



# Brin de Nouvelles

## Informations locales

Municipalité de Saint-Gabriel-de-Rimouski, Vol. 18, No 6, 15 Septembre 2011

<http://www.municipalite.saint-gabriel-de-rimouski.qc.ca/>

### ❖ UN MOT... pour vous ❖

Bonjour à chacune et à chacun,

La rentrée des jeunes écoliers et des étudiants est faite. Tout au cours du mois, ce sera aussi la rentrée pour chacun des organismes qui ont fait relâche en été. Chacun vous invitera à vous joindre à eux. Osez le faire car chacun gagne à augmenter ses connaissances et à s'ouvrir aux autres.

À la prochaine.

Anne-Marie

### *Ce mois-ci...*

- Activités municipales en septembre
- Activités de Loisirs
- Bibliothèque, horaire régulier de retour
- Nouvelles des organismes
- Petites annonces
- ... et plus

**Prochaine séance du conseil le lundi 3 octobre 2011**  
**4<sup>e</sup> et dernière tranche de taxes municipales due le 15 septembre**

### **Résumé de la séance du 6 septembre 2011**

La municipalité a renouvelé le contrat des assurances collectives auprès de la compagnie « Industrielle Alliance ».

Une résolution d'appui a été adoptée afin de soutenir l'ensemble des organismes de bassins versants du Québec et le Regroupement des organismes de bassins versant du Québec dans leurs demandes.

Une demande de réparation des bordures de la rue Principale sera faite auprès du Ministère des Transports afin de rendre les accotements plus sécuritaires.

Le contrat pour la collecte des ordures ménagères et la collectes des matières recyclables a été octroyé à monsieur Yvan Plante pour l'année 2012.

### **HERBICYCLAGE ET LA DIMINUTION DES ORDURES**

L'herbicyclage est le recyclage du gazon par la pratique consistant à laisser sur la pelouse les rognures de gazon lors de la tonte, tout simplement!

Saviez-vous que les rognures de gazon constituent de 20 à 25 % des matières résiduelles générées par un ménage?

L'herbicyclage permet de réduire les quantités de déchets et de prolonger la durée de vie du lieu d'enfouissement technique. La pratique de l'herbicyclage, combinée à une tonte haute, permet de diminuer la présence de mauvaises herbes.

D'une part, on réduit le volume des transports par camion d'ordures vers le lieu d'enfouissement technique. Donc, on réduit la facture à la balance du centre de transfert de Mont-Joli, car nos ordures sont calculées au tonnage.

Si l'herbicyclage n'est pas pour vous, notre site de compostage est en fonction. Il est situé près des bassins d'épuration sur la rue Pelletier Sud. Une enseigne vous indique les résidus acceptés (Pelouse, feuilles mortes, résidus de jardins ...). Il est important de respecter ces indications pour obtenir de bons résultats et éviter les odeurs.

La collaboration de l'ensemble des citoyens est souhaitée. Ça éviterait d'imposer un règlement sur l'herbicyclage, tel qu'adopté à la Ville de Rimouski.

**Poser un geste pour l'environnement = diminuer notre tonnage en ordures = économie d'\$\$\$ (Source : ville de Rimouski)**

### **CHIENS ERRANTS**

Petit rappel sur le règlement 133-02 concernant les animaux.

Tout propriétaire de chien sur le territoire de St-Gabriel doit obtenir une licence pour son chien (médaillon), il est au coût de 25\$.

Un chien qui ne porte pas la licence peut être capturé par le contrôleur et gardé en enclos.

Des amendes sont prévues au gardien de chien qui contrevient aux articles du règlement.

Vous pouvez vous procurer la copie du règlement et la licence au bureau municipal.



**Le drainage du réseau sera effectué du 19 au 21 septembre 2011.**



\*\* IMPORTANT \*\* IMPORTANT \*\* IMPORTANT \*\* IMPORTANT \*\*

Un second cours de conduite théorique débutera à St-Gabriel à la fin de septembre. Il est encore temps de me faire parvenir votre inscription afin de pouvoir profiter de cette opportunité. Faites vite!

