surélevé muni d'un couvercle métallique ;
- Gardez le contenant à l'extérieur, sur une surface incombustible, et prévoyez un dégagement de 1 mètre de toute surface combustible ;
- Gardez les cendres sept jours avant de les jeter ;
- Les cendres chaudes dégagent du monoxyde de carbone; c'est pourquoi elles doivent être entreposées à l'extérieur de la maison ou du garage.

YAN PELLETIER, Directeur SSI

418 673-3405, poste 2107 (bureaux de la ville / jour)

418 376-7046 (pour information ou permis de feu/soir et fin de semaine)

911 (pour toutes urgences)

N'oubliez pas que votre demeure doit être munie d'un ou plusieurs avertisseurs de fumée. Si vous vous trouvez dans une de ces situations, vous devez avoir obligatoirement un détecteur de monoxyde de carbone :

- Vous avez un chauffage à combustion (bois, granule ou à l'huile) ;
- Vous avez des électroménagers qui fonctionnent au propane ou au gaz naturel ;
- Finalement, vous avez un garage attenant ou intégré à votre maison.

* Référence : Service de prévention incendie de la MRC du Fjord-du-Saguenay



LE DÉGAGEMENT DES SORTIES

Soyez prévoyant ! Après chaque chute de neige, déglacez et déneigez les sorties de votre domicile, incluant les fenêtres du sous-sol et les balcons, et assurez-vous que les voies d'accès menant à ces sorties soient désencombrées.

Ainsi, vous pourrez évacuer rapidement en cas d'incendie et cela facilitera, du même coup, l'intervention des services d'urgence.

Pension canine et cours d'obéissance

Renforcement positif et éthologie

Située en pleine nature à Saint-Honoré



Pension canine

- Sécurité
- Propreté
- Service à la clientèle
- Bien-être
- Qualité supérieure

Véronique Boivin

418-503-0594

info@viedechien.net

www.viedechien.net

www.facebook.com/viedechiensaguenay

Cours d'obéissance

- Cours d'obéissance de base
- Rallye obéissance
- Agilité
- Cours de groupe ou privé selon vos besoins

OBLIGATIONS ET DEVOIR DES PROPRIÉTAIRES ET GARDIENS D'ANIMAUX

L'adoption d'un animal de compagnie vient avec un lot de responsabilités variées. Afin d'éviter certains inconvénients, il est important de savoir que le propriétaire ou le gardien d'un animal est tenu de respecter le règlement municipal sur les animaux. Entre autre, le propriétaire ou le gardien d'un animal doit s'assurer que celui-ci soit enregistré ou micropucé, que l'animal n'erre pas en dehors de la propriété où il est normalement gardé et que les déjections de l'animal soient ramassées régulièrement. Il est également important de savoir qu'une personne dont le chien aboie de façon excessive et dérangeante s'expose à des sanctions.



CHANGEMENTS AYANT UN IMPACT SUR LA VALEUR D'UNE PROPRIÉTÉ

Tout comme l'ajout de dépendances (bâtiments accessoires, piscines, etc.) ou d'un usage secondaire, l'enlèvement de ces dépendances ou la fin de l'exploitation d'un usage secondaire influence la valeur taxable d'une propriété. Certains de ces changements peuvent nécessiter l'obtention d'un permis ou d'un certificat d'autorisation. Il est donc essentiel, d'aviser à l'avance le service d'urbanisme de tout changement à apporter à votre propriété afin que la valeur de celle-ci soit représentative.

DEMANDES DE PERMIS ET CERTIFICATS

Lorsque vous avez un projet de construction, de rénovation, d'agrandissement ou de réaménagement, n'oubliez pas que l'obtention d'un permis de construction ou un certificat d'autorisation peut être nécessaire. Il est donc important de communiquer avec la municipalité tôt dans le processus pour deux raisons majeures :

1. afin de savoir si un permis ou un certificat est nécessaire. Si oui, le délai d'émission du permis ou du certificat peut

**N'OUBLIEZ PAS QU'UN
SIMPLE TÉLÉPHONE
AU SERVICE D'URBANISME
PEUT VOUS ÉVITER BIEN DES
INCONVÉNIENTS**

418 673-3405

**LE SERVICE D'URBANISME ET ENVIRONNEMENT
DE LA VILLE DE SAINT-HONORÉ**

JÉRÔME BOUCHARD
Inspecteur en bâtiment et environnement
poste 2103 • jerome.bouchard@ville.sthonore.qc.ca

ISABELLE DIONNE
Inspectrice adjointe en bâtiment
poste 2102 • isabelle.dionne@ville.sthonore.qc.ca

être plus ou moins rapide selon l'achalandage;

2. afin d'être certain que votre projet, tel que vous l'avez élaboré, soit conforme aux différents règlements applicables.

Surtout n'oubliez pas que le travail des inspecteurs en bâtiments n'est pas de vous empêcher de réaliser vos projets, mais bien de vous assister afin que ceux-ci soient fait de façon conforme.



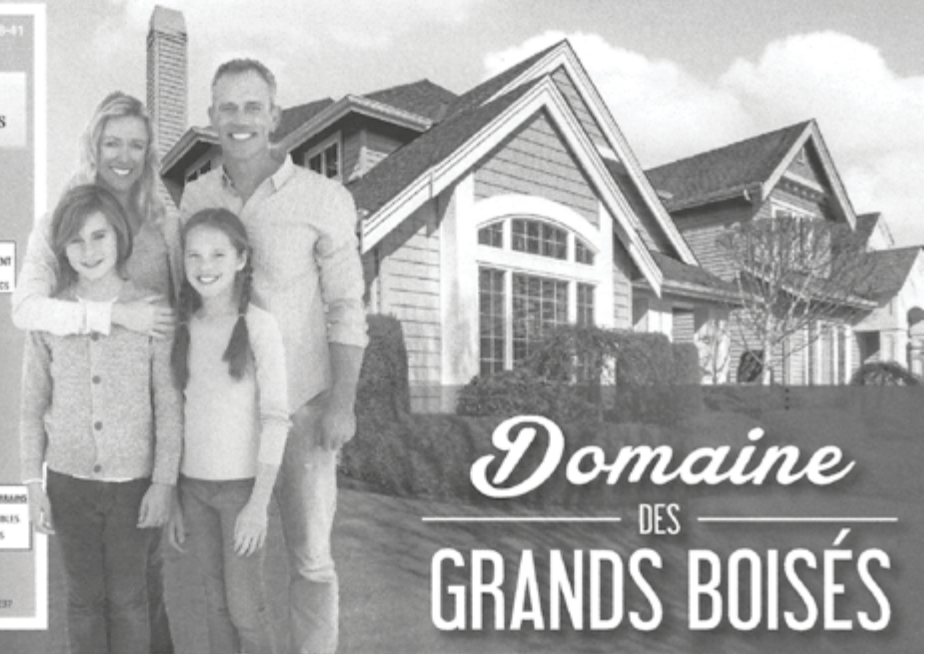
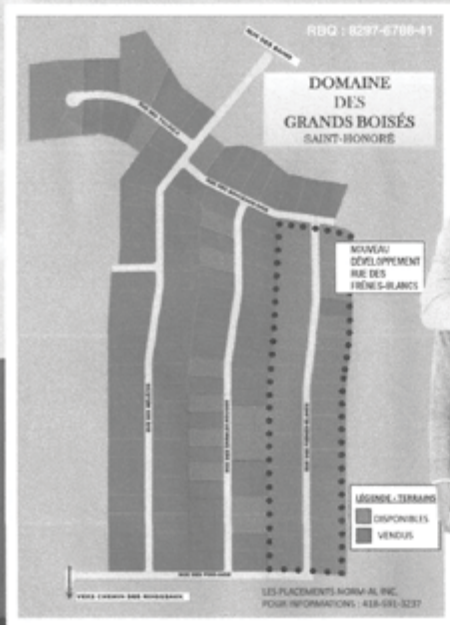
ATELIER DE COUTURE *Claudine et Diana*

Votre atelier de confiance
Réparations et retouches



f

3400 chemin des Ruisseaux
Saint-Honoré QC G0V 1L0
418 **673-4802** • 418 **376-1017**



Domaine DES GRANDS BOISÉS

AVANTAGES DISTINCTIFS

SECTEUR SAINT-HONORÉ

Ce qui distingue le Domaine des Grands Boisés au Saguenay, et en a fait le choix de plusieurs familles, c'est l'ensemble des avantages qui y sont associés :

- Prix abordables, soit à partir de 34 000\$ +tx
- Grands terrains boisés avec arbres matures (entre 22 000 et 50 000 pieds carrés)
- Avantages de la vie de quartier, des grands espaces et intimité tout à la fois
- Secteur paisible
- Vous choisissez vos entrepreneurs
- Taux de taxation plus bas qu'à Saguenay
- Coûts minimums d'aménagement des terrains
- Services d'aqueduc par la Municipalité de St-Honoré
- Terrains plats
- Terrains sur fond de sable et bien drainés
- Construction d'installations septiques minimales et standards (pas de systèmes complexes)
- À proximité des services (St-Honoré et Saguenay - secteur Chicoutimi-Nord)
- À environ 1 km des limites de Saguenay et moins de 15 minutes du centre-ville de Chicoutimi
- À proximité des Monts-Valin
- Accès faciles aux pistes de motoneiges, de quad et de vélo.

UN NOUVEAU DÉVELOPPEMENT RÉSIDENTIEL UNIQUE EN SON GENRE

Inauguré à l'été 2012, le développement domiciliaire le Domaine des Grands Boisés a connu un succès immédiat.

En effet, la phase 1 ayant connu un succès instantané, le promoteur, les Placements Normal inc., a décidé de réaliser les travaux de la phase 2 à l'été 2012 également. La majorité des terrains de ces premières phases ayant trouvé preneurs. Actuellement, il reste un terrain sur la rue des Bouleaux-Gris, 11 terrains sur la rue des Érables-Rouges (phase 3 et 4) et 7 terrains sur la rue des Tilleuls. Le Domaine des Grands Boisés offre depuis peu 39 terrains dans sa nouvelle rue des Frères-Blancs (voir plan)



www.domainedesgrandsboises.sitew.ca

Pour information M. Alain Laberge **418 591-3237**



ROMAIN RIVERIN
DIRECTEUR DU DÉVELOPPEMENT
T. 418 673-3405 poste 2113 • C. 418 817-5991
r_riverin@ville.sthonore.qc.ca



UNE OFFRE COMMERCIALE EN PLEINE CROISSANCE

Avec une croissance démographique qui voit sa population s'élever à plus de 6000 citoyens l'an dernier, Saint-Honoré a vu ses nombreux services augmentés depuis les dernières années. On n'a qu'à penser à la salle d'entraînement et aux autres services du centre récréatif avec l'embauche d'une directrice des loisirs, l'agrandissement de l'école Jean Fortin avec l'ajout d'un nouveau gymnase, et plusieurs autres signes que l'offre de services augmente.

L'investissement privé suit également le mouvement. Présentement, nous pouvons observer une offre commerciale qui s'accroît afin répondre à la nouvelle demande. Plusieurs commerces viennent s'implanter ou investissent massivement pour nous offrir de nouveaux produits de spécialités, de façon à offrir encore davantage à la clientèle passante, mais aussi, bien sûr, à la clientèle locale. En tout, c'est plus de 60 emplois qui ont été créés cette année à Saint-Honoré, soit le double des emplois déjà existants dans ce secteur d'activités (épiceries et dépanneurs). Nous vous présentons ici quelques exemples de récents projets d'investissements.



M. André Gobeil
Directeur général,
Cégep de Chicoutimi

M. Steve Moreau
Directeur général,
Centre québécois de
formation en aéronautique



Mme Manon Chapdelaine
Directrice de la formation
continue, Humanis

LE CÉGEP COMME LEVIER DE DÉVELOPPEMENT COMMENT LE CÉGEP DE CHICOUTIMI PEUT ÊTRE PARTENAIRE DU DÉVELOPPEMENT DE VOTRE ORGANISATION

Déjeuner-conférence et réseautage

- » Le mercredi 13 février
- » de 6 h 30 à 8 h
- » 10\$ (déjeuner inclus)
- » À l'hôtel de ville de Saint-Honoré,
3611, boul. Martel (Entrée à l'arrière)

RÉSERVATIONS :
Courriel : r_riverin@ville.sthonore.qc.ca
Téléphone : 418-673-3405, poste 2113



BIENTÔT UNE ÉPICERIE FINE À SAINT-HONORÉ

SAINT-HONORÉ - Amirah Derbala et Bianca Fillion profitent de l'effervescence économique de Saint-Honoré pour mettre en branle leur projet d'épicerie fine, qui comprendra une boucherie et une pâtisserie. Le duo d'entrepreneures s'associe avec deux autres partenaires pour investir plus de 1,1 M\$ dans la construction d'un nouveau bâtiment pour installer leur commerce, où une douzaine d'emplois seront créés.

