

N° 58

Octobre  
2020

**Valcourt**  
VIVRE D'INGÉNIOSITÉ

[www.valcourt.ca](http://www.valcourt.ca)

# L'Informateur

Le journal  
Municipal et  
Communautaire  
de Valcourt

*Merci à tous de  
respecter les règles  
sanitaires en place!*

**En octobre, on sort  
masqués!**

# L'Informateur

Magazine Municipal et Communautaire de Valcourt

## Sommaire

### Vie Municipale 3-5

**Halloween**  
**Urbanisme**  
**Gros rebuts**  
**Inspections des bornes incendie**

### Sécurité Civile 6

**La trousse 72 h**

### Fleurons du Québec 7

**Du jardin à l'assiette**

### Vie Communautaire 8-9

**Paniers de Noël**  
**Don de jouets**

### Chronique Santé 10-15

**L'insomnie, un fléau moderne**

### Vie Culturelle 16-17

**Musée**  
**Centre Culturel**

### Vie Scolaire 18

**Offre d'emploi**

### Sport et Loisirs 20-21

**Activités gratuites**

Mensuel d'information édité par la Ville de Valcourt

Directrice de publication : Lydia Laquerre

Infographie et régie publicitaire : Jacinthe Charron

Maquette : évoé! 450 521-8291

Courriel : ville.valcourt@valcourt.ca

Abonnez-vous à l'infolettre au [www.valcourt.ca](http://www.valcourt.ca)



### Heures d'ouverture de vos services

Hôtel de ville	:	1155, rue St-Joseph, Valcourt, JOE 2L0
Aréna	:	1111, boul. des Cyprès, Valcourt, JOE 2L0
Lundi au jeudi	:	8 h 30 à 12 h et 13 h à 16 h 30
Vendredi	:	8 h 30 à 13 h (Après-midi sur rendez-vous seulement)
Téléphone	:	450 532-3313
Télécopieur	:	450 532-3424
Courriel	:	<a href="mailto:ville.valcourt@valcourt.ca">ville.valcourt@valcourt.ca</a>



## Halloween 2020

En collaboration avec Valcourt 2030, l'équipe du Grand Prix Ski-Doo de Valcourt souhaite gâter les jeunes de Valcourt et région en s'impliquant dans la communauté à l'occasion de l'Halloween 2020.

Surveillez la page Facebook du GPSV et de ses partenaires de projet pour connaître les détails et remplir le formulaire d'inscription.

Quantités limitées !

\*\*Le tout sera fait selon les mesures sanitaires en vigueur.



Nous avons un nouveau bac de recyclage de masques de procédure aux Tabliers!

## RECYCLEZ VOS MASQUES!

\*Aucun masque à utilisation médicale ne peut être accepté

**JOIGNEZ-VOUS À NOUS!**  
Venez porter vos masques dans nos bureaux, à Richmond.  
421, RUE PRINCIPALE NORD  
819 826.6517



## Halloween à Valcourt

Le Conseil Municipal a choisi de ne pas interdire la collecte de bonbons le **31 octobre prochain**. Néanmoins, il demande aux citoyens de respecter les mesures sanitaires suivantes:

- Ne pas participer à la collecte de bonbons si vous présentez des symptômes de la COVID-19;
- Port du masque ou couvre-visage en tout temps pour les personnes de 10 ans et plus;
- Respect de la distanciation sociale;
- Ne pas entrer dans les maisons et/ou laisser entrer les gens, on donne les bonbons dehors;
- Ne pas se promener d'une ville à l'autre, cette année plus que jamais, on passe l'halloween **DANS SA VILLE SEULEMENT.**

Si toutefois nous passons en zone rouge ou que la Santé Publique émet des recommandations plus sévères que celles mentionnées ci-haut, le Conseil interdira la collecte de bonbons, pour la sécurité de tous. Suivez-nous sur Facebook pour être au courant des dernières nouvelles.

## La visibilité de votre numéro civique, c'est essentiel!

Pour le bien-être et la sécurité de tous, il est primordial que chaque propriété affiche **CLAIREMENT** son numéro civique. En effet, un bâtiment principal (une maison, une entreprise, un commerce, etc.) ne possédant pas de numéro civique bien visible de la rue peut engendrer des situations problématiques et même désastreuses si les intervenants (policiers, pompiers et ambulanciers) ne peuvent se repérer rapidement dans un secteur. De plus, pour les visiteurs ne connaissant pas le territoire de la Ville, il pourra être difficile de se rendre où ils veulent aller.

Voici quelques consignes pour vous assurer d'avoir un numéro civique bien visible pour tous :

1. Doit être affiché en chiffre arabe et non en lettres;
2. Doit être installé sur la façade principale du bâtiment donnant sur la rue et être bien visible en tout temps, soit de jour comme de nuit. Lorsque requis, le numéro civique doit être éclairé;
3. L'utilisation de couleur contrastante avec le mur sur lequel est installé le numéro civique et l'installation près d'une lumière est suggéré;
4. Si un bâtiment contient plusieurs appartements ou locaux, chacun doit être identifié de façon distincte par numéro. Ce numéro doit être affiché sur la porte d'entrée principale de l'appartement ou du local;
5. Lors de l'installation d'un abri d'auto temporaire pour la saison hivernale, si la structure cache le numéro civique, celui-ci doit donc être affiché sur l'abri d'auto temporaire;
6. Pour toute maison ou tout bâtiment situé à plus de 20 mètres de la rue, le numéro doit être affiché à l'entrée du chemin ou de l'allée menant à la maison ou au bâtiment.

## L'entretien d'une haie, pour la convivialité de tous !

Dans le but d'offrir un milieu de vie conviviale et d'assurer la sécurité de tous en limitant tout risque d'accident ou de collision, il est primordial que chaque propriétaire entretienne convenablement sa haie localisée en bordure de la rue.

À cet effet, le règlement de zonage no 560 précise à l'article 10.6 que «la hauteur d'une haie de cèdres ou de tout autre type d'arbustes située à l'intérieur d'une marge de recul avant principale ne peut dépasser 1,0 m. À l'extérieur de la marge de recul avant principale, la hauteur de la haie n'est pas limitée. Une haie doit être plantée à une distance d'au moins 0,3 m d'un trottoir, d'une bordure ou de l'assiette d'une rue sans empiéter dans l'emprise. La plantation de la haie ne peut être effectuée à moins de 1,5 m d'une borne-fontaine.»

Nous comptons sur l'habituelle coopération et collaboration de tous les citoyens afin de laisser le trottoir ou la bordure de rue libre de toutes branches provenant d'une haie et ce, pour des raisons de sécurité et afin d'améliorer la circulation des usagers.

## Collecte des gros rebuts

C'est le 16 octobre qu'aura lieu la collecte des gros rebuts. Nous vous demandons d'attendre au jeudi soir pour mettre vos encombrants en bordure de rue. Prenez note que les matériaux de construction, les armoires, toilettes, bains, sacs de feuilles, ballots de branches, résidus compostables, ainsi que les surplus de déchets domestiques ne seront pas ramassés. Si des items ne sont pas ramassés lors de la collecte des gros rebuts, bonne nouvelle, l'écocentre occasionnel de Valcourt sera ouvert le lendemain, 17 octobre de 9 h à midi. Ce sera d'ailleurs votre dernière chance d'y aller pour 2020! Merci de ne pas déposer vos gros rebuts dans les conteneurs de la Ville, d'immeubles à logements ou de commerces.



## Inspection des bornes d'incendie

Du 5 au 8 octobre de 8 h 00 à 17 h 00

Cette opération s'effectuera sur tout le territoire de la Ville et normalement, cela ne devrait pas affecter la limpidité de l'eau.