Manon Blanchette, conseillère, Responsable dossier famille, Tél : 418 798-4454

# Loisirs

**BIBLIOTHÈQUE LE BOUQUINIER** : Un lieu de rendez-vous pour les mordus de lecture !  
**Retour à l'horaire régulier depuis le mardi 6 septembre**  
**Des NOUVEAUTÉS sont sur nos rayons**

**MARDI : 18 h 15 à 19 h 45**

**MERCREDI : 15 h 15 à 16 h 45**

**JEUDI : 19 h À 20 h 30**

## **CARTES DE MEMBRES DU SERVICE DES LOISIRS**

La carte de membre est valide du 1<sup>er</sup> au 31 décembre de chaque année. Pour vous la procurer, il faut communiquer au bureau municipal. Le coût pour une carte individuelle est de 25 \$ et de 40 \$ pour une carte familiale, taxes incluses. N'oubliez pas que cette carte vous permet d'entrer gratuitement aux activités libres du Centre Polyvalent (tennis, basket-ball, volley-ball et badminton) et de la patinoire.

## **SOCCER**

Nos plus sincères remerciements s'adressent à **madame Nancy Ouellet** pour son travail de coordonnatrice durant la saison estivale de soccer qui vient de se terminer. Les remerciements s'adressent aussi aux **entraîneurs**, aux **arbitres** et surtout aux **joueurs** car, sans eux, la saison n'aurait pas eu lieu. En attendant la prochaine saison, il faut ranger le matériel et des **GILETS** qui ont été prêtés manquent encore. Si vous en avez un en votre possession, nous vous prions de le rapporter au bureau municipal le plus rapidement possible. Votre collaboration est appréciée.

Stéphane Deschênes, conseiller responsable.

## **FÉLICITATIONS**

Des félicitations s'adressent aux membres du comité organisateur et aux bénévoles pour la variété d'activités dont nous avons pu profiter lors du dernier Festival Country Western. Il faut noter aussi la qualité du déroulement de celles-ci.

### **Maison des Jeunes Gaëlle Toanen**



Bonjour à chacune et chacun d'entre vous,

L'été est déjà terminé! Malgré les 3 semaines durant lesquelles nous avons été fermés, la Maison des jeunes a été

bien active ; Sortie à Maître Corbeau, Expo agricole, implication au Festival Country Western sans parler de notre voyage à New York;

4 jours de véritable plaisir pour ces 14 jeunes impliqués. Central Park, Times Squares, Musée de cire de Madame Tussseau, Statue de la liberté, Rockefeller Center( Top of the Rock)... Ce qu'ils ont beaucoup apprécié aussi c'est le Chinatown. Chacun d'eux a pris un plaisir fou à marchander avec tous ces vendeurs. Tout le groupe en retire une très belle expérience et comme ils disent tous : New York c'est «Big» !!

Notez bien l'horaire d'automne,

Mercredi :	16h00 à 17h00	18h00 à 21h00
Jeudi :		18h00 à 21h00
Vendredi :	16h00 à 17h00	18h00 à 22h30
Samedi :	14h00 à 17h00	18h00 à 22h30

Pour terminer, une nouvelle animatrice c'est jointe à nous. Elle s'appelle Lory et elle a bien hâte de vous rencontrer !

Bonne Rentrée des classes !

Myriam , animatrice responsable et  
Lory, animatrice  
278 B, rue Principale à St-Gabriel  
418-798-4794

### O O MESSAGES D'INTÉRÊT PUBLIC

Cet espace est fourni aux organismes et aux groupes communautaires qui veulent annoncer leurs activités. Réservez votre espace assez tôt et nous parlerons de vous. **C'est gratuit.** Vous communiquez avec nous **le plus tôt possible mais avant le 1er du mois**, de la même façon que pour les petites annonces.

### **U.D.R.C – UNITÉ DOMRÉMY ST-GABRIEL – RELAIS COMMUNAUTAIRE**

Services continus de références-soutien et prévention disponibles en tout temps au 418 798-8833, boîte vocale en dehors des heures d'ouverture.

### **Chronique prévention**

#### **Vous ne reconnaissez plus votre enfant?**

L'alcool, la drogue ou le jeu y sont peut-être pour quelque chose. Pour y voir plus clair et savoir comment l'aider, visitez *mieuxcom-*

## Chronique Mieux-Être

### LA DIFFÉRENCE ENTRE CONFIANCE ET ESTIME

**La confiance en soi et l'estime de soi** sont deux concepts souvent confondus. Pourtant, ils sont de nature différente. S'il est possible et assez commun de vivre une difficulté concernant ces deux sphères à la fois, il demeure néanmoins important de les différencier, car la confiance et l'estime ne se développent pas de la même façon.