La nouvelle épicerie, appelée La Fine Rebelle, mettra les produits tendance à l'avant plan. Les deux femmes d'affaires ont pu compter sur l'implication d'Éric Beaulieu, propriétaire de la station-service Nutrinor Énergie



de Saint-Honoré ainsi que de Jacky Houde, son associé dans la station-service.

Le chantier s'échelonnera jusqu'au printemps, et la date d'ouverture demeure à confirmer.

Source : Informe affaires

Article complet : informeaffaires.com

Facebook : Boucherie pâtisserie La Fine Rebelle

LE DÉPANNEUR JEM SE REFAIT UNE BEAUTÉ INTÉRIEURE ET EXTÉRIEURE

LES ENTREPRENEURS ÉRIC BEAULIEU ET JACKY HOUDE INVESTISSENT 500,000\$

Du côté du dépanneur JEM, un investissement de l'ordre d'un demi-million a été fait dans le bâtiment situé à l'entrée de la ville, au 2590 Boulevard Martel. Parmi les changements majeurs, il y a le remplacement de la chambre froide dans laquelle a triplé l'espace de vente. Ce changement a permis d'ajouter près de 200 sortes de bières de microbrasserie, de partout au Québec, auxquelles s'ajoutent les marques de bières déjà connues. De plus, un comptoir de mets « prêt à manger » a été installé. L'ajout de ce nouveau comptoir a permis la création d'un nouvel emploi.



Bravo à Messieurs Beaulieu et Houde pour vos investissements.

NOUVELLE STATION-SERVICE À SAINT-HONORÉ

Une nouvelle station-service avec dépanneur a maintenant pignon sur rue à Saint-Honoré, au 3132 boulevard Martel. Cette nouvelle bannière Ultramar ajoutera, une fois le projet à terme, une cinquantaine d'emplois à Saint-Honoré. La station-service a ouvert ses portes en novembre dernier, et représentera un investissement de 3,2 M.



L'ÉRABLIÈRE CHEZ LES FILLES DU CAP BLEU EMMÉNAGE DANS LE CENTRE URBAIN

La relève entrepreneuriale de l'entreprise de l'Érablière du Cap bleu, qui changera de nom pour l'Érablière chez les filles du Cap bleu, s'installe actuellement au 3600 boulevard Martel. Les copropriétaires, Mesdames



Chantale Lapointe et Audrey Fortin, ont déjà commencé à y transférer leur production qui était située, jusqu'à décembre dernier, dans le chemin du Cap. Un espace boutique est également prévu sur place afin d'y offrir leurs nombreux produits à la clientèle, majoritairement des produits de transformation de l'érable. Plusieurs de leurs produits se retrouvent d'ailleurs sur les tablettes des grandes bannières d'épicerie dans la région. Bonne continuation à Mesdames Chantale Lapointe et Audrey Fortin!

Page Facebook : Érablière du Cap bleu



DÉVELOPPEMENT
Saint-Honoré



**Secteur commercial
et industriel**

www.ville.sthonore.qc.ca
Pour information : **418 673-3405**

TRANSPORT FRÉDÉRIC BOUCHARD S'INSTALLE DANS LE PARC INDUSTRIEL DE SAINT-HONORÉ

SAINT-HONORÉ – Depuis l'année dernière, l'entreprise Transport Frédéric Bouchard connaît une belle croissance, notamment grâce au travail qu'elle effectue pour la Scierie Girard de Shipshaw. Son propriétaire a d'ailleurs confirmé



avoir investi 1,5 M\$ pour l'achat de quatre camions et la construction d'un bâtiment pour abriter un atelier mécanique et un hangar.

Frédéric Bouchard a fait l'acquisition d'un terrain dans le parc industriel de la Ville de Saint-Honoré, un endroit stratégique pour l'entreprise dont les camions circulent notamment par cette zone. La construction d'un bâtiment de 40 pieds par 60 pieds a été réalisé, afin d'y installer l'atelier mécanique et des hangars pour les camions. Ce projet représente des investissements de 250 000 \$. Depuis qu'elle travaille avec la Scierie Girard, Transport Frédéric Bouchard a

également fait l'acquisition de quatre camions pour un total de 800 000 \$, ce qui porte sa flotte à six véhicules. L'entreprise est également passée de deux à sept emplois, dont un mécanicien.

L'entreprise, en affaires depuis 1999, dévoue actuellement 90 % de ses effectifs au contrat avec la Scierie Girard dans le domaine du transport forestier. Elle possède aussi un petit camion pour le transport de vrac.

Source : Informe Affaires

DES NOUVELLES DU COMITÉ DE SUIVI DE LA MINE NIOBEC

Le 23 novembre dernier, les membres du comité ont tenu une rencontre régulière à la mine Niobec. Il a notamment été question du trafic routier, un sujet d'intérêt préalablement identifié par les citoyens de Saint-Honoré. Un portrait de la situation quant au transport lié aux activités de la mine a été présenté aux membres. Les échanges ont permis d'identifier les différentes problématiques et des pistes de solutions envisageables. Un suivi sur quelques-unes de ces pistes sera effectué lors des prochaines rencontres.

Nous vous rappelons que les comptes rendus des rencontres du comité sont disponibles sur le site internet de Niobec au : www.niobec.com/engagement/comite-de-suivi. Vous y trouverez également le calendrier des rencontres et la liste des sujets qui seront traités ainsi que le lien pour communiquer vos questions ou commentaires aux membres.

Notez que la prochaine rencontre du comité de suivi Niobec aura lieu le **28 février prochain** et que la thématique « Enjeux agricoles (actuels et futurs) et Projets de recherche et développement en agriculture » figure aux items à l'ordre du jour.

ÉBÉNISTERIE 4000



Spécialité armoires de cuisine

4000 boul. Martel • Saint-Honoré

418 540-6735

UN NOUVEAU SERVICE DE CONSULTATION EN TRAVAIL SOCIAL À SAINT-HONORÉ

Saint-Honoré pourra désormais bénéficier d'un nouveau service en consultation pour tout problème d'ordre personnel, conjugal ou familial. Madame Dominique Grégoire est diplômée au baccalauréat en travail social en 2002 (UQAC) et est membre de l'ordre des travailleurs sociaux et des thérapeutes conjugaux et familiaux du Québec. La clinique a ouvert ses portes le 4 février dernier au 640, rue Desrosiers à Saint-Honoré.



Que font les travailleurs sociaux?

Les travailleurs sociaux aident les personnes et les communautés qui vivent des problèmes, qu'ils soient liés à des situations difficiles, de crise ou de la vie courante.

Ils élaborent avec elles des pistes de solution en fonction de leurs forces et celles de leur milieu (pour améliorer leur bien-être). Ils abordent également la réalité des personnes selon une vision globale qui tient compte de la personne et de son milieu.

Leurs interventions sont concrètes, créatives, sans préjugés et fondées sur la justice sociale.

Réf : Site Internet de l'ordre professionnel

Mme Grégoire détient une formation et une grande expérience de travail qui lui permettent d'accompagner ses clients, peu importe la situation difficile qu'ils peuvent vivre : anxiété, dépression, épuisement, séparation/divorce, conflit de séparation, relations familiales, problèmes de comportements chez les enfants/adolescents, communication, estime de soi, toxicomanie, etc. Privilégiant une intervention court terme, elle utilise différents outils dans la mise en place de solutions concrètes face aux problèmes identifiés.

Le nouveau service de consultation sera également offert sous plusieurs formes selon les besoins : consultations individuelles, conjugales et familiales, interventions à domicile, de même que l'évaluation psychosociale. Avec une approche basée sur l'ouverture d'esprit, la sensibilité aux besoins des autres et le sens de l'humour (quand le moment s'y prête bien sûr), Mme Grégoire dit avoir une certaine facilité à rendre l'atmosphère détendue lors de ses interventions, ce qui permet à ses clients de se sentir en confiance.

De plus, en faisant partie de l'Ordre des travailleurs sociaux et des thérapeutes conjugaux et familiaux du Québec, elle peut émettre un reçu pour assurances, le service de travail social étant couvert par un grand nombre de conventions collectives. Mme Grégoire travaille aussi en collaboration avec différents programmes d'aide aux employés offert par certaines entreprises.

CHRONIQUES REGARD SUR LES ENTREPRISES D'ICI

Une nouvelle chronique est accessible sur le site Internet de la Ville de Saint-Honoré : Fabrice Tremblay, photographe. Bonne lecture!

NOUVEAU à LA MARTINGALE

- Manège
- Cours d'équitation
- Tours de carriole (2, 4 et 6 places)

Pension et entraînement pour chevaux • Randonnées et forfaits • BERTRAND ROBITAILLE
5490 boul. Martel • Saint-Honoré • www.lamartingale.net • 418 673-3956 / 418 674-4410

Les Entreprises **SYLVAIN DUFOUR**

R.B.Q. 5724-4584-01

1450, Hôtel-de-Ville

St-Honoré, QC

G0V 1L0

entreprisesylvaindufour@hotmail.com

TRAVAUX À L'HEURE OU À CONTRAT PRIX PLUS QUE COMPETITIF POUR ESTIMATION

EXCAVATION EN TOUT GENRE

TERRASSEMENT

DRAIN DE FONDATION

ENTRÉE D'EAU

DÉNEIGEMENT

MARTEAU HYDRAULIQUE

TRANSPORT DE TERRE - SABLE - GRAVIER

INSPECTION DE DRAIN PAR CAMÉRA

*** **NOUVEAUTÉ** ***

PETITE PELLE 303 CATERPILLAR

À LOUER AVEC OU SANS CHAUFFEUR



UN SEUL NUMÉRO 418 818-1604

Comptabilité GH

Comptabilité Générale

Tenu de livre

Salaires et déduction

T4 et Relevé 1

Rapport de taxe

Rapports d'impôts

États Financiers (Intérimaires)

Taxe Diesel

Services Administratifs

Comptabilité GH

Geneviève Hudon

418 290-0422

3590, Boul. Martel

Saint-Honoré, Qc

G0V 1L0

comptabilitegh@hotmail.com

Comptabilité GH

L'ATELIER



L'ATELIER
COIFFURE UNISEXE



ANNIE CHAREST

3220 boul. Martel

Saint-Honoré G0V 1L0

581 234-6077

Suivez-nous sur Facebook

5 \$ de rabais à votre
prochaine visite sur présentation
de cette publicité.

Karine TRUDEL

DÉPUTÉE DE JONQUIÈRE

Nos services

Assurance-emploi

Demande de pardon

Citoyenneté et immigration

Impôt sur le revenu

Sécurité de la vieillesse

(418) 695-4477
1930, rue Davis, Jonquière



Les bonnes protections pour la vraie vie



**Assurances auto
et habitation**

Parce que votre réalité n'est pas celle de votre voisin, nous vous offrons des protections adaptées, à prix compétitifs.
desjardins.com/assurances

 **Desjardins**
Caisse de Bellefleur



MARIE-JOSÉE PAQUET
DIRECTRICE DU SERVICE DES SPORTS ET LOISIRS
T. 418-3405 POSTE 2140
mjpaquet@ville.sthonore.qc.ca

ENVIE DE VOUS METTRE EN PRIORITÉ? JOIGNEZ-VOUS AU MOUVEMENT DU DÉFI SANTÉ!



On ne le dira jamais assez, notre santé est la chose que nous devrions tous chérir le plus. Être en santé c'est bien manger, bouger plus, prendre le temps d'équilibrer sa vie et profiter au maximum de tout ce qu'elle nous apporte.

Nous avons beau être des plus conscientisés, il est parfois difficile de faire tout ce que l'on doit faire pour maintenir nos saines habitudes de vie au quotidien. Parfois, on aurait besoin d'un petit coup de pouce magique pour y arriver. Et bien cette magie, le Défi Santé la possède.

Cette année, pour une 5^{ème} fois, la ville de Saint-Honoré s'engage à faire la promotion de ce défi à travers une multitude d'activités gratuites et d'initiatives visant à nous accompagner dans notre démarche.

Ensemble, pendant 30 jours en avril, nous renouvellerons l'engagement de mettre notre santé en priorité. Nous tenterons même d'activer notre santé tout au long de l'année avec le soutien en ligne de cette campagne provinciale et notre programmation spéciale d'activités Défi santé qui vous sera offerte à Saint-Honoré.

Il n'y a plus aucune excuse valable pour ne pas poursuivre définitivement ce virage santé et faire rayonner notre ville dans cette belle aventure. Il ne vous reste plus qu'à vous inscrire de nouveau pour faire équipe avec nous, car ensemble c'est toujours plus stimulant et gagnant! Vous n'êtes pas encore inscrit ou vous n'avez jamais participé au Défi Santé? Sachez qu'il n'est jamais trop tard pour prendre soin de vous!