## Dernier versement de taxes pour 2020

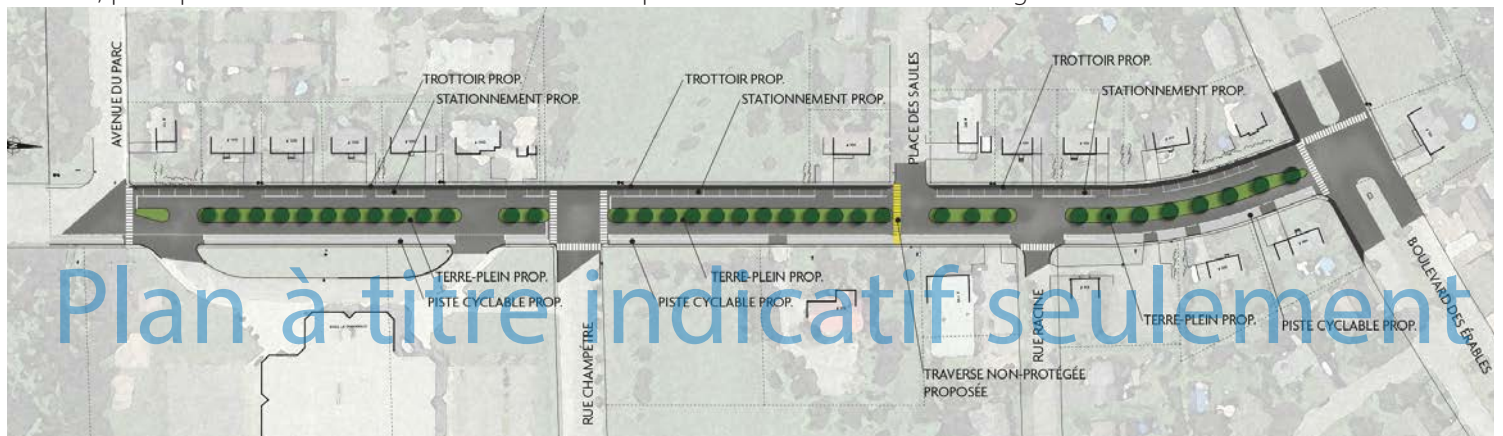
Si vous aviez retardé le paiement de vos taxes municipales, en raison de la COVID-19, n'oubliez pas que l'entièreté de votre compte de 2020 doit être acquitté pour le 27 octobre 2020.

## Travaux sur le boulevard des Cyprès

Depuis plusieurs années, le Conseil municipal travaillait à trouver un moyen de financer d'importants travaux de réfection sur le boulevard des Cyprès, sur la portion située entre la rue du Parc et le boulevard des Érables. En effet, cette artère importante de notre réseau routier montrait de sérieux signes de fatigue et il devenait prioritaire de la remettre à neuf.

Bien qu'elle ait amené son lot de désagréments, la COVID-19 nous aura donné la possibilité d'obtenir une généreuse subvention pour l'entretien de notre réseau routier, subvention qui finance 90% de ce projet d'envergure. La Ville ne pouvant pas passer à côté de cette somme qui nous arrive de façon imprévue, il nous fallait agir rapidement, car le versement de la subvention est conditionnel à la réalisation des travaux avant le 31 décembre 2020. Ainsi, nous avons entamé, dans la semaine du 21 septembre, des travaux majeurs de réfection dans ce secteur.

Durant au minimum 7 semaines, la circulation sur le boulevard des Cyprès sera réservée aux résidents du boulevard, aux parents et employés du CPE Crayons de Couleurs et aux personnes devant obligatoirement se rendre sur la rue Champêtre. Elle sera **unidirectionnelle, du boulevard des Érables, vers l'avenue du Parc**. La circulation pourrait être fermée complètement à certains moments. Nous demandons votre collaboration pour éviter au maximum de circuler dans ce secteur, principalement aux heures d'arrivée et de départ des enfants à l'école et la garderie.



### Collecte de feuilles d'automne

**Date : En tout temps**  
**Lieu : Site de compostage de la rue Belleive**  
Les sacs de plastiques sont interdits.



### Rénovations Pierre Groulx 2009 inc

Construction  
Résidentiel - Commercial - Industriel  
Garantie maisons neuves

**450-532-3255**

RBQ: 5596-5750-01 708, Route 222, Maricourt, Qc J0E 2L2



## Le saviez-vous ? La Trousse 72h, c'est essentiel!

Notre Ville s'est dotée d'un plan de sécurité civile. Il s'agit d'une préparation pour faire face et nous aider à intervenir en cas de sinistres majeurs. Tempêtes climatiques; grands vents; pluies diluviennes, inondations, pannes des services publics (électricité, téléphone, etc.), incendies majeur, incendies de forêt, accidents routiers majeurs et risque de déversement de matières dangereuses... Ce sont là des évènements pour lesquels nous ne pouvons pas prétendre être à l'abri.

Il importe de savoir que la sécurité civile est l'ensemble des actions et des moyens mis en place à tous les niveaux de la société et à la base, chacun des citoyens devrait se sentir concerné et pas juste les municipalités.

L'article 5 de la Loi sur la sécurité civile indique même ceci : « Toute personne doit faire preuve de prévoyance et de prudence (...). »

Prévoyance, mais quelle prévoyance ?

En lien avec les risques présents dans son milieu, les citoyens devraient notamment s'assurer de connaître les consignes à suivre en cas d'urgence et, disposer d'un niveau d'autonomie lui permettant de faire face au moins aux 72 premières heures d'un sinistre. Il s'agit donc d'avoir des articles essentiels qui permettront à vous et votre famille de subsister pendant les 3 premiers jours d'une situation d'urgence. Ce délai de 3 jours est le temps que pourraient prendre les secours pour venir en aide aux personnes sinistrées ou que pourrait prendre la Ville à organiser des mesures d'intervention, ou que pourraient mettre les services essentiels à se rétablir.

Nous vous invitons fortement à vous doter d'une telle trousse.

Que mettre dans une trousse 72h ?

- Eau potable (deux litres par personne et par jour, pour au moins trois jours) ;
- Nourriture non périssable (pour au moins trois jours) ;
- Ouvre-boîte manuel ;
- Radio à piles et piles de rechange ;
- Lampe de poche et piles de rechange ;
- Trousse de premiers secours : bandages adhésifs, compresses de gaze stériles, ciseaux, pince à épiler, épingles, antiseptiques, analgésiques ;
- Articles pour la toilette : brosses à dents, serviettes, mouchoirs en papier, savon, papier hygiénique, sacs à ordures en plastique ;
- Couvertures ou sacs de couchage ;
- Argent ;
- Jeu de clés pour la voiture et la maison ;
- Sifflet (pour signaler votre présence aux secouristes) ;
- Bougies, briquet et allumettes ;
- Couteau de poche multifonctionnel ;
- Masques antipoussière (pour filtrer l'air contaminé) ;
- Photocopies de vos documents personnels importants : pièces d'identité, polices d'assurance, ordonnances pour les médicaments et les lunettes, liste des personnes à joindre en cas d'urgence.

Enfin, n'oubliez pas d'inclure des articles pour :

- La famille (médicaments, équipements médicaux, nourriture spéciale, etc.) ;
- Les enfants en bas âge (lait maternisé, couches jetables, biberons, etc.) ;
- Les animaux domestiques (nourriture, médicaments, accessoires, etc.).

## Du jardin à l'assiette

Vos citrouilles et autres courges ont produits énormément cet été et vous ne savez plus quoi faire de vos récoltes? Voici des idées de recettes pour les courges de toutes sortes!

### Le gâteau au zucchini

Bien que son nom fasse référence au zucchini, saviez-vous que plusieurs autres courges peuvent être utilisée dans ce classique de grands-mères? Le goût et la texture peuvent être modifiés, mais ça reste toujours excellent!