La **confiance en soi** est l'évaluation réaliste et ponctuelle que je fais de mes capacités pour affronter une situation particulière. Elle représente combien je me considère CAPABLE. Elle se développe par l'accumulation d'expériences dans des domaines spécifiques. Il est tout à fait normal que je n'aie pas confiance en moi lorsque je fais quelque chose de nouveau. Ce n'est qu'en m'entraînant à développer mes capacités que j'augmenterai ma confiance en moi dans ce domaine.

L'**estime de soi**, pour sa part, est l'évaluation continue de ma valeur, de l'importance que je m'accorde comme personne. Elle représente combien je me considère VALABLE. Elle se développe en étant fidèle à soi-même, en se respectant dans ses besoins, émotions, limites, valeurs, etc.

### DÉFINITION DÉTAILLÉE DE L'ESTIME DE SOI

Comme nous venons de le voir, l'estime de soi est l'évaluation que je fais de ma valeur personnelle. Elle indique dans quelle mesure je me considère une personne importante, aimable, valable. On pourrait comparer notre estime de soi à un compte en banque. Notre solde d'estime peut se retrouver déficitaire si on fait trop de retraits (actions, décisions, attitudes qui ne respectent pas notre façon d'être, nos besoins, nos valeurs, etc.) ou trop peu de dépôts. Ainsi, plus je fais des dépôts (i.e. que je respecte qui je suis et que mes actes sont fidèles à mes valeurs, besoins, opinions, etc.), plus mon compte d'estime de soi augmente. L'estime de soi est donc variable dans le temps. Elle augmente à chaque fois que j'agis en respectant qui je suis et diminue à chaque fois que j'agis à l'inverse de ce qui est important pour moi. Il est donc possible qu'elle soit très haute ou très basse selon les périodes de ma vie. Elle peut même varier à l'intérieur d'une même journée !

### LE DÉVELOPPEMENT DE L'ESTIME DE SOI

Au départ, l'enfant a absolument besoin du regard positif et inconditionnel de ses parents. S'il se sent reconnu, valorisé, apprécié tel qu'il est par ses parents et ensuite par les personnes significatives de son entourage (frères et sœurs, éducateurs, amis, etc.), il développera plus facilement une bonne estime de lui-même. À l'inverse, une désapprobation continue ou des mauvais traitements auront des répercussions néfastes pour le développement de l'estime de soi. Et comme il n'y a pas de parents parfaits, même si on ne verse pas dans l'extrême de la maltraitance, il arrive très souvent que l'enfant ne ressente pas toute la reconnaissance et l'acceptation inconditionnelle dont il aurait besoin. Il apprend donc à s'adapter aux attentes de ses parents et, pour préserver le regard positif dont il a absolument besoin, il peut se détourner d'une partie de ce qu'il est véritablement. Même si on considère avoir été très gâté par la vie, il se peut que le milieu n'était quand même pas propice au développement de l'estime de soi, par exemple s'il ne favorisait pas le développement de choix personnels ou misait beaucoup sur une sphère en particulier (ex. la performance scolaire) au détriment d'autres facettes de l'enfant. Par la suite, d'autres expériences de vie peuvent contribuer à ternir (ex. échecs scolaires, amoureux, etc.) ou relever (ex. succès, félicitations, etc.) notre estime de soi. Heureusement, une fois adulte, nous avons l'autonomie et les ressources nécessaires pour développer notre estime de soi, peu importe notre histoire personnelle et à quel niveau elle se situe. Et personne d'autre ne peut le faire pour nous.

Comme nous l'avons vu plus haut, la clé de l'estime de soi est la fidélité à soi, c'est-à-dire à ses émotions, valeurs, besoins, limites, opinions et aspirations. Être fidèle à soi implique de :

1. Porter attention à mes émotions, besoins (...) afin de les identifier.
2. Agir en conformité avec mes émotions, besoins, etc.
3. En assumer les conséquences. (Par exemple, respecter mes besoins, émotions ou autres implique de me montrer dans ma vulnérabilité, de prendre le risque de déplaire, etc.)