Pour s'inscrire: www.defisante.ca

Inscription dès maintenant jusqu'au 31 mars 2019.

Loisirement vôtre,

Marie-Josée Paquet

Directrice du Service des sports et loisirs

Ville de Saint-Honoré

Bureau : 418-673-3405 poste 2140

Courriel : mjpaquet@ville.sthonore.qc.ca

LA MÉDIATION FAMILIALE ET AUTRES SITUATIONS

Une approche beaucoup moins coûteuse, beaucoup plus réfléchie.

Avocat pratiquant exclusivement en médiation depuis plus de 15 ans, j'ai développé une grande expertise dans la résolution des conflits en invitant toutes les parties à collaborer ensemble dans un processus de médiation. Cette approche favorise la recherche de solution plutôt que la confrontation devant les tribunaux et s'applique dans tous les cas où les parties désirent régler une situation problématique (famille, divorce et séparation, voisinage, travail, affaires, contrat, assurances, vices cachés, succession, gestion du personnel).

581 306-6306 - miville@justiceparticipative.com
justiceparticipative - www.justiceparticipative.com

4071 boul. Martel
Saint-Honoré QC G0V 1L0

Me **Miville Tremblay**
médiateur & avocat

LE DÉFI SANTÉ, C'EST 3 HABITUDES À AMÉLIORER



MANGER MIEUX

Manger mieux, c'est donner plus de place aux fruits et aux légumes, inclure dans son menu une variété d'aliments gagnants et faire de l'eau la boisson no 1. Manger mieux, c'est aussi cuisiner plus avec des aliments peu transformés, prendre une pause pour manger, partager ses repas avec d'autres loin des écrans et, surtout, savourer!

BOUGER PLUS

Bouger plus, c'est s'activer 30 minutes par jour... et même plus! C'est aussi activer son cardio, renforcer ses muscles et faire des exercices d'assouplissement. En fait, c'est saisir toutes les occasions de bouger au fil de la journée: au travail, à la maison, pendant les loisirs ou les déplacements.



GARDER L'ÉQUILIBRE



Garder l'équilibre, c'est nourrir toutes les sphères de sa vie: travail, amour, loisirs. C'est s'investir dans chacun de ces aspects en s'assurant de ne pas mettre tous ses œufs dans le même panier. C'est aussi être mieux outillé pour faire face aux exigences du quotidien, gérer son stress et avoir des relations enrichissantes avec les autres... et avec soi-même!

LE DÉFI SANTÉ C'EST TOUTE L'ANNÉE !

1. **Le Mois Défi Santé** en avril: et hop! 30 jours pour un coup d'envoi santé dans lequel les participants, tous ensemble, visent chaque jour l'atteinte de 3 objectifs santé.

2. Le reste de l'année : des **dossiers thématiques** pour maintenir ses habitudes ou pour aller plus loin, avec des minidéfis à relever. Un coup de pouce pour continuer!

C'est aussi du soutien gratuit

- Des **trucs pratiques** et des recettes
- Une **communauté inspirante** sur Facebook et Instagram

De plus, inscrivez-vous afin de

- recevoir les **courriels de motivation**
- accéder à votre **dossier personnel**
- répondre à un **questionnaire** et d'obtenir votre **score santé**
- faire le **Quiz maison santé** pour les familles



LE DÉFI SANTÉ À SAINT-HONORÉ

C'est faire équipe avec le Service des sports et loisirs de la Ville pour relever le Défi. C'est profiter de nombreuses activités Défi santé pour toute la famille. Pour ne rien manquer, surveillez le dévoilement de la programmation à la mi-mars par le biais de la page Facebook et du site Internet de la ville. Venez activer votre santé avec nous!

VOUS N'ÊTES PAS ENCORE INSCRIT?

SACHEZ QU'IL N'EST JAMAIS TROP TARD POUR PRENDRE SOIN DE VOUS!

JOIGNEZ-VOUS AU MOUVEMENT!

www.defisante.ca - Inscription dès maintenant jusqu'au 31 mars 2019.



AVEZ-VOUS CRÉÉ VOTRE COMPTE LOISIRS ?

vous devez cliquer sur la pastille « s'inscrire » et compléter les informations demandées dans la section « Pourquoi m'inscrire? » et par la suite cliquer sur « Créer mon compte » en bas du formulaire. Veuillez noter qu'un seul compte loisirs doit être créé par famille.

Le Service des sports et loisirs utilise maintenant une plateforme d'inscriptions en ligne pour l'ensemble de ses activités. Pour pouvoir utiliser ce service, vous devez préalablement avoir créé votre compte loisirs personnel ou familial.

Après avoir cliqué sur « Créer mon compte », votre profil loisirs apparaîtra. Vous pourrez par la suite ajouter les membres de votre famille s'il y a lieu. Pour effectuer cette action, vous devez réaliser les étapes suivantes :

Ce mode d'inscription vous permettra de consulter la liste des activités et des cours avant la période d'inscription ainsi que les places disponibles, de faire votre paiement par carte de crédit, de recevoir une confirmation d'inscription et d'imprimer vos reçus et relevés pour fins d'impôt. L'inscription se fera automatiquement, sans que vous ayez à vous déplacer, toujours selon le principe du premier inscrit, premier servi.

1. Cliquer sur l'onglet « Les membres de ma famille » et choisir « ajouter un membre ».
2. Compléter les renseignements demandés et appuyer sur « enregistrer » ;
3. Recommencer le processus pour chacun des membres de votre famille.

Il est à noter que tous les citoyens qui souhaiteront s'inscrire à une activité devront **OBLIGATOIREMENT** se créer un compte loisirs, sans quoi il sera impossible d'accéder au formulaire d'inscription en ligne.

Une fois ces étapes réalisées et votre compte approuvé par notre système, vous serez prêt à vous inscrire à des activités en retournant sur le logiciel d'inscription en ligne selon la période d'inscription déterminée.

Donc, si cela n'est pas encore fait, nous vous invitons à vous rendre sur le site internet de la Ville de Saint-Honoré et de cliquer sur le logo « Je clique pour mes loisirs ».

Pour toute question lors de la création de votre compte personnel ou familial, communiquez avec le Service des sports et loisirs au 418 673-3405, du lundi au jeudi, de 8 h à 12 h et de 13 h à 16 h 30 ainsi que les vendredis de 8 h à 12 h.

Une fois sur la page d'accueil de nos services en ligne,

ESCALIERS ET ÉBÉNISTERIE
NOUVELLE-AIRE
 www.nouvelle-aire.com

SPÉCIALITÉS

- escaliers
- rampes
- mains courantes
- tous genres de finitions
- meubles sur mesure

ALLAN SIMARD
 6241 boul. Martel • Saint-Honoré
 T. 418 817-2006
 F. 418 503-0945

RSQ 8360-4785-01

Carrosserie
Jean-François Tremblay

T. 418 312-1012
C. 418 817-1649

Redressement de châssis
 Peinture • Débosselage
Réclamation

6061 BOUL. MARTEL - ST-HONORÉ



MOTIVATION. ACTION. RÉSULTATS.
... RIEN DE PLUS POUR RÉUSSIR !

TARIFICATION ADULTE
(22 ans +)

Abonnement	Tarif
1 mois	60 \$*
4 mois	200 \$ (50 \$ / mois)
6 mois	270 \$ (45 \$ / mois)
12 mois	420 \$ (35 \$ / mois)
À la carte	100 \$ (12 séances)
À la séance	10 \$*



TARIFICATION ÉTUDIANT
(16-21 ANS ET 60 ANS +)

Abonnement	Tarif
1 mois	54 \$*
4 mois	180 \$ (45 \$ / mois)
6 mois	243 \$ (40,50 \$ / mois)
12 mois	378 \$ (31,50 \$ / mois)
À la carte	90 \$ (12 séances)
À la séance	10 \$*



Note : Les forfaits d'abonnement de 4, 6 et 12 mois comprennent le service de création de programme de base personnalisé, pour un seul programme. Des frais de 10\$ sont applicables pour l'obtention de tout programme de base supplémentaire au cours d'une même période d'abonnement.

Des frais additionnels de 25\$ sont exigés pour la réalisation d'un premier programme adapté en raison d'un changement de la condition physique (ex : grossesse, accident ou blessure) ou qui nécessite un suivi médical en raison de pathologies.

Des frais de 10\$ sont par la suite applicables pour tout programme adapté supplémentaire au cours d'une même période d'abonnement.

** Ces choix d'abonnements n'offrent pas le service de création de programme de base personnalisé. Il est toutefois possible d'en obtenir un coût de 30\$.*



ABONNEMENT CARDIO GYM - 12 MOIS

(Avec programme de base personnalisé)



COÛT : 48\$/MOIS SOIT 575\$ POUR UN AN

Obtenez avec ce forfait la participation à un cours de groupe par session pour la durée de l'abonnement soit un cours au printemps, un à l'automne et un à l'hiver, en plus d'un accès illimité à la salle d'entraînement pendant 12 mois. Voici l'option idéale que vous attendiez pour personnaliser votre horaire d'entraînement sans vous ruiner!

ABONNEMENT MAMAN-POUPON

(Avec programme personnalisé de base)

COÛT : 85\$ POUR 1 MOIS, 225\$ POUR 4 MOIS ET 295\$ POUR 6 MOIS.

Cet abonnement permet à la nouvelle maman de venir s'entraîner à la salle d'entraînement en compagnie de son petit poupon selon l'horaire établi ou de venir seule sur les heures d'ouverture régulières.

Des frais de 10\$ sont applicables pour tout programme adapté supplémentaire au cours d'une même période d'abonnement.

Horaire maman-poupon :

Lundi au vendredi	8 h – 15 h
Samedi :	8 h – 16 h
Dimanche :	10 h – 14 h

Note : Pour des raisons de sécurité, le poupon doit être installé dans son siège d'auto transportable tout au long de l'entraînement de sa maman. Aucun porte bébé ne sera autorisé..

SPÉCIALISTE EN RECYCLAGE DE MÉTAUX

MÉTAL M.T.
ACHAT DE MÉTAUX

Kevin Morais, propriétaire
575, rte. St-Marc, O
St-Honoré
418 543-7844
metal.mt@hotmail.com

CUIVRE • ALUMINIUM • ACIER INOXYDABLE • FONTE • ÉLECTROMÉNAGERS CAROSSE-
RIES D'AUTOMOBILES • HUILES USÉES

ABONNEMENT JEUNESSE 13-15 ANS

(Avec programme de base personnalisé)

Soucieuse du bien-être de ses jeunes et consciente de l'importance de l'adoption de saines habitudes de vie dès le jeune âge, la Ville de Saint-Honoré se réjouit de pouvoir offrir gratuitement une opportunité santé pour la jeunesse.

Pour ce faire, les portes de notre salle d'entraînement sont exclusivement ouvertes pour nos jeunes selon un horaire prédéterminé. Une structure d'accueil est également mise en place pour initier et encadrer nos jeunes recrues.

Lors de l'inscription, une rencontre individuelle est planifiée afin de discuter santé et de déterminer les objectifs d'entraînement. Un programme d'entraînement personnalisé de base est par la suite réalisé et démontré pour chacun des jeunes. Une fois initiés, ils pourront venir s'entraîner librement selon l'horaire établi.

COÛT D'INSCRIPTION : GRATUIT

Pour s'inscrire : Il faut se présenter à la salle d'entraînement selon l'horaire jeunesse. Les jeunes doivent obligatoirement être accompagnés d'un parent au moment de l'inscription.

SERVICE DE KINÉSIOLOGIE

Vous désirez bénéficier de nos services de kinésiologie pour vos projets de remise en forme ou d'entraînement. Quel que soit votre objectif (perte de poids, reprise de l'entraînement après l'accouchement, blessure ou performance sportive), nos kinésioles vous proposeront un programme sur mesure privé ou semi-privé et centré sur vos besoins.

Besoin de conseils, de motivation ou d'encadrement, notre équipe de kinésioles se fera un plaisir de vous faire cheminer vers l'atteinte de vos objectifs.

SERVICES GÉNÉRAUX

- Consultation initiale 30 min - Tarif : 25\$
- Programme d'entraînement adapté – Tarif : 25\$
- Évaluation de la composition corporelle – Tarif : 25\$
- Évaluation de la condition physique et des habitudes de vie - Tarif : 75\$

Comprenant : la prescription d'activité physique personnalisée, l'évaluation musculo-squelettique et la présentation du programme d'entraînement 60 min.