Il vous faudra 3 oeufs, 1½ c. à thé de poudre à pâte, 2 c. à thé de bicarbonate de soude, 3 c. à thé de vanille, 1 c. à thé de clou de girofle moulu, ½ tasse d'huile, ½ tasse de mélasse, 1 tasse de sucre, 2 tasses de farine, 2 tasses de courge râpée, un peu de sel. Cuire au four à 350 degrés durant environ 45 minutes. Faites le test de la fourchette avant de sortir du four pour vous assurer qu'il est cuit jusqu'au centre!

### La crème ou le potage

Un autre classique d'automne est sans contredit la bonne soupe chaude! Les courges sucrées comme la citrouille, la courge musquée ou la courge poivrée font d'excellente bases pour ce plat réconfortant par excellence! De plus, il est possible d'utiliser de la courge ou des légumes congelés, ce qui nous permet d'utiliser des surplus de jardins à tous moments de l'année!

Il vous faudra un oignon, 500 gr de légumes mélangés, dont une bonne proportion de courge, 400 ml d'eau, 1 cube de bouillon de volaille, 1 c. à thé d'huile, sel, poivre et crème au goût.

Faire revenir l'oignon dans l'huile dans un chaudron au fond épais. Ajouter les légumes coupés grossièrement et cuire 3-4 minutes en remuant. Ajouter l'eau et le bouillon et porter à ébullition. Réduire le feu, couvrir et laisser mijoter une vingtaine de minutes, jusqu'à ce que les légumes soient mou et se défassent facilement. Sans égoutter les légumes, à l'aide d'un pied mélangeur, réduire en potage le contenu du chaudron. Assaisonnez au goût et ajoutez de la crème si vous le souhaitez! Pour ajouter du croquant et pour obtenir un look digne des restaurants, vous pouvez ajouter les graines de courges grillées lors du service du potage.

### Frites de courge

Quoi de mieux que de délicieuses frites maison, faites au four? Et si vous essayiez de remplacer les traditionnelles pommes de terres par de la courge musquée?

Coupez votre courge préférée en petit cubes égaux. Dans un grand saladier, mélangez la courge avec un filet d'huile, du sel, du poivre et vos épices préférées. Pour moi, c'est le mélange d'épices coréen! Étendre sur une plaque à cuisson, en une seule couche et cuire au four à 450 degrés pendant 22 minutes en retournant à mi-cuisson! C'est un hit assuré, même pour les fourchettes les plus difficiles!

### Graines de courge grillées

Dans la courge, en plus de la chair, il est possible de consommer les graines qui sont remplies de plusieurs vitamines, excellentes pour la santé! Lorsque vous retirez les graines, plutôt que de les jeter, retirez la pulpe qui y est attachée et lavez-les à grande eau, à l'aide d'une passoire. Égouttez-les au maximum et étendez-les sur une plaque de cuisson. Enfournez-les à 400 degrés pour une vingtaine de minutes. Selon vos goût, vous pouvez les assaisonner de sel et de poivre, d'épices plus relevées ou tout simplement les manger nature!

Bon appétit!

## Paniers de Noël 2020

*Pour les individus et les familles à faible revenu.*

Cette année, en raison de la pandémie, il n'y aura pas de rendez-vous pour l'inscription aux paniers de Noël.

Les personnes désirant faire une demande devront compléter un formulaire à la maison. Pour se procurer un formulaire, il faudra se présenter à l'un des 4 points de services suivants à partir du 26 octobre:

- Centre d'action bénévole Valcourt et Région, 950 St-Joseph à Valcourt;
- Bureau de poste de Lawrenceville, 1540, rue Principale;
- Bureau de poste de Racine, 333, rue Principale;
- Bureau de poste de Ste-Anne-de-la-Rochelle, 142-B, rue Principale est.

Vous devrez compléter le formulaire et le retourner **au plus tard le 30 novembre à minuit** pour que votre demande soit considérée. Un comité de sélection évaluera la situation de chaque personne.

Pour informations contactez L'Œuvre de Bienfaisance de Valcourt au 450 532-1933, demandez Louise.

## Don de jouets

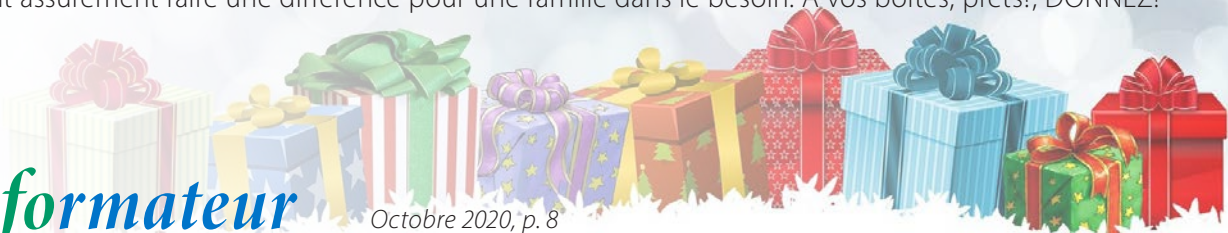
Vous avez des jouets que vos enfants n'utilisent plus et qui sont encore en bon état? Peut-être peuvent-ils être réutilisés par d'autres enfants de la communauté de Valcourt et Région! Apportez-les chez Monsieur Clément Beauchemin au 1100, rue Montcalm à Valcourt (entrée sur la rue Décarie) du lundi au vendredi de 8 h 30 à 17 h. Ils seront distribués à des enfants qui en prendront bien soin! Merci à tous.

**Attention, pour des raisons d'espaces et d'hygiène, les peluches et les très gros jouets seront malheureusement refusés. Les jouets doivent être propres et en bonne condition.**

Pour informations, contactez Louise au 450 532-1933.

## Donner au suivant; le défi!

Si vous avez déjà commencé à vous demander où vous pourrez ranger les nouveaux jouets que les enfants recevront à Noël, ce défi est pour vous! Chaque année, nos bout-de-choux reçoivent tellement de jouets en cadeau, qu'ils ne savent plus où donner de la tête. Bien qu'on apprécie voir dans leur yeux la joie de déchirer encore et encore du beau papier coloré, il faut aussi savoir leur apprendre que recevoir c'est bien, mais que donner c'est mieux. Ainsi, pour tous le mois de novembre, je vous lance un défi. Demandez à votre enfant de mettre dans une boîte un jouet ou un livre qu'il pense être capable de donner et ce, chaque jour. En procédant ainsi, non seulement vous ferez **beaucoup** de place pour les nouveaux jouets qui s'en viennent, mais en cas de regret et de crise de larmes, il vous sera possible de récupérer un jouet, si votre enfant regrette de l'avoir donné, c'est moins définitif. Attention, si on reprend un jouet dans la boîte, il faut le remplacer! Il n'est pas nécessaire de mettre de gros jouets, une journée, ça peut être seulement une figurine «pour les bébés», l'autre journée un petit casse-tête devenu trop facile ou une histoire qu'on a lue et relue, il n'y a pas de mauvais choix. À la fin de l'exercice, un adulte pourra faire le tri dans la boîte « à donner » pour remettre à L'Œuvre de Bienfaisance de Valcourt les jouets qui sont encore bons ou jeter ceux qui sont trop abîmés. En plus de faire de l'espace dans votre salon, cet exercice sera une excellente façon pour vous d'apprendre à votre enfant l'importance de la générosité et de l'altruisme et ouvrira la discussion délicate sur les difficultés que certaines familles peuvent avoir. De plus, c'est une belle façon d'enseigner à votre enfant que l'accumulation de biens matériels n'est pas une richesse en soi, surtout s'ils sont inutilisés. Lancez le défi aux personnes autour de vous également et pourquoi ne pas le faire en tant qu'adulte? Les objets donnés seront certes différents, mais ils pourront assurément faire une différence pour une famille dans le besoin. À vos boîtes, prêts?, DONNEZ!





