



Brin de Nouvelles

Informations locales

Municipalité de Saint-Gabriel-de-Rimouski, Vol. 18, No 8, 15 Novembre 2011

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

❖ UN MOT... pour vous ❖

Bonjour à chacune et à chacun,

Comme le temps passe vite ! Il me semble que 2011 vient de commencer et dans environ 7 semaines, nous serons déjà en 2012. Avant d'y arriver, nous avons des surprises et des réceptions à préparer. Pendant ce mois de novembre un peu lugubre, nos pensées seront agrémentées par ces préparatifs. Que chacun profite au mieux de ce qui se passe de beau ! À la prochaine.

Anne-Marie

Ce mois-ci...

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

Prochaine séance du conseil le lundi 5 décembre 2011

En décembre, surveiller l'affichage de la date de la séance spéciale pour l'adoption du budget 2012

Résumé de la séance ordinaire du 7 novembre 2011

Un avis de motion a été donné en vue de l'adoption du règlement du budget 2012 et le programme triennal.

La municipalité a adopté un code d'éthique et déontologie pour les élus municipaux.

L'approbation du budget 2012 de l'OMH a été acceptée en séance.

La municipalité a adopté le règlement # 223-11 afin de permettre la circulation des véhicules hors route sur certains chemins municipaux

Le calendrier des séances ordinaires pour l'année 2012 a été adopté, soit aux dates suivantes :

Mardi 10 janvier 2012, lundi 6 février, lundi 5 mars, lundi 2 avril, lundi 7 mai, lundi 4 juin, lundi 3 juillet, lundi 6 août, mardi 4 septembre, lundi 1^{er} octobre, lundi 5 novembre et lundi 3 décembre.

La municipalité a accepté l'estimation de LaForest NovaAqua # 1941 pour l'analyse et le suivi des essais de pompage par paliers (4 puits) et l'analyse sédimentologique.

L'offre de service de « Puits Deschênes » pour 4 pompages par palier a été acceptée.

Loisirs

BIBLIOTHÈQUE LE BOUQUINIER : Un lieu de rendez-vous pour les mordus de lecture !

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

VACANCES DES FÊTES : Dernier jour d'ouverture le jeudi 8 décembre 2011 ;

Retour le mardi 10 janvier 2012 pour l'horaire régulier

CARTES DE MEMBRES DU SERVICE DES LOISIRS

La carte de membre est valide du 1^{er} 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.

Hockey Mineur

Le hockey mineur est de retour cette année à Saint-Gabriel et plus que jamais nous avons besoin de vous, les jeunes, pour promouvoir ce beau sport qu'est le hockey. Les catégories offertes sont Novice, Atome, Pee Wee, Bantam et Midget. Les séances d'entraînement se dérouleront deux soirs/semaine et le coût d'inscription se limite à tout simplement posséder votre carte de membre 2012 (individuelle : 25\$ ou familiale : 40\$). Les horaires seront finalisés après les inscriptions, vous serez alors contactés.

Activités Centre Polyvalent

Vous avez le goût de bouger, de vous changer les idées ou encore de **tout simplement vous divertir, alors inscrivez-vous aux activités offertes par votre municipalité. L'inscription est gratuite, il suffit de posséder votre carte de membre (individuelle : 25\$ ou familiale : 40\$)**.

Sport	Jour	Date	Inscription minimale
Hockey balle Mineur	Lundi/Mardi	18h30-20h30	-
Hockey balle Adulte	Mardi	20h30-21h30	10
Volley-Ball	Mercredi	20h00-21h00	12
Badminton/Ping-pong	Mercredi Vendredi	17h00-19h45 19h00-21h00	8

Lieu : Centre Polyvalent, Saint-Gabriel-De-Rimouski

Début des activités : Lorsque le nombre minimal d'inscriptions sera atteint, nous vous contacterons.

Nous sommes présentement à la recherche de responsable d'équipe, si vous êtes intéressé, communiquez avec nous!

Pour inscriptions et informations, communiquez avec Emmanuel Ouellet :

Jour : 418-798-4111

Soir : 418-739-0039

Maison des Jeunes Gaëlle Toanen



Bonjour à vous chers Gabriélois,

Octobre... pluie, froid, noirceur...
Ce n'est pas ce qui a fait peur à nos réguliers. Même dans ces intempéries les jeunes sont toujours aussi actifs et dynamiques.