- Suivi d'entraînement en privée 60 min. – Tarif : 45\$

SERVICES SPÉCIALISÉS EN PÉRINATALITÉ

- Consultation initiale 30 min. – Tarif : 25\$
- Évaluation musculo-squelettique 60 min. – Tarif : 85\$

L'HORAIRE DE LA SALLE D'ENTRAÎNEMENT

Lundi	6 h – 21 h 30
Mardi	8 h – 21 h 30
Mercredi	6 h – 21 h 30
Jeudi	8 h – 21 h 30
Vendredi	6 h – 21 h 30
Samedi	8 h – 16 h
Dimanche	10 h – 14 h

L'HORAIRE D'ENTRAÎNEMENT JEUNESSE

Vendredi	17 h – 21 h
Samedi	12 h – 16 h
Dimanche	10 h – 14 h

• • • • •
Pour plus de renseignements, veuillez communiquer avec MARIE-JOSÉE PAQUET, Directrice du Service des sports et loisirs au 418 673-3405 poste 2140

Comprenant : la création d'un programme d'entraînement et la présentation du programme d'entraînement.

- Suivi d'entraînement en privée 60 min. – Tarif : 45\$

SERVICES SPÉCIALISÉS EN COURSE À PIED

- Évaluation de la technique de course à pied – Tarif : 90\$

Comprenant : la consultation initiale, l'évaluation et des conseils pour améliorer la technique de course.

- Évaluation du VO2 max sur tapis ou sur piste – Tarif : 110\$

Comprenant : la consultation initiale, l'évaluation, la création d'un programme spécifique pour améliorer les performances en courses, + 1 rencontre de suivi.

- Entraînement privé et semi-privé:
 Privé : 45\$
 Semi-privé (2 personnes) : 35\$/personne
 Groupe (3 à 5 personnes) : 25\$/personne

Note : Les coûts d'abonnement à la salle d'entraînement ne sont pas compris dans les frais de kinésiologie.

Pour plus de renseignements, veuillez communiquer avec CYNTHIA MORIN, kinésiologue au 418 673-4243 poste 2142 ou MARIE-JOSÉE PAQUET, directrice du Service des sports et loisirs au 418 673-3405 poste 2140

ATELIERS ET CONFÉRENCES À SURVEILLER

Le Service des sports et loisirs vous invite à la présentation de sa prochaine conférence, qui aura lieu le mardi 26 février, sous le thème :

La gestion du stress

Conférencier : *Marc-Antoine Roussel, kinésiologue et consultant en préparation mentale*

Nous sommes tous exposé à vivre du stress à un moment ou l'autre dans notre vie. La plupart du temps, on voit le stress comme un ennemi, alors que celui-ci peut s'avérer être positif. Voyez comment on peut se servir du stress pour performer à notre plein potentiel, et comment contrer les effets négatifs du stress.

Date : Mardi 26 février

Heure : 18 h 30

Coût : 5 \$

Lieu : Centre récréatif de Saint-Honoré, salle #1

Pour information et inscription :

Marie-Josée Paquet

418-673-3405 poste 2140

LISTE DES ATELIERS ET CONFÉRENCES À VENIR CET HIVER :

Surveillez la page Facebook de la Ville pour en apprendre davantage.

La concentration et la motivation

Mardi 26 mars, 18 h 30

La multitude de stimuli autour de nous fait en sorte qu'il est difficile de se concentrer lors de l'exécution d'une tâche précise. Cet atelier abordera des stratégies efficaces pour garder sa concentration à un niveau optimal. La motivation sera aussi abordée alors que certaines personnes peinent à garder une motivation élevée sur une longue période de temps. Des outils concrets permettront aux participants d'obtenir de l'information sur ces deux aspects importants de la force mentale.

L'anxiété de performance

Mardi 23 avril, 18 h 30

Dans toutes les sphères de la société, les gens veulent obtenir des résultats rapidement et efficacement. Cette demande entraîne la création d'un phénomène de plus en plus répandu, et ce, même au niveau des jeunes enfants du primaire. Venez en apprendre davantage sur l'anxiété de performance ainsi que sur les causes, les effets et les outils permettant de surmonter cette trop grande anxiété.

Toilettage



La Belle et la Bête
3745 Boulevard Martel
Saint-Honoré
Sur rendez-vous
418-590-0622

Au plaisir!
Valérie Roy



Pour le bien-être de votre animal depuis 2006
Prenez votre rendez-vous de printemps!



Cartes cadeaux disponibles pour le bas de Pitou et de Minou.
Soins balnéaires Animasoinsbio adaptés à votre animal, aromathérapie, coupes de tous genres.

www.toilettagelabelleetlabete.com
Abonnez vous à notre page Facebook



Virginie Gagnon

MASSOTHÉRAPEUTE

Massage Suédois
détente - thérapeutique

500 rue Bédard St-Honoré

Tél. : 418-590-3933

mon Association professionnelle des massothérapeutes spécialisés du Québec

FORMATIONS EN PREMIERS SOINS

Vous souhaitez être en mesure de réagir efficacement en situation d'urgence et aider une personne en danger avant l'arrivée des ambulanciers? Alors n'attendez plus, et profitez de notre offre de cours de premiers soins pour y parvenir!

Note : Une certification de la Croix rouge est émise lors de la réussite du cours.

PRÊTS À RESTER SEULS! 9 ANS +

Formation d'une durée 6 heures

Formateur : Stéphane Tremblay

Dans la vraie vie, même les enfants peuvent être amenés à intervenir lorsqu'une situation d'urgence survient. Le programme Prêts à rester seuls! vise à doter les jeunes de compétences utiles et adaptées à leur âge, tout en renforçant leur capacité à assurer leur propre sécurité. Les participants apprendront à bien réagir à toutes sortes de scénarios, que ce soit dans leur communauté ou à la maison, et seront ainsi Prêts à rester seuls!

Contenu du cours :

- L'importance de faire preuve de respect et de prendre ses responsabilités.
- L'importance d'établir et de suivre des règles de sécurité lorsqu'on est seul.
- Les façons d'assurer sa sécurité à la maison et dans la collectivité.
- Les façons de se préparer aux situations imprévues, de les reconnaître et de bien réagir lorsqu'elles surviennent (p. ex., les intempéries, les rencontres d'étrangers ou les visites inattendues).
- Notions de secourisme abordées : L'approche « Vérifier, Appeler, Secourir » (y compris comment appeler les SMU/9-1-1); la position latérale de sécurité; l'obstruction chez une personne consciente (adulte/enfant/soi-même); les maladies; l'asthme (y compris comment utiliser un inhalateur et une chambre de retenue); l'anaphylaxie (y compris comment utiliser un auto-injecteur EpiPenMD); les empoisonnements; les piqûres d'insectes; le soin des plaies (p. ex. coupures mineures, égratignures, échardes, saignements de nez, bosses et ecchymoses, hémorragies graves, brûlures).

Coût : 50\$

Durée : 6 heures

Dates : Le samedi 16 mars, 9 h à 15 h 30

Lieu : Salle multifonctionnelle 1



RCR/DEA 16 ANS+

Formation d'une durée 4 heures (niveau A)

Formateur : Stéphane Tremblay

Grâce aux cours de réanimation cardiorespiratoire (RCR), les participants acquièrent les compétences nécessaires afin d'être en mesure de reconnaître les urgences cardiovasculaires et les obstructions chez les adultes, les enfants et les bébés et de réagir dans ces situations.

Le cours comporte une formation sur l'utilisation du défibrillateur externe automatisé (DEA) et comprend les lignes directrices les plus récentes relatives à la RCR.

Certification

Certificat de secourisme général et RCR de niveau A ou C, valide pendant trois ans

Contenu du cours

- Le rôle du secouriste
- Vérifier, Appeler, Secourir
- Position latérale de récupération H.A.I.N.E.S.
- Obstruction des voies respiratoires – Adulte
- Aide à la prise de médicaments
- Angine et arrêt cardiaque
- Accident vasculaire cérébral
- RCR-Adulte
- Hémorragie grave

Coût : 50\$ + taxes

Durée : 4 heures

Date : Le samedi 6 avril, 8 h 30 à 12 h 30

Lieu : Salle 1 du Centre récréatif



Pour toutes informations, veuillez communiquer avec Marie-Josée Paquet, directrice du Service des sports et loisirs au 418 673-3405 ou inscrivez-vous en ligne via le site internet de la ville au www.ville.sthonore.qc.ca

SECOURISME D'URGENCE ET RCR 16 ANS+

Formation d'une durée 8 heures

Formateur : Stéphane Tremblay

Cours de base d'une journée qui permet d'acquérir des techniques vitales en matière de secourisme et de réanimation cardiorespiratoire (RCR) pour le milieu de travail ou le domicile. Le cours répond aux exigences législatives provinciales et territoriales en matière de sécurité professionnelle et d'assurance contre les accidents du travail et comprend les lignes directrices les plus récentes en matière de secourisme et de RCR.

Certification

Certificat de secourisme général et RCR de niveau A, valide pendant trois ans

Contenu du cours :

- La Croix-Rouge
- Se préparer à agir
- Le système des services médicaux d'urgence
- Vérifier, Appeler, Secourir
- Urgences des voies respiratoires
- Urgences respiratoires et circulatoires
- Premiers soins en cas d'arrêt respiratoire et cardiaque
- Soins des plaies

Coût : 80\$

Durée : 8 heures

Dates: Le samedi 23 mars, 8 h à 16 h 30

Lieu : Salle 1 du Centre récréatif

- Intervenir en cas d'urgence
- Le système des services médicaux d'urgence
- Vérifier, Appeler, Secourir
- Urgences des voies respiratoires
- Obstruction des voies respiratoires – enfants et bébés
- Premiers soins en cas d'arrêt respiratoire ou cardiaque – enfants et bébés
- Soins des plaies
- Blessures à la tête et à la colonne vertébrale
- Blessures aux os, aux muscles et aux articulations
- Urgences médicales soudaines
- Maladies liées à l'environnement
- Empoisonnements
- Créer un environnement sécuritaire pour les enfants
- Comprend toute autre notion exigée par les lois en vigueur.

Coût : 80\$ + taxes

Durée : 8 heures

Date: Le samedi 13 avril, 8 h à 16 h 30

Lieu : Salle 1 du Centre récréatif

Pour toutes informations, veuillez communiquer avec Marie-Josée Paquet, directrice du Service des sports et loisirs au 418 673-3405 ou inscrivez-vous en ligne via le site internet de la ville au www.ville.sthonore.qc.ca

SECOURISME D'URGENCE ET RCR - SOINS AUX ENFANTS 16 ANS+

Formation d'une durée 8 heures

Formateur : Stéphane Tremblay

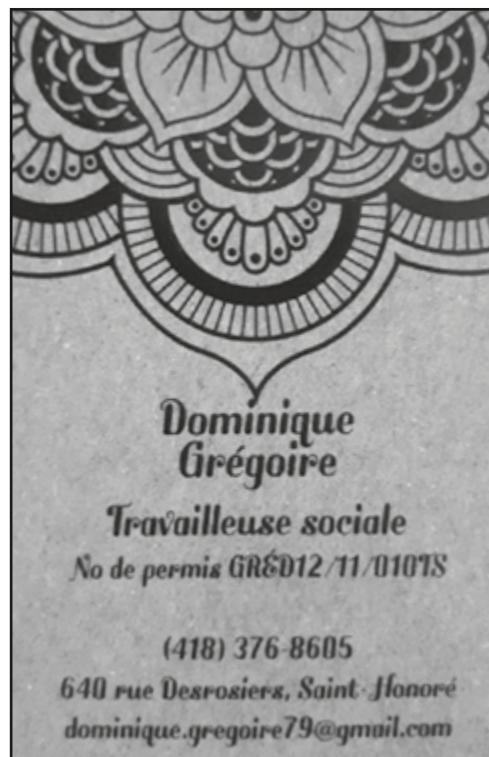
Cours de base d'une journée qui permet d'acquérir des techniques vitales en matière de secourisme et de réanimation cardiorespiratoire (RCR) pour le milieu de travail ou le domicile. Le cours répond aux exigences législatives provinciales et territoriales en matière de sécurité professionnelle et d'assurance contre les accidents du travail et comprend les lignes directrices les plus récentes en matière de secourisme et de RCR.

Certification

Certificat de secourisme d'urgence – soins aux enfants, valide pendant trois ans.

Contenu du cours

- La Croix-Rouge



ACTIVITÉS EN GYMNASSE

BADMINTON ET PICKLEBALL EN PRATIQUE LIBRE (13 ANS +)

Vous aimez les sports d'intérieur? Défiiez vos amis ou faire des activités récréatives en famille? Alors le badminton et le pickleball sont assurément de belles options pour vous!

Le service des sports est loisirs vous offre dorénavant la possibilité de jouer au badminton ou au pickleball en pratique libre en réservant l'un des 3 terrains disponibles.