**LA GRIPPE POURRAIT VOUS FRAGILISER.**

La vaccination, la meilleure protection

**FAITES-VOUS VACCINER.**  
clicsante.ca

Votre gouvernement

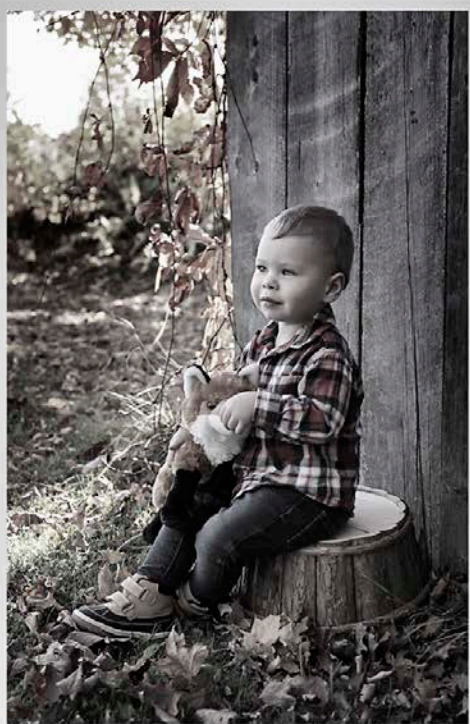
Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie - Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke Québec



 **Studio Vicky**

www.studiovicky.qc.ca

Vicky Bombardier  
PHOTOGRAPHE



cell:819-574-1727  
Sur rendez-vous  
973 St-Joseph, Valcourt

**CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE**  
VALCOURT ET RÉGION  
Maison CoopTel

**ACTIVITÉ BÉNÉFICE  
COURONNES D'ENTRAIDE**

**COMMANDEZ AU 450 532-2255**  
POUR DÉCORATION EXTÉRIEURE  
EN SAPIN NATUREL  
DIAMÈTRE 18 PO  
CÔÛT 25 \$  
QUANTITÉ LIMITÉE

**DISTRIBUTION DES  
COURONNES AU  
950, RUE SAINT-JOSEPH,  
VALCOURT  
JEUDI LE 19 NOVEMBRE  
DE 9 H 30 À 16 H 30  
ATMOSPHÈRE DES  
FÊTES**



## SÉBASTIEN CHAMPAGNE

Travailleur de milieu auprès des 50 ans +

À l'écoute de vos besoins pour trouver LE service qui vous convient!

Confidentialité | Information  
Référencement | Suivi

450 532-2255

sebastiencabver@cooptel.qc.ca  
CABVER.ORG

  
itmav  
Initiatives de travail de milieu  
auprès des aînés vulnérables

## INSOMNIE

Un fléau moderne

Mac-Pherson Anacréaon  
Pharmacien propriétaire  
affilié à Familiprix



L'insomnie peut être définie selon les critères suivants: difficulté à s'endormir, difficulté à rester endormi suffisamment longtemps, sommeil de mauvaise qualité (non réparateur).

Souffrir d'insomnie est assez frustrant en soi. Ce que bon nombre de gens ignorent, c'est que l'insomnie n'est pas seulement une conséquence de notre mode de vie pas toujours sain, mais également un facteur de risque pour d'autres maladies. Et c'est là surtout que l'insomnie fait mal !

### Insomnie et dépression

Il a été démontré par plusieurs études que l'insomnie augmente significativement le risque de souffrir de dépression (1). Non seulement cela, mais la dépression elle-même cause souvent de l'insomnie, ce qui peut créer un cercle vicieux infernal.

### Insomnie et évènements cardio-cérébrovasculaires

D'autres études ont fait un lien clair entre l'insomnie et une incidence accrue d'évènements cardiovasculaires tel que l'hypertension artérielle, l'infarctus du myocarde (crise cardiaque), l'insuffisance cardiaque et l'accident cérébro-vasculaire (ACV) (2). Ces maladies sont potentiellement invalidantes et mortelles. Dans la majorité du temps, elles sont évitables en adoptant de saines habitudes de vie et une saine alimentation et... (devinez quoi ?)...de bonnes nuits de sommeil réparateurs.

### Insomnie et asthme

Une corrélation entre insomnie et asthme peut être étonnante, pourtant, le lien est bien réel ! En effet, faire de l'insomnie chronique augmente le risque de développer de l'asthme. Chez une personne qui est déjà asthmatique, l'insomnie peut aggraver son asthme en provoquant une augmentation de la fréquence des symptômes et/ou en augmentant la sévérité des symptômes (3).

### Insomnie et cancer

Plus d'études sont nécessaires pour établir un lien clair entre l'insomnie et certains cancers. Quelques études montre un certain lien de cause à effet entre l'insomnie et le cancer du sein. D'autres études montre un lien similaire entre insomnie et autres sortes de cancer. Cependant, les preuves ne sont pas encore assez fortes pour affirmer que l'insomnie joue hors de tout doute un rôle dans l'apparition de cancer. Une chose est sûre, c'est que l'insomnie provoque un état inflammatoire dans le corps. Cet état inflammatoire créé des circonstances propices au développement de cancer. Donc, théoriquement, l'insomnie serait un facteur de risque du cancer.

### Conséquences de l'insomnie

En somme, l'insomnie augmente le risque de dépression, de maladie cardio-cérébrovasculaire, d'asthme et possiblement de cancer.

L'insomnie cause aussi une baisse de productivité, une augmentation du taux d'absentéisme au travail ou à l'école, une diminution de la capacité de notre système immunitaire. De plus, l'insomnie affecte l'humeur. C'est ainsi qu'on peut remarquer l'apparition d'agressivité, impulsivité, irritabilité, une diminution de la vigilance et des réflexes, une perte de mémoire à court terme.

On peut donc dire que l'insomnie chronique diminue généralement l'espérance de vie en plus de pouvoir diminuer la qualité de nos relations interpersonnelles tant au travail qu'avec nos proches.



Suite à la page 15!

**Le Conseil Municipal tient à souligner le travail  
et le dévouement des anciens employés qui  
ont quitté leur poste à la Ville,  
pour une retraite bien méritée!**

**Manon Beauchemin**

**Paul Roy**

**Lucie Jeanson**

**Jacques Pelletier**

**Denis Leclerc**

**Gilles Gravel**



**1972 à 2020**

## **Mot du maire**

Dans les dernières années, plusieurs employés ont pris leur retraite de la Ville après un nombre d'années de services impressionnant. Nous sommes conscients qu'avec les nouvelles tendances du marché, il sera de plus en plus rare, voir même impossible de garder en poste des gens avec autant d'expérience. Considérant cela, nous tenions à rendre hommage à ces gens qui ont porté la Ville à bout de bras durant les dernières décennies. Certains viennent tout juste de quitter, d'autres sont partis il y a de cela quelques années, mais il n'en est pas moins que leur contribution au développement de la Ville a été important et qu'on se devait de le souligner.

Renald Chênevert,  
Maire de la Ville de Valcourt

**Nom :** Manon Beauchemin  
**Dernier poste occupé :** Greffière

**Année d'entrée en poste :** 1984  
**Ancienneté :** 35 ans

**Particularité :**

Manon était une collègue joviale et avait un rire TRÈS communicatif ! Elle apportait une énergie irremplaçable à la Ville, avec ses histoires et ses fous rires ! Authentique, honnête et dévouée, elle a su laisser sa marque dans l'organisation.