Entretenir son estime de soi demande des efforts et nécessite une continuité de soins et d'attention. Cette démarche implique aussi de se donner le droit à l'erreur et d'oser prendre des risques. Lorsqu'on se retrouve devant la nouveauté, il est normal de sentir une part d'insécurité. Attendre de ne plus avoir peur pour oser se respecter est une impasse. Il est plus réaliste et utile d'arriver à se respecter malgré la peur. Si devant la peur, on choisit d'éviter d'essayer d'adopter de nouvelles attitudes, il n'est pas surprenant qu'on demeure dans l'insécurité et le statu quo. On doit toutefois tenir compte de cette peur dans le choix de notre objectif de développement, en ajustant le niveau de difficulté de façon à respecter notre rythme. Nous pouvons entreprendre le développement de notre estime de soi par un grand nombre de portes. Une multitude d'occasions nous sont offertes au quotidien pour nous respecter davantage dans nos besoins, limites, valeurs, etc.

« Et si je déposais dès maintenant dans mon compte d'estime de soi? »

Pour info : Joëlle-Valérie Fournier

Source : <http://www.vieetudiante.uqam.ca/soutienpsychologique/Documents/Article-estime-de-soi.pdf>

### **Ateliers Horizon Aîné(s)**

Ce mois-ci, nous vous invitons à venir participer aux ateliers de cuisine, de tricot et de bricolage que nous vous offrons pour les prochaines semaines! **Nouveau**, ateliers en forêt !!!

#### Programmation

1 <sup>er</sup> septembre	fermeture éclair, réparation	13h15
8 septembre	trucs préparation de surface à peindre	13h15
15 septembre	tricot, torchon à vaisselle	13h15
22 septembre	Tricot, talon de bas	13h15

29 septembre  
6 octobre

Potage, Recettes de dîner  
Pizza, desserts

9h00  
13h15

**Un camp de survie en forêt et des ateliers de ressourcement dans un tipi amérindien** sera offert aux jeunes et moins jeunes qui le désirent. Inscrivez-vous rapidement, les places sont limitées!!!

Pour les ateliers culinaires, on peut rapporter les mets moyennant le coût des denrées.

**NB : IL EST IMPORTANT DE S'INSCRIRE À L'AVANCE AFIN DE PRÉVOIR LE MATÉRIEL NÉCESSAIRE. RÉSERVEZ TÔT. MERCI !!**

**À vendre :**

Un poêle électrique (75\$), demi- lit pliant avec matelas neuf (100\$) et lit capitaine idéal pour enfant, le tout en **excellente condition**.

**Recherchons :**

Planche de bois, marmite en fonte, sacs de couchage, chaudrons et ustensiles de camping, tapis, barils en plastiques.

**FRIPERIE :Nous sommes disponibles pour vous accueillir du mardi au vendredi !**

**Venez découvrir nos nouveautés de l'automne!**

**LA VENTE 50% EST TERMINÉE ! C'est maintenant LE SAC à 10\$. VENEZ EN PROFITER ET HABILLEZ TOUTE LA FAMILLE À PEU DE FRAIS !!!!!**

## GROUPE PROMOTION SAINT-GABRIEL

**Inauguration d'un nouveau tronçon du Sentier national,  
le 25 septembre 2011, au Parc du Mont-Comi, à 8 h 30**

Dans le cadre de la journée de la marche 2011, toute la population est invitée le **dimanche 25 septembre** prochain, à l'inauguration du tronçon Mont-Comi/Saint-Gabriel d'une longueur de 9,6 km. Ce nouveau tronçon, qui fait partie du Sentier national, est le fruit de deux ans d'effort.

Il faut souligner le partenariat entre le Parc du Mont-Comi et les municipalités de Saint-Gabriel, Saint-Donat et Saint-Anaclet. La S.E.R. de la Métis a été le maître d'œuvre du projet.

**Tous les marcheurs ont donc rendez-vous au Mont-Comi, le 25 septembre, à compter de 8 H 30.** Il sera possible de faire des trajets de longueurs variées en fonction de la capacité de chacun. Un service de navettes sera offert sur place pour accommoder les marcheurs.