Horaire : Les mercredis, de 18 h 30 à 21 h 30

Les réservations de terrain se feront pour des périodes de 55 minutes attribuables à des plages fixes selon les heures suivantes : 18 h 30, 19 h 30 et 20 h 30.

Période : Du mercredi 16 janvier jusqu'au mercredi 3 avril 2019

Note : Une interruption d'activité aura lieu le mercredi 6 mars.

Procédure de réservation de terrain : Les réservations se font par téléphone uniquement au 418 673-3405 poste 2140. Elles seront possibles les mardis et mercredis entre 8 h 30 et 16 h.

Toute personne qui réserve un terrain de badminton doit le faire pour un seul terrain à la fois et pour elle-même. Elle doit donner le nom de tous les participants qui l'accompagneront.

Il sera possible pour les participants de prolonger leur temps de jeu si un terrain demeure disponible à la fin de leur réservation. Cela sera possible sur approbation de l'appariteur et le paiement des frais de réservation de terrain exigés.

Tarif : 5\$ par personne par heure de réservation de terrain

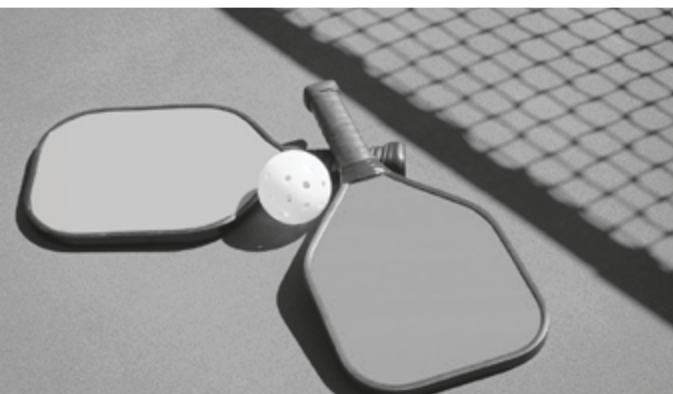
Le paiement devra être fait en argent sur place auprès de l'appariteur. Nous vous demandons de prévoir le montant exact. Un reçu vous sera également remis.

Lieu : Gymnase de l'école Jean Fortin. Accessible par l'entrée située du côté de la rue Dufour.

Équipement requis : Raquette de badminton, volants et souliers de course qui ne marquent pas le plancher.

Pour toutes informations ou réservation de terrains, veuillez communiquer avec Marie-Josée Paquet, directrice du Service des sports et loisirs au 418 673-3405 poste 2140.

Pour obtenir des renseignements supplémentaires, veuillez communiquer avec **MARIE-JOSÉE PAQUET**, directrice du Service des sports et loisirs au 418 673-3405 poste 2140.



TUPPERWARE

Aimeriez-vous avoir des produits gratuits et à 50 % ? C'est possible !

Soyez l'hôtesse d'une présentation à domicile. Maintenant disponible, une estimation gratuite pour un garde-manger sur mesure.

Pour voir les promotions, joignez vous à ma page



Au plaisir de vous faire plaisir !

Mélissa Hamelin

Directrice Étoile Tupperware ind.

Organisation - Les Explosifs

418.290.5339 / 418.503.0565

melissahamelin86.my.tupperware.ca

www.melissahamelin86.my.tupperware.ca



ACTIVITÉS EXTÉRIEURES

SENTIER DE RAQUETTE

On ne le répètera jamais assez : pour apprécier l'hiver à sa juste valeur, il faut profiter au maximum de toutes les activités qu'il a à nous offrir. En plus de la glissade, le ski, le patin et toutes ces autres choses qu'on ne peut faire que pendant la saison froide, il y a bien évidemment la raquette!

Tout au long de la saison hivernale, le service des sports et loisirs vous invite à venir profiter de son sentier de raquette. Ce sentier balisé d'une distance de 4.35 km est accessible au bout de la rue Dufour à proximité du skate parc.

Vous aimeriez faire de la randonnée de raquette mais vous êtes seul? Rejoignez notre club de marche et de raquette dès maintenant! Beau temps mauvais temps, quatre saisons par année, il est possible d'intégrer ce groupe, dynamique qui se rencontre hebdomadaire pour bouger et socialiser.

Note : Les enfants de tous âges sont également les bienvenus! C'est gratuit et ouvert à tous!

Pour obtenir des renseignements supplémentaires, veuillez communiquer avec **MARIE-JOSÉE PAQUET**, directrice du Service des sports et loisirs au 418 673-3405 poste 2140.

PATINOIRE EXTÉRIEURE

Pour nos fanatiques de sports sur glace, la patinoire extérieure est opérationnelle selon l'horaire suivant :

- Lundi au jeudi 13 h à 21 h
- Vendredi 13 h à 21 h 30
- Samedi et dimanche* 10 h à 21 h 30
- Journée de congé scolaire ou jour férié 10 h à 21 h 30

Bonne saison!

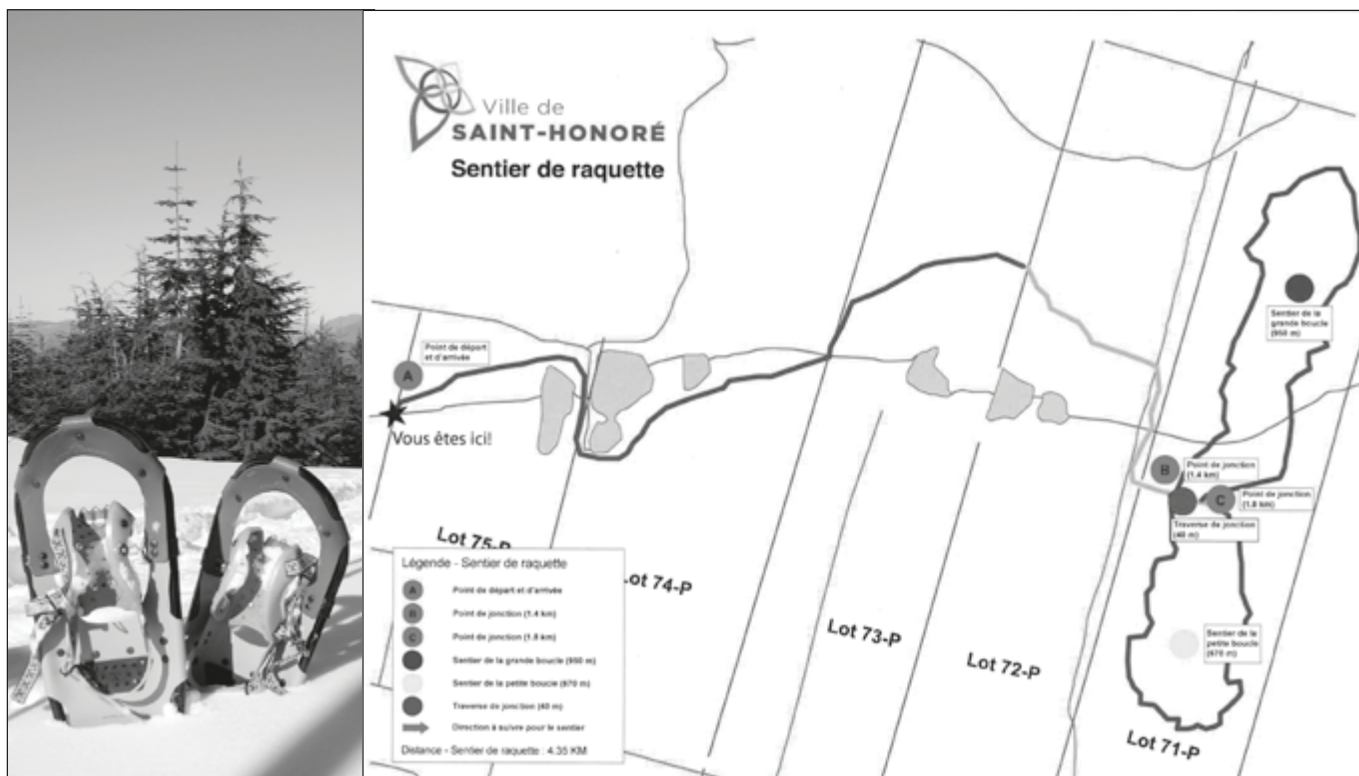
Note : Le port du casque avec grille est obligatoire pour la pratique du hockey pour les 16 ans et moins.

L'horaire peut être sujet à changement selon les conditions météorologiques (verglas, tempête, etc.). En cas de doute, consulter la page Facebook de la Ville facebook.com/ville.sthonore

Services immobiliers
IMAGE INC.
2000
Agence Immobilière

406, Ste-Anne, Chicoutimi
(Québec) G7J 2M9
Bureau: 418-602-4666
Fax.: 418-545-3454
annielavoiecourtier@hotmail.com

Annie Lavoie
Courtier immobilier résidentiel 418-290-1858



DÉFI CHÂTEAU DE NEIGE

CONSTRUISEZ UN CHÂTEAU DE NEIGE ET PRENEZ-LE EN PHOTO

POUR ÊTRE ADMISSIBLE AU CONCOURS, VEUILLEZ DÉPOSER VOTRE PHOTO DANS LA SECTION «PARTICIPER» SUR LE SITE INTERNET.

WWW.DEFICHATEAUDENEIGE.CA



7 JANVIER AU 11 MARS 2019

Du 7 janvier au 11 mars, Le Service des sports et loisirs de Saint-Honoré vous invite à profiter de l'hiver en participant au DÉFI CHÂTEAU DE NEIGE. Voici l'occasion idéale pour bouger en gang et mettre en commun votre créativité. *C'est simple, agréable et gratuit!*

Nous encourageons les familles de Saint-Honoré à profiter de ce Défi pour jouer dehors avec les enfants et à lancer le défi entre voisins pour que notre ville soit décorée de jolis châteaux de neige !

Faites-nous parvenir des photos de votre château de neige via la page Facebook de la ville pour donner le goût aux autres de suivre votre exemple dynamique.

MERCI DE FAIRE RAYONNER ACTIVEMENT SAINT-HONORÉ ET BON DÉFI !

Détails et inscriptions sur <https://defichateaudeneige.ca/>

LES ACTIVITÉS ET ÉVÉNEMENTS À NE PAS MANQUER



FÉVRIER

- 1^{er} février
- Mercredi 13 février
- Samedi 16 février
- Dimanche 17 février
- Lundi 18 février
- Samedi 23 février
- Mardi 26 février
- Mercredi 27 février

Mise en ligne de la plateforme Voilà!
 Dîner de la St-Valentin – Fadoq
 Souper de financement – Club optimiste
 Brunch bénéfique – Chevaliers de Colomb
 Début des inscriptions pour la clinique de Micropuçage du 4 mai
 Collecte de sang Héma Québec– Centre récréatif, 14 h à 20 h
 Gala de lutte – Chevaliers de Colomb
 Conférence « La gestion du stress » – Centre récréatif à 18 h 30
 Partie de « Joker » de scrabble – Club de scrabble duplicata : Les mots Honorés

MARS

- Du 1^{er} au 31 mars
- Mercredi 6 mars
- Samedi 9 mars
- Samedi 16 mars
- Dimanche 17 mars
- Samedi 23 mars
- Dimanche 24 mars
- Mardi, 26 mars
- Mercredi 27 mars

Inscription au Défi santé sur www.défisanté.ca
 Méga bingo – Fadoq, *coût d'inscription 5\$*
 Souper de financement – La Fabrique
 Formation de la Croix Rouge : Prêts à rester seuls! (9 ans et +)
 Première communion à la messe de 11 h – Initiation Chrétienne
 Formation de la Croix rouge : Secourisme d'urgence et RCR
 Sacrement de la Confirmation (14 h à l'église) – Initiation chrétienne
 Conférence « La concentration et la motivation » – Centre récréatif à 18 h 30
 Tournoi de scrabble – Club de scrabble duplicata : Les mots Honorés
 Tournoi de cartes (poule) Fadoq, *coût d'inscription 5\$*

AVRIL

- Du 1^{er} au 11 avril
- Du 1^{er} au 30 avril
- Vendredi 5 avril
- Samedi 6 avril
- Dimanche 7 avril
- Mercredi 10 avril
- Samedi 13 avril
- Lundi 15 avril
- Samedi 20 avril
- Mardi 23 avril

Inscriptions session printemps/été - Service des sports et loisirs
 Activités gratuites du Défi Santé – Service des Sports et loisirs
 Journée de la santé – Aféas
 Formation de la Croix Rouge RCR/DEA
 Début des inscriptions au Camp de jour – Service des Sports et loisirs
 Méga bingo – Fadoq
 Formation de la Croix rouge : Secourisme d'urgence et RCR - Soins aux enfants
 Souper de financement « Bar à pâtes » – Groupe Aide-Action
 Début de session printemps/été 2019 – Service des sports et loisirs
 Chasse aux cocos de Pâques et activités – Club optimiste
 Conférence « L'anxiété de performance » – Centre récréatif à 18 h 30

MAI

- Mercredi, 1^{er} mai
- Samedi 4 mai
- Mercredi 8 mai
- Samedi 11 mai
- Samedi 25 mai

Assemblée générale Fadoq
 Troisième clinique de Micropuçage de Saint-Honoré – Centre récréatif
 Dîner de la fête des mères et des pères – Fadoq
 Souper de la fête des mères – Chevaliers de Colomb
 Le 12h de St-Ho – Événement cycliste

Nous vous invitons à participer en grand nombre à ces événements qui font rayonner notre ville.