**Faits marquants de sa carrière :**

Tout juste après ses études, Manon a commencé à travailler à la Ville comme secrétaire. C'est au départ de M<sup>e</sup> Giguère, greffier pour la Ville à l'époque, que Manon a été formée pour prendre la relève à ce poste significatif au sein de la Ville. Ayant une volonté de bien faire sans limite, Manon aura été la greffière de la Ville durant 33 ans. Toujours présente et assidue, ses absences aux séances du Conseil municipal peuvent se compter sur les doigts de la main. Au cours de sa carrière, elle aura contribué grandement aux communications de la Ville avec ses citoyens, notamment en implantant L'Informateur, une publication qui, aujourd'hui encore, est fort utile pour faire des annonces importantes. Également, Manon aura contribué au virage vert de la Ville notamment en implantant le « Conseil sans papier » et la gestion informatique des archives! Merci Manon pour toutes ces années de loyaux services et bonne retraite!



**Nom :** Paul Roy  
**Dernier poste occupé :** Trésorier

**Année d'entrée en poste :** 1981  
**Ancienneté :** 38 ans

**Particularité :**

Pince sans-rire hors pair, Paul taquinait beaucoup ceux qu'il aimait. Ayant une mémoire sans fin, il se rappelait de toutes les dates, mais également de tous les détails qui pouvaient lui servir à lancer une blague hilarante !

**Faits marquants de sa carrière :**

Paul a été le responsable de la sécurité civile lors d'une des plus grosses catastrophes ayant eu lieu au Québec, la Crise du Verglas de 1998. Il aura également été impliqué dans le processus de changement de la police municipale vers la Sûreté du Québec, dans la création de la Régie Intermunicipale des Incendies de Valcourt et surtout dans le contrat de gestion des eaux potables et usées, signé avec le consortium Aquatech-Axor, contrat important d'une durée de 15 ans. Il aura aussi laissé beaucoup d'heures sur le projet d'enfouissement des fils sur la rue St-Joseph. Également, c'est sous le règne de Paul, à titre de trésorier de la Ville, que la taxation a été informatisée pour devenir ce qu'elle est aujourd'hui. Finalement, Paul aura été présent et très impliqué lors de l'abolition de la taxe sur la valeur locative en janvier 2019. Merci Paul pour les années passées à tenir les cordons de la bourse à la Ville et bonne retraite!



**Nom :** Lucie Jeanson  
**Dernier poste occupé :** Adjointe à la direction

**Année d'entrée en poste :** 1995  
**Ancienneté :** 24 ans

**Particularité :**

Lucie connaissait tout le monde ! Native de la région, elle pouvait nommer tous les visiteurs par leur nom et s'appliquait à connaître toutes les nouvelles personnes qui franchissaient la porte de l'Hôtel de Ville.

**Faits marquants de sa carrière :**

Lucie aura été la première personne à apprivoiser le panneau d'affichage que vous pouvez voir au coin des rues St-Joseph et de la Montagne. Également, bien qu'elle ait été engagée à titre de réceptionniste, les années l'ont menées à devenir adjointe à la direction, où elle a dû ajouter des cordes à son arc, notamment en réformant le visuel de l'Informateur, pour lui donner la forme que vous connaissez aujourd'hui. Lucie assurait également une présence active au comité des relations de travail de la Ville de Valcourt et aura apporté, par sa bienveillance, beaucoup aux employés de la Ville. Nous te remercions, Lucie, pour ton dévouement au cours de ta carrière. Bonne retraite!



**Nom :** Jacques Pelletier  
**Dernier poste occupé :** Directeur des Travaux Publics

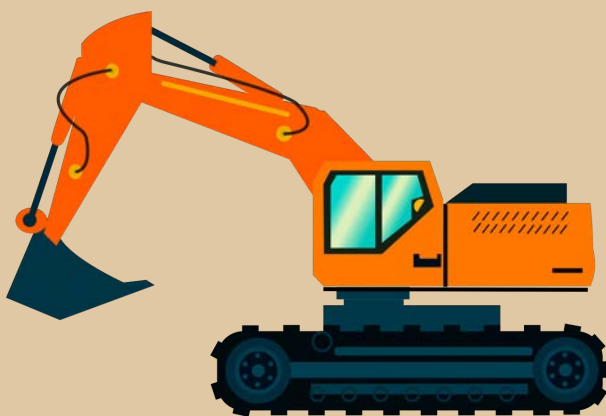
**Année d'entrée en poste :** 1980  
**Ancienneté :** 38 ans

**Particularité :**

Véritable carte humaine, Jacques connaissait le réseau routier de la Ville sur le bout de ses doigts, puisqu'il a été le principal responsable du déneigement des rues de la Ville durant plus de 30 ans!

**Faits marquants de sa carrière :**

Fraîchement nommé Directeur des Travaux Publics, après 32 ans passés comme Opérateur, Jacques a supervisé la construction de la phase 2 du Boisé du Ruisseau, le plus récent développement de la Ville. Également, il a été impliqué dans les projets de réfection de plusieurs rues de la Ville, notamment les Places des Cèdres, des Mélèzes, des Lilas et des Cormiers. Merci Jacques pour toutes ces belles années à la Ville et bonne retraite!



**Nom :** Denis Leclerc  
**Dernier poste occupé :** Directeur Général

**Année d'entrée en poste :** 1976  
**Ancienneté :** 34 ans

**Particularité :**

Avec sa maîtrise parfaite de la langue française, Denis utilisait un langage très littéraire lors de ses communications verbales. Il nous aura fait connaître la définition du mot dithyrambique !

**Faits marquants de sa carrière :**

Premier directeur des Loisirs à la Ville et maître de cérémonie hors pair, Denis aimait s'impliquer et aura légué de nombreuses heures au développement de la communauté. Il a fait partie du comité instigateur du Grand Prix Ski-Doo de Valcourt, dans la formule qu'on lui connaît aujourd'hui et aura agi à titre de directeur du Club de Golf de Valcourt durant plus de 25 ans. C'est lors d'un changement à la législation municipale, que Denis a été nommé à titre de premier directeur général de la Ville de Valcourt, en 2007. Il aura aussi laissé sa marque en s'impliquant dans un projet important qui lui était cher, soit l'enfouissement des fils sur la rue St-Joseph. Merci Denis pour ton implication dans la Ville. Nous te souhaitons une belle retraite!



**Nom :** Gilles Gravel  
**Dernier poste occupé :** Technicien Eau Potable

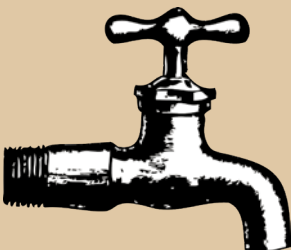
**Année d'entrée en poste :** 1972  
**Ancienneté:** 34 ans

**Particularité :**

Après 12 ans passées à travailler dans la machinerie lourde chez Élie Lebeau, Gilles a travaillé à la construction du réseau d'aqueduc qui transporte l'eau du lac Bowker vers la Ville de Valcourt, avant d'être embauché comme employé municipal.

**Faits marquants de sa carrière :**

Gilles a été le premier responsable des eaux de la Ville. Il avait sous sa responsabilité la station du lac Bowker et de l'usine d'épuration jusqu'à sa retraite en 2006. Si Jacques connaissait le dessus des rues de la Ville, Gilles, lui, en connaissait les dessous! Que ce soit pour les réseaux d'eau potable ou d'eaux usées, personne ne connaît le sous-sol de la Ville comme lui ! Merci Gilles pour tout ce que tu as apporté à la Ville et bonne retraite!