L'inauguration du nouveau tracé se fera en présence de nombreuses personnalités.

On vous attend en grand nombre le **25 septembre prochain**, à 8 h 30, au Parc du Mont-Comi.  
Alain Marcoux, secrétaire du Groupe Promotion

**CERCLE DES FERMIERES** : Réunion mensuelle le 2<sup>e</sup> mercredi du mois. Ce sera le 14 septembre. Bienvenue !

**NOUVELLES DE LA FABRIQUE :**

**Columbarium collectif** au cimetière : Le projet prend forme et plusieurs personnes démontrent de l'intérêt. Il y a actuellement une possibilité de 7 cases réservées. D'autres hésitent faute d'informations. Le conseil de Fabrique aimerait votre avis sur l'emplacement et la position d'une telle installation. Pour ces raisons, nous avons pensé vous inviter à une **séance d'information qui aura lieu le mercredi 21 septembre prochain à 19 h 30 à la sacristie**. Vous voulez savoir : nous vous attendons !

**Remerciements aux bénévoles** des déjeuners country. Merci spécial à :

Mesdames Thérèse Brochu, Linda Tessier, Réjeanne Marchand, Dolorès Labbé, Sylvie Gariépy, Monelle Corbin, Jeanine Fortin, Andrée-Anne Fortin, Raymonde Ouellet et à

Messieurs Jean-François Melançon, Bertrand Fortin, Carl Rioux, Christian Banville, Denis Dufour, Mario Dufour, Clermont Dufour, Mario-Luc Fortin, Fernand Fortin et Rolland Ouellet.

Nous débuterons bientôt une "**Levée de fonds**" générale s'adressant aussi aux anciens de la paroisse dans le but de sauvegarder notre patrimoine paroissial dont fait partie notre église.

**Loterie** : Dernier Sprint pour vous procurer les billets de la Fabrique, les derniers billets disponibles sont en circulation auprès des marguilliers.

### **Projet Collation /Ecole :**

Des denrées vous sont demandées afin d'augmenter le nombre de collations fournies à l'école par le biais de l'Unité Domrémy Relais communautaire de St-Gabriel.

À cause des possibilités d'allergies chez les jeunes, voici la liste des produits que nous pouvons utiliser et que nous aimerions recevoir : farine, gruau, lait carnation, graisse, sucre blanc, cassonade, raisins secs, soda à pâte, jus de légumes, craquelins aux légumes ou autres, jus 100% pur. Des boîtes seront déposées à l'arrière de l'église et à la Caisse Desjardins pour recevoir ces aliments. Merci à l'avance de collaborer avec nous à ce beau projet.

Pour infos; Johanne Brisson, 418-798-8441

---

### **MESSAGE :**

Vous pouvez toujours faire paraître une petite annonce dans ce journal. Le coût est de 2,00\$ pour 25 mots et moins. Il faut faire parvenir votre texte **avant le 1er du mois** de l'une des façons suivantes :

**Écrire**, en incluant le montant demandé, à : Journal Brin de nouvelles, 248, rue Principale, St-Gabriel-de-Rimouski (Québec), G0K 1M0 ou téléphoner au bureau municipal aux heures d'ouverture. **418-798-4938**

---

### **PETITES ANNONCES**

**SERVICE : "Nuance Peinture 2001"**. Pour vos travaux de plâtre et de peinture. Appeler Richard Paul : 418 798-8269.

**SERVICE : Nettoyage** de tapis et sofas. Sofa 3 places : 60 \$. 418 798-8457

**VENDRE OU ACHETER** : Vous désirez vendre ou acheter , fermes, fermettes, boisés ou fonds de terre ? Contactez-moi, je m'en occupe ! Martial Tremblay, Agronome, **courtier immobilier** pour Gotha Immobilier. 418-730-4252.

**À VENDRE : Panier de basket** : 140 \$. **Ordinateur** usagé 1998 Pentium Windows 95 à donner. Informations : 418 798-4018.

**À VENDRE : Télévision couleur RCA** 27 pouces, très propre, fonctionnelle, 4 ans d'usage. 125 \$ Informations : 418 798-8260.