Complexe funéraire
Carl Savard

Marianick Jean Thanatologue/Directrice adjointe

780 boul. Ste-Geneviève, Saguenay (Chicoutimi) QC G7G 2E8
 899, chemin Sydenham, Saguenay (Chicoutimi) QC G7H 2H4
 Tél. 418 602-4949 • Téléc. 418 602-4950
marianick@complexecs.com

www.complexecs.com

Anciennement La Ruelle Fleurie

Vivianne Morissette

Déjà 20 ans

Sur rendez-vous
Fleuriste enr.

SPÉCIALITÉS : funéraire & fleurs de soie

Tél. : 418 503-0611
 Cell. : 581 235-0102
vivianneMorissette@hotmail.com

301, rue Honoré, St-Honoré-de-Chicoutimi, QC G0V 1L0

EMPLOIS ÉTUDIANTS



10 POSTES DE MONITEUR À COMBLER

Nous sommes actuellement à la recherche de moniteurs dynamiques pour combler l'équipe d'animation de notre camp de jour et de son service de garde.

- Si tu veux vivre un été mémorable et riche en expériences de toutes sortes.
- Si tu aimes la vie d'équipe, partager la joie de vivre des enfants, être actif et faire de nombreuses activités.
- Si tu désires un emploi intéressant, stimulant et gratifiant.

Alors être moniteur de camp de jour c'est pour toi!

Pour soumettre ta candidature, tu dois faire parvenir ton C.V. par courriel à mjpaquet@ville.sthonore.qc.ca avant le **29 mars, 12 h**. Le tout doit être envoyé à l'attention de Marie-Josée Paquet, directrice du Service des sports et loisirs.

Note : La formation DAFA sera considérée comme un atout pour les candidats qui en sont qualifiés. Les personnes embauchées ne possédant pas cette formation devront se rendre disponible pour suivre la formation. Il s'agit d'un prérequis pour l'emploi. Les frais de formation seront assurés par la ville de Saint-Honoré.



POSTES D'ENTRAÎNEUR AU SOCCER À COMBLER

Le Service des sports et loisirs de la Ville de Saint-Honoré est à la recherche d'entraîneurs de soccer pour la saison estivale 2019. Dans un environnement récréatif, la tâche consiste à animer les séances d'entraînement pour des jeunes de 4 à 11 ans sous la supervision du coordonnateur de soccer. Il vous sera également demandé d'assurer le coaching lors des matchs de votre équipe.

Nous recherchons des personnes motivées, aimant l'animation, et ayant un engouement pour le travail avec les enfants. Aucune connaissance du soccer n'est

obligatoire (le coordonnateur vous donnera les bases) mais le tout sera considéré comme un atout.

Une compensation d'entraîneur est également offerte.

Pour tous renseignements supplémentaires ou soumettre votre candidature, veuillez contacter **Christophe Lamant**, coordonnateur de soccer par courriel (coordosoccersthonore@hotmail.com) ou **Marie-Josée Paquet**, directrice du Service des sports et loisirs au 418-673-3405 poste 2140.



POSTES D'ARBITRE AU SOCCER À COMBLER

Le Service des sports et loisirs est à la recherche de nouveaux arbitres pour combler ses besoins pour la saison estivale de soccer 2019.

DESCRIPTION DES TACHES

- Assurer le rôle d'arbitre pour des parties de soccer à 5 et à 7 lors de la saison estivale et lors des activités de fin de saison
- Appliquer les règlements du jeu et assurer la discipline pour le bon déroulement des parties.

PROFIL DES PERSONNES RECHERCHEES

- Avoir 13 ans au début de l'été 2019;
- Sens des responsabilités leadership, esprit d'équipe, confiance en soi, débrouillardise et maturité.
- Être motivé et vouloir développer son plein potentiel en arbitrage;
- Être fiable et disponible quelques soirs par semaine de la mi-juin à la mi-août;
- Suivre et réussir le stage de formation des nouveaux arbitres

Pour tous renseignements supplémentaires ou soumettre votre candidature, veuillez contacter **Christophe Lamant**, coordonnateur de soccer par courriel (coordosoccersthonore@hotmail.com) ou **Marie-Josée Paquet**, directrice du Service des sports et loisirs au 418-673-3405 poste 2140.

LA LOCATION DE SALLES AU CENTRE RÉCRÉATIF ET MULTIFONCTIONNEL • 100 RUE PAUL-AIMÉ-HUDON

*Vous avez besoin d'une salle de réception pour recevoir
les amis et la famille ?*



***Nous avons ce qu'il vous faut
à peu de frais!***

Le Centre récréatif et multifonctionnel (100, rue Paul-Aimé Hudon) vous offre la possibilité de louer :

- La salle récréative (capacité de 300 personnes)
- La mezzanine (capacité de 35 personnes)
- Salles multifonctionnelles (capacité de 35 personnes)

Il vous est également possible de bénéficier, selon la salle louée, de différents services notamment le bar, le vestiaire, une cuisine équipée et le prêt d'équipement pour le montage des salles.

Pour plus de renseignements, veuillez communiquer avec :

MARIE-JOSÉE PAQUET,
directrice du Service des sports et loisirs
T. 418 673-3405 poste 2140
mjpaquet@ville.sthonore.qc.ca



Clinique de
Physiothérapie
ST-HONORÉ

- Rendez-vous rapides
 - Urgences acceptées
- 418 503-3131**

UNE ÉQUIPE DYNAMIQUE ET PROFESSIONNELLE

MATHIEU SAVARD
PHYSIOTHÉRAPEUTE



NICOLAS-PATRICE MÉNARD
THÉRAPEUTE EN RÉADAPTATION PHYSIQUE



ÉMILIE DURAND
ERGOTHÉRAPEUTE



JOANIE LECLERC
THÉRAPEUTE EN RÉADAPTATION PHYSIQUE



**POUR VOS PROBLÈMES
MUSCULO-SQUELETTIQUES**

- *Accident de travail (CSST)*
- *Accident de la route (SAAQ)*
- *Douleurs lombaires et cervicales*
- *Tendinites • Capsulites*
- *Hernies discales*
- *Entorses*
- *Maux de tête*
- *Blessures de sport*
- *Problèmes de mâchoires*

**3131, BOUL. MARTEL
SAINT-HONORÉ**

CLINIQUEPHYSIO.COM/NOS-CLINIQUES/ST-HONORE



FOCUS

sur les organismes d'ici

Une initiative du Service des sports et loisirs

Décembre 2018 – Chronique n° 14

UNE FORCE TRANQUILLE QUI FAIT ÉVOLUER LES DROITS DES FEMMES



Bien que l'égalité de droit soit atteinte au Québec et au Canada, les femmes n'ont pas atteint l'égalité de fait, soit une égalité au quotidien que ce soit au travail, en politique, dans la vie familiale et sociale. Depuis 1966, l'Afeas veille à faire avancer la cause des femmes. Nous profitons de cette chronique de **FOCUS sur les organismes d'ici** pour vous présenter cette association qui a joué un rôle important dans l'histoire des femmes au Québec et qui occupe une place sociale importante à Saint-Honoré.

DESCRIPTION ET MISSION ♦ L'Association Féminine d'Éducation et d'Action Sociale, reconnue sous le nom de l'AFEAS, défend les intérêts des femmes auprès de diverses instances comme les gouvernements, les conseils municipaux, les institutions publiques et parapubliques.

Être membre de l'Afeas permet de faire partie d'une association défendant les droits des femmes, de participer à bâtir une société privilégiant des valeurs d'égalité, de justice et de respect, de même que de rencontrer et échanger avec des femmes qui partagent les préoccupations et les intérêts féminins.

ACTIVITÉS ♦ Au Québec, l'Afeas rassemble quelque 8 000 membres dans 11 régions. Saint-Honoré fait partie de la région Saguenay – Lac-Saint-Jean – Chibougamau. En ce moment, l'association locale compte 112 membres qui se rencontrent le 3^e mercredi du mois à la Salle municipale dans le cadre de leurs activités régulières et thématiques.

L'Afeas offre aussi des activités culturelles complémentaires:

- ❖ **Le tricot du mardi** après-midi, sous la responsabilité de madame Lyne Larouche, favorise l'apprentissage des techniques de base et de nouvelles tendances.
- ❖ **L'art du tissage** est sous la responsabilité de madame Line Couture. Madame Ann Potvin, pour sa part, veille aux différentes formations pour les femmes désireuses de pousser leur apprentissage.

- ❖ **Le Club de lecture** «L'Envol des mots» offre aux passionnées des échanges culturels très enrichissants. Ce rendez-vous a lieu le dernier mardi du mois au local de la bibliothèque. Les responsables sont mesdames Francine Bouchard et Catherine Hudon.

FINANCEMENT ♦ Chaque année l'Afeas organise une activité de financement sous la forme d'une soirée de cartes et jeux de société. Cette soirée génère des fonds qui servent au fonctionnement de cette association. De nombreux commanditaires participent à cette campagne, ce qui permet d'offrir plusieurs prix aux participants.

BÉNÉVOLES ET RECRUTEMENT ♦ Si vous désirez donner du temps et faire des découvertes; si vous sentez vouloir soutenir des dossiers pour aider les femmes et la famille ou encore; si vous êtes nouvellement arrivée à Saint-Honoré et désirez rencontrer des amies en découvrant ce que votre milieu de vie peut offrir, il suffit de contacter madame Céline Harvey au 418 673-7792, car l'Afeas de Saint-Honoré a assurément une place pour vous.

Pour les jeunes filles âgées de 12 à 17 ans qui seront les femmes de demain, un comité **Afeas Jeunesse** est actif. Pour s'y joindre, contactez madame Loïse Gauthier. Finalement, pour toute autre information, communiquez avec madame Éliane Hudon, présidente de l'Afeas de Saint-Honoré, téléphone : 418 673- 4415.



Pour suivre les chroniques mensuelles FOCUS sur les organismes d'ici, rendez-vous sur la page Facebook ou le site internet de la Ville de Saint-Honoré.



Ville de
SAINT-HONORÉ
Service des sports et loisirs

FOCUS

sur les organismes d'ici

Une initiative du Service
des sports et loisirs

Janvier 2019 – Chronique n° 15



LA FABRIQUE DE SAINT-HONORÉ

L'Église est présente dans les grandes étapes de notre vie mais on oublie parfois l'étendue de son implication dans notre quotidien pour l'épanouissement de la foi des chrétiens et chrétiennes de notre paroisse. Dans cette chronique **FOCUS sur les organismes d'ici**, nous sommes heureux de vous présenter la Fabrique de Saint-Honoré.

DESCRIPTION ET MISSION • La Fabrique de Saint-Honoré est formée du président d'assemblée, du prêtre-modérateur et de 6 marguilliers. Elle administre l'église, le presbytère et les deux cimetières. Elle veille aussi au financement de la vie paroissiale en organisant diverses activités. Le Conseil de Fabrique tient annuellement une assemblée générale des paroissiens au début décembre afin de procéder à l'élection de marguilliers et une autre au début février pour le dépôt des états financiers.

Le prêtre-modérateur, l'abbé Magella Guérin, peut compter sur l'aide de prêtres collaborateurs, les abbés Sylvain Gravel et Mario Tremblay de l'Unité pastorale Valin, et de trois diacres permanents. Plusieurs bénévoles œuvrent dans divers comités autour de la communauté chrétienne, tels que le comité de liturgie, la pastorale du baptême, l'initiation chrétienne, l'équipe d'animation locale, les servants et les lecteurs de la messe, les ministres de communion, pastorale des malades. Nathalie Imbeault, secrétaire-comptable, trois sacristines et un homme d'entretien complètent le personnel de la fabrique.

ACTIVITÉS • Une messe a lieu chaque dimanche à 11h. Le 2e dimanche du mois souligne l'anniversaire des défunts, le 3e est consacré aux familles et le 4e est préparé par les Chevaliers de Colomb. Une autre messe est célébrée tous les mardis à la résidence des aînés. L'équipe pastorale organise aussi les sacrements du baptême, de l'eucharistie, de la confirmation ainsi que les rencontres préparatoires. Une heure d'adoration a lieu le premier vendredi du mois à la résidence des aînés, et tous les autres vendredis à la sacristie.