## INSOMNIE (suite)

### Hygiène du sommeil

La meilleure façon d'éviter ou de combattre l'insomnie est de cultiver une bonne hygiène de sommeil. Voici donc quelques conseils pour y parvenir :

- Se coucher à des heures régulières et décentes;
- Garder le plus possible le même horaire de sommeil;
- Éviter les sources de lumière avant et durant le sommeil;
- Assurer vous que la chambre est calme, sombre et bien tempérée;
- Éviter l'alcool et les médicaments pour induire le sommeil;
- N'utiliser la chambre à coucher que pour le sommeil et les activités sexuelles (ne pas y travailler ou l'utiliser comme pièce de loisir);
- Éviter les activités de hautes stimulations dans l'heure avant de se coucher (ex. : télévision, cellulaire, i-Pad, activités physiques de forte intensité, etc.);
- Adonner vous à une activité relaxante (ex. : lecture d'un livre papier, yoga, activité de respiration, etc.);
- Faire au moins 30 minutes d'activité physique en fin d'après-midi et non en soirée;
- Éviter d'ingérer des stimulants (ex. : caféine, thé, boisson énergisante, boisson sucrée);
- Éviter les liquides dans les 2 heures avant de se coucher (pour éviter de se réveiller la nuit pour uriner);
- Éviter de faire une sieste durant la journée.

### Les aides-à-dormir

Lorsque ces techniques de bonne hygiène du sommeil ne suffisent pas, certains produits naturels (ex. : mélatonine) peuvent être utilisés de même que des médicaments en vente libre (ex. : benadryl) disponibles en pharmacie. D'autres médicaments peuvent être prescrits par votre médecin.

Demandez toujours l'avis du pharmacien avant de consommer quelconque somnifère.

En effet, les somnifères en vente libre et en prescription peuvent interagir avec plusieurs médicaments et peuvent être contre-indiqués pour certaines personnes. Le pharmacien, étant le professionnel des médicaments, est la meilleure personne pour vous conseiller sur ces produits et leur innocuité pour vous.

Sur ce, je vous souhaite une bonne nuit !



Mac-Pherson Anacréon  
Pharmacien propriétaire  
affilié à Familiprix



### Sources :

1. Liking Li et associés. Insomnia and the risk of depression : a meta-analysis of prospective cohort studies. BMC Psychiatry . 2016 Nov 5;16(1):375. doi: 10.1186/s12888-016-1075-3.
2. Qiao He et associés. The association between insomnia symptoms and risk of cardio-cerebral vascular events: A meta-analysis of prospective cohort studies. Eur J Prev Cardiol . 2017 Jul;24(10):1071-1082.
3. Brumpton et associés. Prospective study of insomnia and incident asthma in adults: the HUNT study. European Respiratory Journal. 2017 49 : 1601327



Régie intermunicipale de protection  
contre l'incendie de Valcourt

## OFFRE D'EMPLOI

### POMPIER À TEMPS PARTIEL

La Régie intermunicipale de protection contre l'incendie de Valcourt est à la recherche de candidat(e) pour combler un poste de pompier. Il s'agit d'un poste à temps partiel, sur appel.

#### EXIGENCES

- Être certifié pompier I ou être disposé à réussir la formation obligatoire d'une durée d'environ 255 heures, les fins de semaine et les soirs (possibilité de formation à distance);
- Détenir un secondaire V ou une équivalence ;
- N'avoir aucun antécédent judiciaire ;
- Être capable de travailler en équipe et sous pression ;
- Être vif d'esprit et fiable ;
- Avoir 18 ans et plus ;
- Posséder un permis de conduire de classe 4A ou s'engager à l'obtenir à court terme ;
- Réussir l'examen médical pré-emploi.

#### DISPONIBILITÉS

- Sur appel, 7 jours par semaine : jour, soir, nuit ;
- 48 heures de pratique annuelle obligatoire (minimum) ;
- Garde de fin de semaine sur rotation.

#### CONDITIONS SALARIALES

- Selon l'échelle salariale en vigueur.

Les personnes intéressées à poser leur candidature doivent faire parvenir leur curriculum vitae à l'adresse suivante :

Régie intermunicipale de protection contre l'incendie de Valcourt  
a/s Célyne Cloutier, secrétaire-trésorière  
541, avenue du Parc, Valcourt, Qc, J0E 2L0  
OU par courriel à : [incendievalcourt@cooptel.qc.ca](mailto:incendievalcourt@cooptel.qc.ca)

*Nous remercions tous les postulants.  
Seuls les candidats sélectionnés seront contactés.*

## Musée de l'ingéniosité J. Armand Bombardier

### Dimanche au Musée

Saviez-vous que l'entrée au Musée est gratuite chaque premier dimanche du mois?

Réservez vos places sur notre billetterie en ligne!

Cette mesure est rendue possible grâce au soutien du Gouvernement du Québec, s'adresse aux résidents du Québec et vise à favoriser l'accès, la participation et la contribution de tous à la culture. Bonne visite!

### Nouveau cette année : activités scolaires mobiles

Cette année le Musée se déplace dans les écoles! Deux activités, animées par nos dynamiques guides-animateurs, sont désormais proposées : Sur les chapeaux de roues et Invente ton gadget.

Nos populaires programmes scolaires sont également de retour au Musée! Notre programmation comprend six activités pour les jeunes du préscolaire et du primaire et trois pour les élèves du secondaire.

De plus, toutes nos activités sont en lien avec le Programme de formation de l'école québécoise et sont éligibles au programme La culture à l'école. En effet, un soutien financier est accordé aux commissions scolaires et aux établissements d'enseignement privés afin de permettre à tous les élèves, du préscolaire au secondaire, de participer à deux sorties culturelles gratuites chaque année. Pourquoi s'en priver?

### Moment d'histoire : exposition à la Semaine du Québec

En 1955, L'Auto-Neige Bombardier Limitée expose ses véhicules chenillés à l'exposition de la Semaine du Québec. Sur cette photo, Joseph-Armand Bombardier explique le fonctionnement du tracteur J5 à Jean Lesage, alors ministre du Nord canadien et des Ressources nationales. Selon un article du journal Le Devoir, cette exposition, qui met en vedette l'activité industrielle du Québec, aurait attiré des foules record!



©Archives du Musée de l'ingéniosité J. Armand Bombardier



## Centre culturel Yvonne L. Bombardier

### Rallye virtuel

Connaissez-vous bien le site du Centre culturel? Testez vos connaissances des différents services que nous offrons grâce à un rallye virtuel sur notre site Web! Trouvez les réponses à nos questions et courez la chance de gagner une carte-cadeau de 50 \$ chez Renaud-Bray. Participez d'ici le 6 décembre 2020.

### La bibliothèque demeure ouverte en zone orange

À compter du 1<sup>er</sup> octobre, bien que nous tombions en zone orange, la Bibliothèque demeure ouverte au public. La clientèle peut continuer à circuler dans les rayons pour choisir des livres et utiliser la majeure partie du mobilier collectif. Le port du masque et le lavage des mains demeurent requis pour entrer dans la bibliothèque.

Advenant le cas que nous tombions en zone rouge, la Bibliothèque pourra uniquement continuer à offrir le prêt sans contact, un service toujours en vigueur pour les gens qui préfèrent ne pas circuler dans la Bibliothèque. Vous pouvez nous contacter par téléphone ou par courriel pour nous indiquer les titres des livres, DVD, CD ou jeux que vous souhaitez emprunter. Si vous n'avez pas de titre précis, le personnel peut vous aider.

Nous vous invitons à consulter la page d'accueil de notre site Web pour connaître l'évolution de la situation.

Au plaisir de vous accueillir!

### Entrevues avec les artistes de l'exposition Le cycle de la vie

Pourquoi dit-on de l'artiste Günes-Hélène Isitan qu'elle est une créatrice de laboratoire? Découvrez-le dans une courte capsule vidéo dans laquelle elle discute avec Sylvain Dodier! Visionnez cette vidéo et bien d'autres sur notre site Web ou nos réseaux sociaux!

