

BULLETIN MUNICIPAL

FÉVRIER 2019 MUNICIPALITÉ DE SAINT-SÉVERIN

RAPPEL CONSULTATION SUR LES LOISIRS DE SAINT-SÉVERIN

Votre municipalité veut vous entendre
pour créer un milieu dynamique et à votre image!

Votre implication et vos idées
pourront faire rayonner votre municipalité.

Date : Mardi 19 février à 18 h 30

Endroit : Salle Robert Crête

BRIGADIER(ÈRE) SCOLAIRE

La Municipalité de Saint-Séverin recherche des personnes intéressées à être brigadier ou brigadière scolaire (disponible le matin, le midi et l'après-midi). Si vous êtes intéressé veuillez communiquer avec la Municipalité.

L'horaire et le salaire seront établis plus tard.

Dans ce numéro :

Communiqué	2	1986, place du Centre
CDC / Équijustice	3	Saint-Séverin G0X 2B0
Régie des incendies	4	Téléphone : 418-365-5844
Bibliothèque Municipale	5	Télécopieur : 418-365-7544
APHA / Maison des familles	6	st-severin.ca
Personnes aidantes	7	st-severin@regionmekinac.com
Calendrier	8	8 h à midi - 13 h à 16 h



SAINT-SÉVERIN SUR FACEBOOK

Pour toutes les informations pertinentes :

Aimez notre page Facebook : Municipalité de St Séverin de Proulxville

FADOQ DE SAINT-SÉVERIN

Le club FADOQ de Saint-Séverin vous invite à son dîner mensuel de février, **le mercredi 20 février**, à la salle communautaire Robert Crête. Inscrivez-vous avant le 17 février 20 h. De belles surprises vous attendent! Activités en après-midi.

Réservation: Nicole Lebel (365-5801), Rita Lefebvre (365-6638).

PREMIER VERSEMENT DES TAXES MUNICIPALES

Veuillez prendre note que la date d'échéance pour le **1^{er} versement des taxes municipales** pour l'année **2019** est **le 25 février prochain**.

Après cette date, les taxes non acquittées porteront intérêt au taux de 15 % l'an.

Les taxes peuvent être payées par l'intermédiaire de la Caisse Desjardins, par le service postal ou directement au bureau municipal. (Il est également possible de nous faire parvenir quatre (4) chèques postdatés.)

VOICI LE CALENDRIER DES TAXES MUNICIPALES POUR L'ANNÉE 2019 :

Lundi 25 février

Mercredi 1^{er} mai

Jeudi 1^{er} août

Vendredi 1^{er} novembre

DESJARDINS CAISSE DE MÉKINAC-DES CHENAUX

Prenez note que le **Guichet automatique sera remplacé le 19 février prochain**. Donc il sera hors service cette journée là.

CREM (CENTRE DE RECHERCHE D'EMPLOI DE LA MAURICIE)

Vous cherchez un emploi? Nous vous aidons à le trouver! Services Gratuits

Services offerts:

- CV efficace;
- Préparation à l'entrevue;
- Exploration du marché du travail;
- Accompagnement dans la recherche d'emploi;
- Et bien plus!

Contactez-nous:

MRC de Mékinac
1-877-536-0354
cremsh@cremauricie.com
www.cremauricie.com



Connaissez-vous les ressources offertes sur le territoire de Mékinac et directement dans votre municipalité?

La **Corporation de développement communautaire de Mékinac** organise une tournée d'informations dans chacune des municipalités de la MRC Mékinac.

De 16 h à 19 h, venez rencontrer les différents organismes communautaires, services municipaux et les différents services offerts dans l'ensemble du territoire.

Des bouchées préparées localement ainsi que des prix de présences seront offerts aux participants.

Nous serons à Saint-Séverin au Centre Communautaire Robert Crête le Mercredi 20 février de 16 h à 19 h.



Cette tournée d'information dans les municipalités a pu être réalisée avec la contribution financière de la MRC Mékinac.

ÉQUIJUSTICE

La Médiation citoyenne

- Écouter
- Accompagner
- Soutenir

équijustice

CENTRE-DE-LA-MAURICIE/MÉKINAC

Membre du Réseau
de justice réparatrice
et de médiation
citoyenne

Un conflit?

La médiation citoyenne permet à toute personne traversant une situation de conflit d'être accompagnée par un tiers impartial pour encourager le dialogue et favoriser un dénouement équitable.