FINANCEMENT • La Fabrique compte sur un certain nombre d'activités de financement. La plus importante campagne est celle de la capitation qui se tient au cours de la première semaine de mai. Elle mobilise une équipe d'environ 60 personnes. Au début du mois de mars, le souper-bénéfice annuel est aussi une belle occasion de fraterniser et d'aider la paroisse. Cette année, ce dernier se tiendra le 9 mars. Puis, le 18 août, les marguilliers organiseront la deuxième édition de la grande Fête de la Paroisse qui permet aussi de lever des fonds. Finalement, le don de Noël permet de combler certains besoins particuliers pendant la période hivernale, notamment le coût de chauffage.

Les paroissiens sont invités à utiliser le dépôt direct pour contribuer aux différentes campagnes de même que pour la quête du dimanche. Lors d'un décès, la fabrique peut aussi recevoir des dons au salon funéraire et donner des reçus d'impôt.

IMPLICATION • Les personnes désireuses de s'impliquer peuvent communiquer avec Michel Bergeron, président d'assemblée au 418-376-0546 ou Nathalie Imbeault au 418-673-4632, au presbytère ou par courriel à fabriquesthonore@videotron.ca. La Fabrique cherche présentement 2 personnes pour s'impliquer à titre de marguilliers.

On peut suivre toutes les activités de la Fabrique sur Facebook, sous le nom de **Paroisse de Saint-Honoré**. Le feuillet paroissial hebdomadaire, l'outil idéal pour ne rien manquer, est accessible sur la page de la Paroisse, à l'église et au presbytère.



Pour suivre les chroniques mensuelles FOCUS sur les organismes d'ici, rendez-vous sur la page Facebook ou le site internet de la Ville de Saint-Honoré.

418 376-4047

patourefrigeration@outlook.com

R.B.Q. 5739-9479-01

PATOU
RÉFRIGÉRATION



SERVICES OFFERTS:

Installation, entretien et réparation de tous les systèmes de réfrigération et de climatisation.

- Chauffe piscine
- Machine à glace
- Machine à slush
- Machine à crème molle
- et encore plus...

320, rue du Couvent, St-Honoré, QC G0V 1L0

ASSURANCES



AUTO



HABITATION



VÉHICULES DE LOISIRS



ENTREPRISES ET FORESTIERS



Tout ça, près de chez vous à St-Honoré!

Venez rencontrer Mme Lorraine Hudon, pour une soumission et un service personnalisé.

cantin-gagnon.ca • lorraine.hudon@cantin-gagnon.ca

418.693.1611

3586, boul. Martel à St-Honoré



CANTIN - GAGNON
ASSURANCES

Cabinet en assurance de dommages

ENTREPRENEUR GÉNÉRAL
RÉNOVATION
D.L. & FILS



● DANIEL LACHANCE

418 944-2772

● ADMINISTRATION

418 673-4851

Construction - Secteur résidentiel ou commercial
Soulèvement de maison - Béton isolé - Estimation gratuite

461, RUE HONORÉ, SAINT-HONORÉ, GOV 1 LO



**ASSOCIATION
FÉMININE
D'ÉDUCATION
ET
D'ACTION
SOCIALE
DE
SAINT-HONORÉ**

ACTIVITÉS FEMMES D'ICI

UNE INVITATION À TOUTES LES FEMMES

L'Association Féminine d'Éducation et d'Action Sociale étudie cette année les facteurs qui influencent la qualité de vie et ce, à chaque instant de chaque jour que la vie offre à l'être humain sur cette terre.

La façon de choisir de vivre à travers des éléments déterminera la qualité de vie de la personne et la qualité de vie est responsable en grande partie du bonheur des individus.

- Les uns auront comme priorité la santé
- Alors que pour d'autres ce sera l'argent ou encore l'autonomie...

Ainsi la qualité de vie ne peut être évaluée que par la personne elle-même.

Cependant, il est bon de se rappeler que les facteurs suivants sont ceux qui font partie de l'existence :

- Toutes les dispositions gouvernementales, juridiques, économiques, culturelles, environnementales, éducatives, médicales...et qu'il ne tient qu'à chacune, chacun d'y trouver la qualité qu'elle ou qu'il cherche.

« Il est où le bonheur, il est où? »

Peut-être qu'il est à l'AFEAS?

Bienvenue. **Éliane Hudon. 418-673-4415**



UN VENT DE CHANGEMENT SOUFFLE SUR LE FESTIVAL

La 21^{ème} édition du festival Saint-Honoré dans l'Vent se fera sous le signe du renouveau. L'organisation a complètement réévalué ses orientations et présentera, du 14

au 16 en juin 2019, un événement axé sur la promotion de l'Environnement, le développement durable et le zéro-déchets.

L'équipe du festival considère que c'est un thème porteur qui touche et intéresse de plus en plus de gens. Le festival se positionne en pionnier au niveau régional, en proposant un événement rassembleur qui regroupera des intervenants impliqués dans le milieu de la protection environnementale, des exposants et fournisseurs de services, ainsi que des conférences et ateliers éducatifs sur plusieurs aspects de cette tendance. Le tout, toujours présenté dans une optique familiale, positive, festive et non moralisatrice.

L'Environnement a toujours fait partie intégrante de la philosophie de Saint-Honoré dans l'Vent. Déjà en 2003, la charte du Festival avait pour objet d'«Éduquer et informer la population sur l'historique et les caractéristiques du cerf-volant, de l'aéronautique et de l'environnement.» Depuis 2010, nous sommes associé à différents acteurs régionaux du développement durable afin que le festival en lui-même soit le plus écoresponsable possible. Le moment est venu



de transmettre cette passion aux milliers de visiteurs qui fréquentent annuellement le site du festival.

Bien que le cerf-volant n'en sera plus l'attraction principale, il demeurera présent, cadrant parfaitement en tant que discipline respectueuse de l'environnement utilisant l'énergie verte qu'est le vent. Le volet aviation sera également revu et corrigé et il mettra de l'avant notre partenaire, le CQFA qui souligne ses 50 ans.

L'équipe du festival compte également une nouvelle recrue, en la personne de Josée Séguin qui sera la nouvelle adjointe du Festival.

Vous souhaitez rejoindre l'équipe du festival, comme bénévole, administrateur ou dans le cadre des postes d'emplois étudiants qui seront à pourvoir dans divers domaines n'hésitez pas à communiquer avec nous auprès de Josée ou de Delphine à info@danslvent.com ou au 418-673-3405, poste 2141.

Enfin, les billets de tirage de notre activité de financement vont être disponibles très prochainement, toujours au coût de 5\$, ils vous permettent de couvrir la chance de gagner un de nos 40 prix.

Bref, c'est avec un enthousiasme renouvelé et une motivation à son comble que l'équipe travaille d'arrache-pied pour offrir le premier festival dédié à l'Environnement et au zéro-déchet du Saguenay-Lac-Saint-Jean.

C'est un rendez-vous du 14 au 16 juin 2019 !

Delphine Lagadec, Directrice Générale

BIBLIOTHÈQUE DE SAINT-HONORÉ

**HORAIRE LA BIBLIO**

Mardi de 12h00 à 20h00

Mercredi de 12h00 à 20h00

Jeudi de 12h00 à 20h00

*Fermé du vendredi au dimanche

***Saviez-vous que :** l'inscription est gratuite pour s'abonner si vous êtes un citoyen d'ici? Il suffit d'apporter une preuve de résidence et une carte d'identité avec photo.

***Saviez-vous que :** vous pouvez abonner votre poupon, dès sa naissance. Un sac plein de surprises sera remis à chaque nouvelle inscription d'un enfant de 12 mois et moins.

***Saviez-vous que :** il y a lecture d'un conte animé? Inscription obligatoire.

SERVICE

Voici quelques uns des services en ligne offert par le réseau biblio. Pour y accéder vous n'avez besoin que de votre # de carte d'abonné et votre NIP.



Des milliers de livres numériques, des formations incroyables, des revues pour tous!

*Consultez la page www.mabibliotheque.ca/fr pour utiliser les services à distance

CROQUE-LIVRES

Crocus ne peut pas se nourrir l'hiver, il doit hiberner car sa nourriture se détériore à cause de l'humidité, la neige et le froid et ça le rend très malade. Apporte plutôt sa nourriture à la biblio. N'oublie pas il ne mange que des livres pour les 0 à 12 ans seulement!

FRAIS DE RETARD

Pour les livres et audiovisuel: des frais de **5¢ / jour d'ouverture / prêt** pour un max de 5\$.

Les Best-sellers (Non renouvelables) et jeux vidéos, les frais sont de: **25¢ / jour/ prêt**. Max de 5\$.

*Plusieurs usagers ignorent nos demandes de retour mais saviez-vous que vous en êtes responsable et que des frais seront perçus pour les documents abîmés et ou perdus???

SVP faites une recherche sur vos étagères, les abonnés attendent depuis trop longtemps! Vous pouvez les déposer dans un sac et dans la chute à livres bleu devant les portes du centre récréatif.

Venez nous rejoindre sur FACEBOOK vous y trouverez : nos nouveautés, des choix de lecture, nos concours et nos différentes activités. Vous pouvez aussi en profiter pour vous faire renouveler. N'hésitez pas à venir partager vos lectures favorites. Tapez Bibliothèque de Saint-Honoré et cliquez sur j'aime!

ORDINATEUR

Vous pouvez utiliser notre service internet gratuitement pour des recherches, faire votre CV, consulter un site gouvernemental. (Des frais d'impressions seront exigés).

SALLE D'EXPOSITION, LE BAZ'ART

Vous êtes artistes ou artisans et vous aimeriez exposer votre passion? Profitez de la gratuité de notre salle d'exposition. C'est un service à la population et c'est aussi un plaisir de rencontrer des personnes qui ont à cœur l'art sous toutes ses formes. Notez, qu'elle est aussi disponible gratuitement pour des réunions, formations, lancement de livre, vernissages, ou autres.

PROJETS CULTURELS

Vous êtes un artiste et vous avez un beau projet à réaliser à la biblio alors contactez la coordonnatrice Hélène Chaput rapidement car la MRC appui les projets innovateurs.

REMERCIEMENTS

MERCI à Mamie Diane Levasseur qui a durant plusieurs années aidé les animatrices de l'heure du conte en préparant de superbes bricolages pour les tout-petits. Nous te souhaitons de bien profiter de tes activités et reviens nous voir de temps en temps surtout!

PURENATURE

EN 2019, ON CONSOMME INTELLIGEMMENT

STATION VRAC
ZÉRO DÉCHET



NOUVEAUTÉ



DISPONIBLES :

NETTOYANT TOUT-USAGE
DÉTACHANT TOUT-USAGE
DÉTERGENT LESSIVE
PASTILLE LAVE-VAISSELLE
LIQUIDE VAISSELLE ET MAINS
SAVON MAINS ET CORPS
BAIN MOUSSANT
SHAMPOOING

AYEZ BON CŒUR EN CE MOIS DE FÉVRIER!

La pharmacie Houde et Lévesque de Saint-Honoré vous invite à rencontrer leur infirmière France Dubois le mardi 19 février en après-midi. À cette occasion, vous pourrez démystifier les facteurs de risques des maladies cardio-vasculaires qui sont encore aujourd'hui une des premières causes de mortalité au Canada.

Vous en saurez plus sur le cholestérol, l'hypertension, l'indice de masse corporelle les diètes, le tabagisme et plein d'autres sujets.

Notre famille et nos proches ont besoin de nous et ils méritent que nous adoptions des comportements sains pour la santé de notre cœur. Quand on sait que jusqu'à 80% des maladies cardiovasculaires précoces peuvent être évitées, ça vaut la peine d'y mettre du sien.

C'EST DONC UN RENDEZ-VOUS, CE 19 FÉVRIER PROCHAIN!



HOUDE ET LÉVESQUE
3521 BOULEVARD MARTEL,
SAINT-HONORÉ, QC
GOV 1L0



LE GROUPE AIDE-ACTION

Le Groupe Aide-Action a besoin de votre aide pour le service d'accompagnement transport bénévole. Le service consiste à assurer l'accompagnement d'une personne pour se rendre aux rendez-vous médicaux. Le bénévole conduit la voiture et offre une aide physique au besoin (monter un escalier ou traverser une rue) et assure une présence lors des rendez-vous.

N'oubliez pas nos café-rencontres !!! À tous les matins, l'équipe du Groupe Aide-Action vous accueille autour d'un bon café, voilà l'occasion de venir piquer une petite jasette et de rencontrer des nouvelles personnes !

Pour plus d'informations, veuillez nous contacter au 481-673-3791.



CONSTRUCTION FRANÇOIS LAVOIE INC.

François Lavoie, prés.