### Mois des bibliothèques publiques en Estrie

Du 1<sup>er</sup> au 31 octobre, dans le cadre du Mois des bibliothèques publiques en Estrie, tous les gens qui viendront à la Bibliothèque pourront remplir un bon de participation pour avoir la chance de gagner un bon d'achat de 50 \$ chez GGC! Bonne chance!

### Ateliers en ligne gratuits

Vous aimeriez accroître votre autonomie en lien avec l'utilisation des nouvelles technologies?

Assistez gratuitement aux ateliers en ligne offerts par Alphanumérique! Apprenez-en plus sur des sujets tels que : la sécurité en ligne, l'identification de fausses nouvelles, l'éthique et les réseaux sociaux, la citoyenneté en ligne et l'utilisation d'une tablette électronique.

Consultez la programmation complète au [alphanumerique.ca](http://alphanumerique.ca)



### Encore plus d'emprunts pour les abonnés de la Bibliothèque!

Bonne nouvelle! La Bibliothèque a modifié sa politique de prêt afin de permettre aux abonnés d'emprunter encore plus de livres en cette période où les sorties sont limitées.

#### Droit d'emprunt par abonné:

Emprunt total de documents	15
Emprunt de DVD	4
Emprunt de jeux	2
Réservations	6

Ces nouveaux règlements s'appliquent autant aux collections adultes que jeunesse. De plus, la Bibliothèque abolit les frais de location pour l'emprunt des jeux qui sont maintenant gratuits pour tous les abonnés!

### Jeunes curieux

#### Loups-garous et légende

Vendredi 30 octobre à 18 h 30  
(pour les 8-12 ans)

### Heure du conte en pyjama

#### Quentin le monstre trop gentil

Vendredi 16 octobre 18 h 30  
(pour les 3-7 ans)

Prenez note qu'étant donné la COVID-19, les places sont limitées et la réservation est obligatoire.

Réservez en nous écrivant à l'adresse [bylb@fjab.qc.ca](mailto:bylb@fjab.qc.ca).

### Activités gratuites

## Le sport interscolaire de l'Odysée en bref !

La pandémie n'a pas refroidi les ardeurs des sportifs et des sportives de l'Odysée.

Ayant la possibilité de participer à deux activités parascolaires depuis le 14 septembre, autour de 80 élèves ont débuté l'entraînement dans 4 disciplines.

En volleyball, nous aurons 3 équipes féminines, en basket, deux équipes masculines (complétées par des filles), en badminton, des joueurs et joueuses de benjamin à juvénile, ainsi qu'une équipe de cheerleading, qui compte à ce jour 22 filles de première à cinquième secondaire.

Évidemment, les confrontations contre les autres écoles seront tributaires de la situation dans les écoles. Les activités peuvent cesser à tout moment en cas d'éclosion.

Pour ce qui est de la course du secondaire du Grand défi Pierre Lavoie, aucune décision n'a été annoncée. Comme la course aurait lieu en mai, la décision d'annuler ou non sera connue ultérieurement. Une chose est certaine, le processus sera retardé.

En espérant une saison sportive complète pour nos jeunes qui en ont bien besoin.

Stéphane Bernier,  
Éducateur physique et responsable des sports,  
École secondaire l'Odysée.



## Appel de candidature

Centre de services scolaire des Sommets  
Surveillante ou surveillant d'élèves  
École primaire la Chanterelle

6 h 15 par semaine, emploi régulier cyclique, 15 heures et moins

Taux horaire : 20,55\$ à 22,35\$ selon scolarité et expérience

Avantages sociaux monnayés entre 8% et 11%

Horaire : Lundi au vendredi de 11 h 25 à 12 h 45

Principales responsabilités :

- Surveille les élèves sur l'heure du dîner;
- S'assure du respect des règles de l'école;
- Gestion de conflits et de comportements sur l'heure du dîner;
- Au besoin, accomplir toutes autres tâches connexes.

Qualifications requises :

- Être titulaire d'un diplôme d'études secondaires;
- L'expérience auprès des jeunes est un atout.

Profil recherché :

- Personne dynamique, proactive et cohérente dans ses interventions auprès des jeunes.

Faire parvenir votre C.V. au  
[emplois@csdessommets.qc.ca](mailto:emplois@csdessommets.qc.ca)

Seules les personnes retenues pour une entrevue seront contactées. Le Centre de services scolaire des Sommets participe à un programme d'accès à l'égalité en emploi. Les candidatures des femmes, des personnes handicapées, des membres des minorités ethniques ou visibles et des autochtones sont encouragées. Nous offrons aussi des mesures d'adaptation aux personnes handicapées en fonction de leurs besoins.



**Venez nous aider à nous retrouver dans nos fils !  
On est à la recherche de gens **Allumés! Branchés!**  
Venez vous **Connecter** à une équipe **Électrisante!**  
Venez postuler chez Cordé Électrique à Maricourt !**

- Journaliers(ères) de production
- Commis réception-expédition
- Opérateurs(trices) de machines



**Horaires flexibles**



**Environnement stimulant et harmonieux**



**Emploi stable**



**Possibilités d'avancement**



**Notre grille salariale **A EXPLOSE** \$\$\$  
Salaire à partir de \$ 16.00**

**Pour plus d'information ou pour postuler, communiquer avec Mylène Méthé au:  
450 532-2333, poste 241 ou par courriel au [mmethe@corde.ca](mailto:mmethe@corde.ca)**

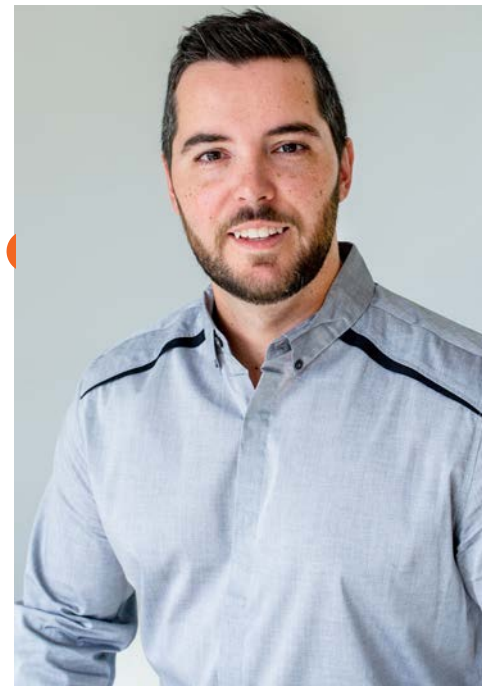
## DR JONATHAN GIRARD, CHIROPRACTICIEN



Douleurs lombaires, cervicales et autres articulations

- entorses
- tendinites
- migraines
- blessures sportives

**Votre chiro de famille, près de chez vous!**



## RÉOUVERTURE 1 JUIN

SUR APPEL, CLINIQUE À MON DOMICILE  
158 RUE DU HAUT-BOIS RACINE

Pour rendez-vous ou questions: (819) 993-7283



Valcourt : 833, rue Saint-Joseph

**ORGANISME À BUT NON LUCRATIF**

## **ACTION SPORT VÉLO DE VALCOURT, VOTRE RÉFÉRENCE ÉTÉ COMME HIVER!**

Action Sport Vélo vend des équipements de sport usagés tout au long de l'année. Que ce soit pour vos sports d'été ou d'hiver, visitez Action Sport Vélo afin de vous procurez les articles suivants :

- ✓ Bâton de ski - Botte de planche à neige
- ✓ Botte de ski - Casque de hockey
- ✓ Casque de vélo - Patin à glace
- ✓ Patin à roues alignées - Protège-lame
- ✓ Skis - Soulier de football
- ✓ Soulier de soccer et de baseball - Vélo - Sac de golf
- ✓ Etc.