**À LOUER : CHAMBRE** à louer près de l'école. Personne non fumeur. Tranquille. 418 798-8457.

**RECHERCHE :Femme de ménage**, appelez Pierre Morissette au 418 556-9969.

**PERDU ET RETROUVÉ : Lunettes d'enfant** retrouvées durant le festival. Description : en métal bleu. Vous adresser au bureau municipal, 248, rue Principale ou 418 798-4938.

---

### **NOS SINCÈRES CONDOLÉANCES À LA FAMILLE DE :**

Monsieur **YVON MAILLOUX**, époux de dame Diane Brisson, décédé au CSSS de la Mitis le 5 août 2011 à l'âge de 78 ans et 10 mois. Il était le père de Sylvain (Danielle Fournier).

Sœur **YVETTE HALLÉ** (Sœur Marie de St-Marc), religieuse de la congrégation des Servantes de Notre-Dame Reine du Clergé de Lac-au-Saumon, décédée le 16 août 2011 à l'âge de 89 ans. Elle était la fille de feu Marie-Louise Ross et de feu Eugène Hallé. Elle était la tante de Johanne et Bruno Hallé.

Madame **LUCIENNE GAGNON**, épouse de feu Albert Fortin, décédée au Centre d'hébergement de Matane le 14 août 2011 à l'âge de 92 ans et 3 mois. Elle était la fille de feu Paul Gagnon, la sœur de Bernadette et la belle-sœur de Carmen Fortin (Jean-Paul Gagnon).

Monsieur **ALCIDE RIOUX**, époux de feu Monique Corbeil, décédé à l'hôpital de Chicoutimi le 11 août 2011 à l'âge de 85 ans. Fils de feu Marie-Anna Paquet et de feu Elzéar Rioux, il était le beau-frère de Imelda Hamilton (Maurice Rioux).

---

<b><u>Ordures ménagères</u></b>	<b><u>Récupération</u></b>
<b>Les mardis</b>	<b>Les jeudis</b>
20 septembre	15 et 29 septembre
4 et 18 octobre	13 et 27 octobre
Retour aux 2 semaines depuis	Aux 2 semaines à
le 1 <sup>er</sup> septembre	l'année



**JE VOUS OFFRE...**  
Produit pour cacher les cheveux clairsemés et  
améliorer l'apparence de la coiffure  
**AUSSI...**  
Prothèses Capillaires, Extensions et Rallonges

**Certificats cadeaux disponibles  
en tout temps**

**Merci de me faire confiance**

**Bienvenue à tous**

**Bonne Rentrée !**

**Au plaisir de vous servir,**

**Marina Pelletier**

**4-1121 chemin du Mont-Comi,**

**St-Donat**

**418 739-3069**

**HORAIRE D'ÉTÉ**

Dimanche, Lundi	Fermé	Jeudi	À domicile
Mardi	Fermé	Vendredi	9 h à 20 h
Mercredi	9 h à 20 h	Samedi	9 h à 12 h 30

**SUR RENDEZ-VOUS**

**FÉLICITATIONS AUX HEUREUX PARENTS DE :**

**GABRIELLE**, fille de Jessica Martin et de Tony Lévesque, née le 17 avril 2011 et baptisée le 27 août 2011.

**PIERRE JEAN MAXIM**, fils de Mélanie Dionne et de Mathieu Coutu, né le 17 juin 2011 et baptisé le 3 septembre 2011.

**FLORENCE**, fille de Julie Dufour et de Alexandre Garon, née de 12 avril 2011 et baptisée le 3 septembre 2011.

**BIENVENUE À CES BEAUX BÉBÉS**

**Bonne Rentrée,**

**Que chacun(e) ait le goût d'entreprendre quelque chose de nouveau et de constructif en ce début d'une nouvelles saison active, après les vacances !**

Mise en page : Anne-Marie Fournier      Impression et assemblage au bureau municipal.  
Adresse: Journal Brin de nouvelles, 248, rue Principale, St-Gabriel-de-Rimouski , QC, G0K 1M0  
Téléphone : 418-798-4938      Télécopieur : 418-798-4108

**IMPORTANT :** La date pour faire parvenir les communiqués est le **1<sup>er</sup> du mois**. Comme le Brin de nouvelles est distribué environ 7 jours (à moins de contretemps) après la séance régulière mensuelle du conseil municipal, il est **important d'y penser le mois précédent** si votre activité doit se passer avant le 15 du mois.