330, chemin des Ruisseaux, Saint-Honoré

418 540-0918

ATCQ:A05-40032 / RBQ: 8317-0878-03

BMR ST-HONORÉ



SUIVEZ-NOUS
SUR FACEBOOK 

- Livraison **rapide** partout au Saguenay
- Grande **variété** de produits
- Service **personnalisé**

VENEZ NOUS RENCONTRER !

418 673-3432

3000 boul. Martel Saint-Honoré



**LE CORPS DE CADETS
INTER-ÉLÉMENTS FALARDEAU / ST-HONORÉ**



Rang arrière : Maxim Rondeau, Xavier Dionne, Bruno Bouchard

Rang avant : Ryan Tremblay, Zachary Michaud, Mégan Belley, Jacob Bouchard et Oliver Beaumont.

Voici les résultats garçons :

Catégorie Junior (12 à 14 ans), médaillé de bronze **Ryan Tremblay**.

Catégorie Benjamin (17 & 18 ans), médaillé d'argent **Maxim Rondeau** et l'or pour **Bruno Bouchard**.

Pour les filles Juniors, médaillée de bronze **Mégan Belley**.

En équipe masculine classe Junior l'or pour **Jacob Bouchard** et **Ryan Tremblay**, l'argent pour **Zachary Michaud** et **Olivier Beaumont**. Dans la catégorie Open, le bronze pour **Bruno Bouchard** et **Xavier Dionne**.

Cette discipline olympique demande à tous les jeunes de la détermination en ski skating, de l'effort, de la concentration pour une maîtrise du tir. Félicitations à tous nos cadets qui ont participé à ce championnat.

Prochaine étape le Championnat Provincial au Centre Myriam Bédard de Valcartier **du 15 au 17 février prochain**. Sur la délégation de 20 participants le Corps de Cadets Inter-éléments Falardeau / St-Honoré sera très bien représenté.

René Arsenault

Designer de mode

Couturier pour femme et homme

- RÉPARATION ET AJUSTEMENT DE VÊTEMENTS
- CONFECTION DE VÊTEMENTS SUR MESURE POUR FEMME ET POUR HOMME
- SERVICE DE STYLISTE (MAGASINAGE) POUR TOUS
- CONFECTION DE RIDEAUX, COUSSINS, LITERIE, ETC.

Prenez rendez-vous • 581 306-1413

www.creationsrene.com

renearsenault63@hotmail.com

4071, boul. Martel • Saint-Honoré QC G0V 1L0



SOUPER BÉNÉFICE ANNUEL DE LA FABRIQUE

Le souper annuel de la Fabrique se tient le 9 mars prochain à 18 heures au Centre récréatif; chaque année environ 250 personnes viennent passer un agréable souper avec leurs amis et en même temps c'est un souper bénéfique pour notre Église. Le coût n'est que de 25.00\$ par personne et le menu est une tourtière préparée par des personnes généreuses. Pour les personnes dont c'est la première fois, vous pouvez acheter vos billets auprès de Nathalie Imbeault au presbytère (418-673-4632) et elle vous donnera le choix de vous faire placer avec l'une ou l'autre des personnes qui prépare les tourtières. Nous avons aussi plusieurs prix de tirage d'une valeur d'environ 6,000\$. Faites vite. Nous tenons également à souligner les quelques 200 généreux commanditaires pour cette soirée.

RAPPEL DON DE NOEL

Rappel pour le don de Noel pour ceux et celles qui auraient oublié d'apporter leur enveloppe au presbytère ou par la poste; merci à l'avance de votre générosité.

JOURNÉE DU 18 AOÛT 2019

Pour une 2^e année, la fabrique organise une activité estivale qui se tiendra comme l'an passé, à l'église et au Centre récréatif. Nous tiendrons encore un marché aux puces et dès à présent, nous recueillons au presbytère les objets, volumes, casse-tête, bibelots, argenterie, etc., que vous pouvez nous donner généreusement. Parfois de simples petits articles sont prisés pour les acheteurs, laissez-nous donc le soin de voir si ces articles sont intéressants pour la vente. Si vous ne pouvez pas vous déplacer contacter Nathalie au presbytère et quelqu'un pourra aller chercher vos articles. 418-673-4632. Merci à l'avance.

Merci de supporter financièrement notre Église dans le sens large du terme, de la paroisse de St-Honoré.

Michel Bergeron, président d'assemblée

pour notre modérateur l'abbé **Magella Guérin** et pour le conseil de fabrique



DOMAINE DU PARC

PROJET DOMICILIAIRE À SAINT-HONORÉ

Réservez votre terrain

- PLUSIEURS TERRAINS PRÊTS À BÂTIR
- À DEUX PAS DES ÉCOLES ET AUTRES SERVICES
- GRANDS TERRAINS À PRIX COMPÉTITIFS

Pour plus d'information
418 812-2642
ou **BMR SAINT-HONORÉ**

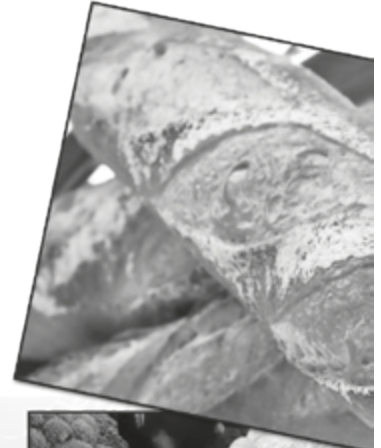
L'inter MARCHÉ

SAINT-HONORÉ

MENU DU JOUR
METS CUISINÉS
FRUITS ET LÉGUMES

BOUCHERIE
FROMAGE FIN
PÂTISSERIES
BOULANGERIE

SAQ
LOTO QUÉBEC
PLUSIEURS VARIÉTÉS
DE PRODUITS LOCAUX



3501, BOUL. MARTEL • 418 673-4651

Présentent

Les Ateliers Parent/Bébé

Vous êtes un parent en congé parental, vous avez envie de rencontrer d'autres parents pour pouvoir échanger, de vous informer sur le développement de l'enfant ou tout simplement vous confirmer que vous n'êtes pas seul à vivre les mêmes difficultés? Vous voulez faire des activités avec votre bébé? Alors inscrivez vous à la session d'hiver, qui débutera en février. Les thèmes seront déterminés par vous, ainsi que la fréquence.

Pour inscription ou information contactez-nous par téléphone au 418-673-7105 ou par courriel à jardinducoin@hotmail.com



LES ATELIERS
JARDIN DU COIN
ST-HONORÉ-
FALARDEAU

3560 boul. Martel
St-Honoré
G0V 1L0

Téléphone :
418-673-7105
jardinducoin@hotmail.com

Des cadeaux pour vous en 2019

Afin de remercier ma fidèle clientèle et de souhaiter la bienvenue aux nouvelles clientes et aux nouveaux clients, il me fait plaisir de vous offrir une réduction de 5 \$ lors de votre prochaine visite. Mentionnez alors le code « **BEAUTÉ** ».

De plus, je vous remettrai une carte de fidélité qui vous donnera droit à une coupe gratuite après 7 coupes au prix régulier.

Francine

Salon Francine • 780 rue Bergeron, Saint-Honoré • 418 673-7690

Friperie et Cie et Salon d'esthétique Lorry Tremblay

Soins offerts: facial, épilation à la cire, électrolyse, pose d'ongles, pédicure, extensions de cils, microblading, rehaussement et teinture des cils.

3470 boul. Martel • Saint-Honoré
418 590-2205



RUBRIQUE RÉA HIVER 2019

POUR UN MONDE SANS VIOLENCE SEXUELLE!

L'aspect très tabou de la problématique de La violence sexuelle fait en sorte que l'on en parle très peu dans notre société. Quoi que, dernièrement on a pu voir plusieurs sorties médiatiques en lien avec des dénonciations d'agression à caractère sexuel. Mais il n'en demeure pas moins que, pour les victimes, il s'avère encore extrêmement difficile de briser le silence. La peur de ne pas être cru; la peur de représailles ou les sentiments de culpabilité et de honte sont quelques exemples d'obstacles à la dénonciation.

Qu'en est-il vraiment au niveau de la prévalence des agressions à caractère sexuel? En fait, au Québec, 1 femme sur 3 est agressée sexuellement au cours de sa vie (Ministère de la sécurité Publique, 2006). Chez les hommes, il s'agit plutôt d'un homme sur 6 qui en serait victime avant l'âge de 18 ans. Malheureusement, personne n'est à l'abri de subir une agression, pas même la population aînée. Par agression sexuelle, on entend tous gestes à connotation sexuelle, paroles, attitudes qui est utilisé contre la volonté de la personne.

En tant que citoyens et citoyennes, on a tous un rôle à jouer dans la prévention de la violence sexuelle. Venez en apprendre plus sur ce sujet délicat dans un cadre convivial en compagnie d'intervenantes de La Maison Isa, Centre d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel.

- Mercredi 23 janvier 2019 à Falardeau >> 10h a.m à la salle du conseil de Ville
- Mercredi 6 février 2019 à St-Honoré >> 9h-10h30 a.m au Groupe Aide-Action
- Jeudi 14 mars 2019 à St-Ambroise >> 9h-10h30 a.m au Centre Mieux-Vivre
- Mercredi 27 mars 2019 à St-Fulgence >> 8h30-10h00 a.m à la salle de la FADOQ

Les impôts & prestations de revenu chez les aînés

Pas toujours facile pour les aînés plus vulnérables de savoir vers qui se tourner pour remplir leur déclaration de revenu d'impôts s'ils ne sont pas en mesure de leur faire eux-mêmes ou s'ils n'ont pas les moyens de payer un spécialiste? Saviez-vous que... Les Services budgétaires de la région peuvent vous offrir ce service à un prix modique ?


Connaissez-vous les crédits d'impôt et prestations de revenu pour aînés auxquels vous êtes éligibles ? Le Regroupement des Éclaireurs pour Aînés vous invite à venir en apprendre plus cet hiver lors d'une séance d'information avec Service Canada & Le Service Budgétaire de Chicoutimi.

Carolane Bouchard, Chargée de projet
projetrea1@outlook.com

cell: 418 812-4889


Regroupement des Éclaireurs pour Aînés-RÉA





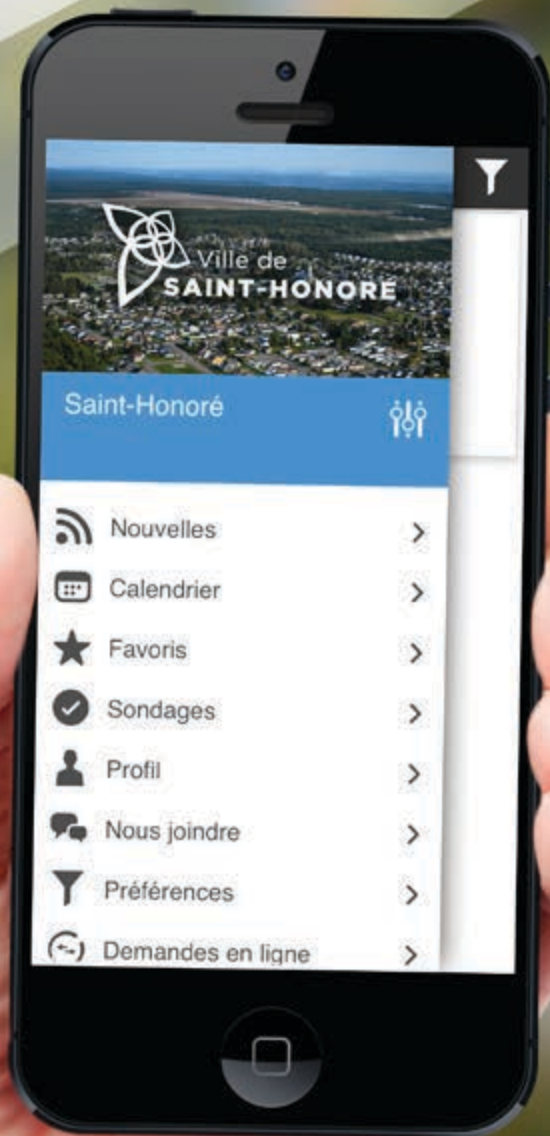
Salon Raymond Girard

Coiffure unisexe



3633 boul. Martel • Saint-Honoré
T. 418 673-4921

Une plateforme pensée par les citoyens,
pour centraliser tous les services municipaux.



Voilà!

- Nouvelles et alertes
- Calendrier personnalisé
- AccèsCité-Loisirs
- Taxation
- et plus encore!



Voilà!

Une communauté intelligente



Ville de
SAINT-HONORÉ

3611, boulevard Martel
Saint-Honoré (Québec) GOV 1L0

Téléphone : 418 673-3405
Courriel: admin@ville.sthonore.qc.ca