Nous acceptons l'argent comptant, la carte débit et la carte de crédit. Service courtois, chaleureux et professionnel!

### **Club Quad**

Le 23 août dernier avait lieu l'assemblée générale annuelle de notre club. Pendant cette réunion les directeurs des différents secteurs ont fait le bilan de l'année 2019-2020 ainsi que l'annonce des projets à venir pour la prochaine saison. Au nom du club je remercie tous les gens qui se sont déplacés afin de démontrer leur appui envers le club. Ce geste est énormément apprécié. Je tiens aussi à remercier les gens motivés qui ont accepté de poursuivre pour un nouveau mandat de deux ans. De plus, souhaitons la bienvenue au nouveau membre du conseil d'administration pour le secteur de Windsor (Secteur Est) Monsieur Joël Paquette. Veuillez noter que le poste de Vice-Président est vacant. N'hésitez pas à communiquer avec le conseil d'administration si vous êtes intéressé à relever un nouveau défi.

Les droits d'accès seront en prévente du 27 octobre au 8 novembre au coût de 300\$. Une fois la prévente terminée, le coût sera de 330\$. Le droit d'accès annuel est valide du 1<sup>er</sup> novembre au 31 octobre de chaque année. Vous pouvez vous procurer votre droit d'accès sur le site de la fédération au [vente.fqcq.qc.ca](http://vente.fqcq.qc.ca). Malheureusement cette année les droits d'accès seront seulement disponibles sur Internet compte tenu des règles émises par la Santé Publique. Le sentier d'été fermera le 27 septembre à minuit pour la période de la chasse. Au plaisir de se croiser dans les sentiers!

Janie Roarke  
Directrice des loisirs

Club Quad de la MRC du Val St-François



## Activités Gratuites!

Le conseil municipal de la Ville de Valcourt est fier de vous offrir le patinage et le hockey libres tout à fait gratuitement. Néanmoins, avec la situation particulière que nous vivons, nous avons dû établir certaines règles pour éviter la transmission de la COVID-19. Ainsi, les chambres des joueurs et les douches ne seront accessibles à aucun moment, lors des activités gratuites. Il vous faudra chausser vos patins près des estrades. Nous vous demandons de respecter les sections des gradins qui seront fermées. La désinfection des surfaces utilisées augmente grandement les coûts d'entretien de l'aréna. Si nous souhaitons que le patin et le hockey libres restent gratuits, il nous faut la collaboration de tous pour limiter au maximum les surfaces à désinfecter!

L'horaire habituel du patin et du hockey libres a été légèrement modifié cette année:

### Horaire Patinage Libre

Mardi et Jeudi: 13 h 30 à 15 h 30

Vendredi: 9 h 30 à 11 h 30

Samedi: 15 h à 17 h

Vu le contexte, il y a un maximum de 25 patineurs dans l'Aréna.

### Horaire Hockey Libre

Lundi: 13 h 30 à 15 h 30

Mercredi: 13 h 30 à 15 h 30

Samedi: 17 h à 19 h

Vu le contexte, il y a un maximum de 20 hockeyeurs dans l'Aréna.

Pour les séances de hockey libre, les équipements protecteurs suivants sont obligatoires : casque, visière et cache-cou.

Horaires spéciaux lors des journées pédagogiques: patinage libre de 9 h 30 à 11 h 30 et hockey libre de 13 h 30 à 15 h 30. L'horaire peut changer **sans préavis**, suivez nous sur Facebook pour tous les détails! La Ville se dégage de toute responsabilité en lien avec la pratique de ces sports.



NOUVEAU CONCEPT

le grand DÉFI

PRÉSCRIT PAR LES MÉDECINS DE FAMILLE

PIERRE LAVOIE

LA GRANDE MARCHÉ

FÉDÉRATION DES MÉDECINS OMINIPRATICIENS DU QUÉBEC

RioTinto

ON SE REMET EN MARCHÉ

5 KM | 17 ET 18 OCTOBRE 2020

ONMARCHE.COM

# VOS SÉRIES PRÉFÉRÉES PASSENT EN MÊME TEMPS? *Pas de problème!*

*Enregistrez jusqu'à 6 chaînes en simultané et visionnez  
vos enregistrements plus tard!*



FINI LA LOCATION!  
**VOUS POUVEZ ACHETER  
VOTRE DÉCODEUR!**

**Cooptel**  Explorer  
l'inattendu

1 888 532-COOP (2667) [cooptel.ca](http://cooptel.ca)

## Travaux ne nécessitant pas de permis

- Remplacement des gouttières;
- Remplacement des ouvertures (portes et fenêtres), sans modification de l'emplacement ni des dimensions;
- Réparation ou remplacement des éléments endommagés d'une galerie ou balcon (main courante, marches, planchers, etc.), pourvu qu'elle ne soit pas modifiée;
- Installation d'un système d'alarme (feu, vol, etc.);
- Installation d'une haie\*;
- Installation d'un abri temporaire (saison hivernale)\*;
- Remplacement ou modification du revêtement de plancher (si la structure du plancher n'est pas modifiée);
- Remplacement des drains de fondation;
- Travaux de peinture intérieurs et de décoration;
- Installation d'une thermopompe ou climatiseur\*;
- Réparation d'une clôture\*;
- Réparation des dommages suite à un dégât d'eau (remplacement de l'isolant et du revêtement des murs et plafond);
- Remplacement de la toiture (même type de matériaux)\*\*;
- Remplacement du revêtement des murs extérieurs (mêmes types de matériaux)\*\*;
- Réaménagement (sans modification des dimensions) d'une aire de stationnement pour un usage résidentiel.

\*Même sans permis, des normes spécifiques doivent être respectées.

Consultez celles-ci dans la réglementation municipale (*Règlement de zonage numéro 560, Règlement de construction numéro 562*).

\*\*Des critères supplémentaires s'appliquent dans les secteurs assujettis aux *Plans d'implantation et d'intégration architecturale (PIIA)*, secteurs Saint-Joseph et Bois du Ruisseau.

Les travaux que vous désirez réaliser ne sont pas sur cette liste?

Contactez Joey Savaria, inspecteur municipal :



450 532-3313 poste 1339



[inspecteur@valcourt.ca](mailto:inspecteur@valcourt.ca)

### Important :

**Prévoyez un délai de 30 jours pour l'obtention de votre permis, à la suite du dépôt d'une demande complète et conforme.**



# Bienvenue sur le territoire de la Ville de Valcourt!

Vous souhaitez apporter des améliorations à votre nouvelle demeure ?

**ATTENTION** certains travaux nécessitent un permis.

Voici un aide-mémoire pour vous accompagner dans vos travaux.

## Travaux nécessitant un permis

- Construction, transformation ou agrandissement d'un bâtiment principal;
- Construction, transformation ou agrandissement d'un bâtiment accessoire (garage, abri d'auto permanent, remise, serre, gazebo permanent, etc.);
- Installation ou remplacement d'une piscine, y compris l'aménagement qui y donne accès (incluant les piscines démontables);
- Installation ou remplacement d'un spa;
- Réparation ou rénovation pour une valeur supérieure à 3000\$;
- Aménagement ou modification d'une aire de stationnement;
- Construction d'une clôture;
- Construction, transformation ou agrandissement d'un balcon ou galerie;
- Construction ou modification d'un poulailler et d'un enclos.

Les formulaires de demande de permis et la liste des documents à fournir, en soutien à votre demande, sont disponibles sur notre site Web :

[www.valcourt.ca/services-aux-citoyens/permis-et-certificats/](http://www.valcourt.ca/services-aux-citoyens/permis-et-certificats/)