Ce mois-ci, deux ateliers ont été présentés à nos jeunes. Un de peinture et un atelier de prévention sur l'intimidation.

L'Halloween sonnait à nos portes. Alors il est bien entendu qu'un Party était organisé pour eux en cette occasion. Jeux thématiques et animatrices maléfiques étaient au rendez-vous.

À venir en novembre :

Samedi 12 novembre à 14 h : Atelier de Scrapbooking

Vendredi 18 novembre départ à 18 h 30 : Partie de hockey de l'Océanic

Samedi 19 novembre à 18 h : Soirée de filles

Mercredi 23 novembre à 18 h : Atelier sur la toxicomanie

Samedi 26 novembre départ à 18 h : Cinéma Lido (Récompense Festival)

Pour terminer, nous aimerions féliciter nos jeunes, Anthony Banville et Gabriel Guimond pour leur première place, chacun dans leur catégorie d'âge pour leur course Cross-Country scolaire organisée à Rimouski.

L'horaire d'automne est toujours en vigueur.

Viens nous voir!

Myriam Plourde, animatrice responsable

Lory Lacasse, animatrice

278 B, rue Principale à St-Gabriel

418-798-4794

📧 --- 📞 --- 📄 --- **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

Toxicomanie «le mal de vivre»

Être parent d'un jeune qui vit des problèmes de toxicomanie n'est pas toujours facile. Ce déchirement entre vouloir le prendre en charge, le serrer dans nos bras et notre responsabilité de le laisser ses difficultés jusqu'à ce qu'ils comprennent, touchent son bas fond et face les premier pas pour un nouveau mode de vie. Combien de parents pleurent chaque nuit leur impuissance? Ne rester pas seul quelqu'un peut vous aider!

Pour info : Julie Ouellet 798-8833

Chronique Mieux-Être

Comment avoir davantage confiance en soi

Timide, vous avez de la difficulté à prendre votre place ? Vous doutez trop souvent de vous même ? Vous manquez d'assurance ? La confiance en soi, ça se travaille.

Pas agréable de se sentir nulle, inadéquate, incompetente. Épuisant aussi de toujours douter de soi, d'hésiter devant la moindre décision à prendre, de tout remettre en question, de chercher sans cesse l'approbation des autres, de se sentir constamment insatisfaite, vulnérable, coupable.

Que la vie est longue et triste quand on a peu confiance en soi !

La confiance en soi se construit dès l'enfance, en grande partie à travers le regard que les parents portent sur nous. Se sentir aimé pour ce qu'on est, être encouragée et félicitée nous propulse en avant. À l'inverse, le fait d'entendre constamment de faire attention, de ne pas toucher, de ne pas essayer puisque, de toute façon, on n'y arrivera pas, sape lentement, mais sûrement, la confiance en soi.

Heureusement, en cette matière, rien n'est irrémédiable. Plutôt que de s'enliser et de déprimer, on peut décider de réagir et de changer le cours des choses. Certaines personnes auront peut-être besoin d'une aide extérieure. Mais on peut toutes faire de grands pas si on s'y met vraiment. Comment? En apprenant d'abord à bien se connaître. Puis en passant à l'action, en accumulant de petites victoires qui, lentement, nous redonneront confiance. Mais pour cela il faut arriver à faire taire cette petite voix en nous qui tente constamment de saper nos efforts. Et nous serons alors capable d'affirmer de plus en plus clairement nos besoins, nos désirs et nos préférences.

Sources : L'Association canadienne pour la santé mentale - Chaudière-Appalaches

Site internet: www.acsm-ca.qc.ca

Pour info : Joëlle-Valérie Fournier 798-8833

Ateliers Horizon Ainé(s)

Pour le mois de novembre nous vous invitons à venir participer aux ateliers de cuisine, couture et bricolage qui se passent les jeudis !

Pour les ateliers culinaires, on peut cependant rapporter nos 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 !!

Nouveauté !!

Nous avons maintenant une page Facebook voici l'adresse :

<https://www.facebook.com/pages/Unité-Domrémly-de-St-Gabriel-Relais-Communautaire>

À vendre : Un poêle électrique (75\$), demi-lit pliant avec matelas neuf (100\$)

Recherche : Planche de bois, marmites en fonte, chaudrons de camping, tapis, barils en plastiques.

Venez découvrir nos nouveautés de l'automne-hiver!

HABILLEZ TOUTE LA FAMILLE !!!!!

Aussi à l'UDRC où on trouve de tout même un(e) ami(e) : Venez prendre un café ou un autre breuvage chaud tout en jasant en bonne compagnie du mardi au vendredi de 9 h à 11 h 30 et de 13 h à 16 h. Bienvenue à tous !

CATÉCHÈSE, MESSAGE IMPORTANT :

CONFIRMATION DES ADULTES ET DES JEUNES 15 ANS et +

Pour être confirmé-e en mai 2012, c'est le temps d'y penser. Communiquez avec M. le curé au presbytère de Saint-Gabriel, 418-798-4901.

CATÉCHÈSES POUR LES 11-14 ANS

Votre enfant a entre 11 et 14 ans et il lui manque plusieurs années de catéchèses? Il ou elle n'a pas fait sa première communion ni sa confirmation? Nous pouvons mettre sur pied un groupe de catéchèse adapté à des ados en autant que nous avons assez d'inscriptions pour le justifier. Téléphoner au presbytère et demandez M. le curé, 418-798-4901.

Club LIONS – CAMPAGNE de la Canne de Bonbon 2011



Comme à chaque année, les membres du Club Lions de St-Gabriel recueilleront vos dons, si ce n'est pas déjà commencé, pour la campagne annuelle de la **canne de bonbon** (pour les œuvres du Club). Cette activité se tiendra dans la municipalité au cours du mois de novembre et les premiers jours du mois de décembre.

Vente de Gâteaux aux fruits 2011

Par la même occasion, si ce n'est déjà fait, les membres du Club Lions de **St-Gabriel** vous offrent en vente, encore cette année, "**leurs fameux gâteaux Lions**" qui sont renommés dans toute la région. Cette activité se tient déjà dans la municipalité depuis le début de novembre et tant qu'il y en aura. (Les profits serviront pour les œuvres du Club également).

Merci pour votre habituel accueil et votre générosité ! Nous vous en sommes reconnaissants!

N.B. À cet effet, les membres du Club Lions vous visiteront à domicile.

Carl Rioux, publiciste.

CERCLE DES FERMIERES : Réunion mensuelle le 2è mercredi du mois. La dernière rencontre était le 9 novembre à 13 h. La prochaine sera le 14 décembre en après-midi.



Vous êtes invités aux après-midis rencontres du mardi. C'est un rendez-vous, de 13 h 15 à 15 h, pour jaser ou partager des techniques de divers travaux manuels. Vous pouvez communiquer avec nous pour exprimer votre besoin et nous tenterons de vous satisfaire. Prenez note qu'il y aura relâche pour quelques mardis dans le temps des Fêtes.

Danielle Desrosiers, responsable des communications.

Ateliers « Artisanat Jeunesse » 2012

Tu aimerais acquérir quelques notions de tissage et confectionner une pièce?... Le Cercle des Fermières t'offre des ateliers d'apprentissage qui pourraient débiter à la mi-janvier. Projet : Réaliser un petit sac tissé. Clientèle visée : Filles et garçons entre 8 et 14 ans qui doivent s'inscrire avant le 31 décembre 2011. Durée : environ 6 ateliers dont les dates sont à déterminer selon le nombre d'inscriptions. Pour plus d'informations, communiquer avec Marie-Paule (418 798-4563) ou Olivette (418 798-8157)

Beaulieu Lise, responsable du comité Arts textiles.

NOS SINCÈRES CONDOLÉANCES À LA FAMILLE DE :

Monsieur **DAMIEN TREMBLAY**, fils de feu Aurélie Gagné et de feu Léopold Tremblay, décédé au Centre hospitalier de Rimouski le 1er septembre 2011 à l'âge de 64 ans et 3 mois.

Monsieur **ÉMILIE RIoux**, époux de feu Éléonore Banville, décédé à St-Gabriel-de-Rimouski le 2 novembre 2011 à l'âge de 80 ans et 8 mois. Il était le père de Bruno.

Monsieur **CHARLES-EUGÈNE DESCHÈNES**, époux de madame Jacqueline Castonguay, décédé au CSSS de la Mitis le 5 novembre 2011 à l'âge de 79 ans et 3 mois. Il était le père de Renaud, Claudie, Karine et Charlie.

<u>Ordures ménagères</u>	<u>Récupération</u>
Les mardis	Les jeudis
15 et 29 novembre	10 et 24 novembre
13 et 27 décembre	8 et 22 décembre
Retour aux 2 semaines depuis le 1 ^{er} septembre	Aux 2 semaines à l'année

INFO CAISSE



HUIT HABITUDES POUR MIEUX RÉUSSIR EN BOURSE

1. **Épargner avant d'investir**
Autant que possible, éviter les emprunts pour investir en bourse.
2. **Investir tôt et souvent**
Regarder la possibilité d'investir par dépôt périodique afin de permettre de réduire le prix de revient des actions lors d'une baisse du marché et d'y être quand il y a une hausse.
3. **Connaître et réduire ses coûts**
Être au courant des frais de gestion et des frais de transaction demandés afin de faire un meilleur choix dans la sélection du fournisseur.
4. **Respecter son plan de match**
Investir selon le profil d'investisseur qui nous a été déterminé au départ.
5. **Rééquilibrer au lieu de réagir**
Si certaines classes d'actif sont surpondérées ou souspondérées selon notre profil d'investisseur, tenter de rectifier le tir afin d'optimiser le rendement.
6. **Modérer ses attentes**
Ce n'est pas parce que le voisin a obtenu un rendement de 20 % avec une action l'an passé que cela va se reproduire. Si cette action peut toujours être une bonne affaire, les rendements records sont potentiellement rares et vous pourriez être déçus si les rendements escomptés ne sont pas atteints.
7. **Viser la simplicité**
Acheter des actions ou des fonds que vous connaissez bien ou que vous pouvez facilement expliquer aux autres.
8. **Se constituer une réserve**
Toujours avoir un fonds d'urgence au cas où vous auriez besoin de liquidité quand les marchés sont bas. Ainsi, vous ne concrétiserez pas une perte si vous avez besoin de votre argent rapidement et vous pourrez attendre que les marchés reprennent de la vigueur.
Source : Journal Les Affaires, 20 août 2011

PETITES ANNONCES

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**

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

RECHERCHE : Je recherche une **FEMME DE MÉNAGE** disponible à tous les vendredis en fin de journée ou les samedis avant-midi. Je demeure dans le village de St-Gabriel. Pour plus d'informations, contactez Maryse sur l'heure des repas au 418 798-8495.

OFFRE DE SERVICE : Cirage, aiguisage, entretien et réparation de **PLANCHE À NEIGE ET SKIS**. Appelez à partir de 17 heures. Jonathan, 418 798-4024.



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

418 739-3069

Au plaisir de vous servir,
Marina Pelletier
4-1121 chemin du Mont-Comi,
St-Donat

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

Venez profiter de notre nouveau programme H.P.
Sans aucun supplément!



*(Vous possédez une carte de saison au Mont-Comi, vous avez 15% rabais)
Le programme H.P. vise à améliorer les performances sportives, HP-ski, HP-hockey, HP-soccer, HP-cardio, HP-enduro. Programme propre à chacun.

Programmes spéciaux, retraités et femmes enceintes!

*(Programme spécifiquement conçu pour vous, possibilité d'avoir un entraînement supervisé, groupe de 4.)

Politique d'inscription : Inscrivez-vous et si après deux séances vous n'aimez pas, nous vous rembours-
rons!

À ne pas manquer!

Première édition de la *Grande Promenade Saisonnière*

Activité : Parcours d'environ 4 km

Lieu : Gymnase des Hauts Plateaux en Santé

Date : Samedi 12 novembre 2011

Heure : 10 h

Gratuit pour tous!

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^{er} 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.