- Gratuit
- Confidentiel
- Accessible à tous

Équijustice

Centre-de-la-Mauricie / Mékinac

Secteur Mékinac : 418 507-1605

mediationcentredelamauricie@equijustice.ca

equijustice.ca

Intoxication au monoxyde de carbone



Le monoxyde de carbone, aussi appelé CO, est un gaz toxique qui ne se voit pas et ne se sent pas. Le CO est un gaz que l'on retrouve normalement à la suite d'une combustion. Il n'irrite pas les yeux ni les voies respiratoires. Quand une personne respire du monoxyde de carbone, ce gaz entre dans son sang et y prend la place de l'oxygène. Cela endommage les tissus et peut-être très dangereux pour la santé. Les symptômes d'une intoxication au monoxyde de carbone varient selon l'intensité de l'intoxication.

Principaux symptômes d'une intoxication légère :	Symptômes d'une intoxication plus importante :	Symptômes d'une intoxication grave :
– maux de tête; – fatigue; – nausées; – vomissements.	– étourdissements; – fatigue; – douleurs dans la poitrine; – troubles de la vision; – difficultés de concentration.	– problèmes de coordination des mouvements ou paralysie musculaire, qui empêchent la personne de quitter les lieux; – perte de conscience; – décès.

Si vous avez des symptômes d'intoxication, que votre avertisseur de monoxyde de carbone sonne ou non :

Vous devez avant tout penser à votre sécurité.

1. Quittez les lieux et dirigez-vous à l'extérieur;
2. Composez le 9-1-1;
3. Laissez la porte ouverte en quittant les lieux afin d'aérer complètement l'endroit;
4. Attendez l'autorisation d'un pompier pour retourner à l'intérieur, même pour quelques minutes.

Rappelez-vous que seul l'avertisseur de monoxyde de carbone détecte la présence de ce gaz. Il est également obligatoire d'en avoir un si vous utilisez un appareil à combustion ou encore si vous avez un garage rattaché à votre maison. Si vous utilisez une génératrice, assurez-vous que celle-ci soit à l'extérieur et dans un endroit bien ventilé afin d'éviter que le monoxyde de carbone pénètre à l'intérieur. En cas de doute, n'hésitez pas à contacter votre service incendie, nous avons tout l'équipement nécessaire afin de s'assurer que votre demeure est sécuritaire.

Félix Vandal,
Technicien en prévention incendie,
418-365-1866

LES AIGUILLES EN FOLIE

Joignez-vous à notre club de tricot les mardis après-midi dès 13 h 15. Vous avez oublié les techniques de base ? Nous avons des expertes pour vous aider!

EXPOSITION DE DONS REÇUS PAR LA BIBLIOTHÈQUE

La Bibliothèque présente une exposition de dons reçus au cours des derniers mois, au nombre desquels figure une belle collection de romans policiers. Nous rappelons que la Bibliothèque accepte les dons de livres. Les ouvrages non retenus seront éventuellement mis en vente pour financer les activités de la bibliothèque. Les invendus sont acheminés vers le magasin de la seconde chance à Shawinigan.

PORTAIL DE LA BIBLIOTHÈQUE

Enregistrez cette adresse dans vos signets! <https://biblietcie.ca>

FACEBOOK

Suivez-nous sur la page Facebook de la Bibliothèque. Activités, photos, dernières nouveautés disponibles !

LE NEZ DANS LES LIVRES

Les dernières nouveautés disponibles à la bibliothèque :



ADULTES

Beauchesne-Lévesque, Alyson. *Stade 4 : ma vie avec le cancer*
Berry, Fynn. *L'assassin de ma sœur*
Desharnais, Francis. *La petite Russie*
Gardner, Lisa. *A même la peau*
Henarejos, Philippe. *Ils ont marché sur la lune*
Langlois, Michel. *Le temps de le dire. T.5 Une vie débordante*
Siry, Florence-Léa. *La consommation dont vous êtes le z'héro*
Tremblay D'Essiambre, Louise. *Histoires de femmes. T.2 Félicité, une femme d'honneur*
Winslow, Don. *Corruption*

JEUNES

Blabey, Aaron. *Les méchants, t.1 et t. 2*
Neel, Julien. *Lou ! T.8*
Potvin, Marie. *Les filles modèles. T. 10 Réponses troublantes*
Potvin, Marie. *Zoélie l'allumette. T.5 Le casseur de vitres*
Potvin, Marie. *Zoélie l'allumette. T.6 Le super-héros*
Potvin, Marie. *Zoélie l'allumette. T.7 Le protecteur des fantômes*

La bibliothèque est ouverte le lundi de 18 h à 20 h, le mercredi de 13 h à 15 h et le samedi de 9 h 30 à midi.

☎ 418 365-6417



L'APHA Mékinac a pour mission de :

Soutenir et encourager les personnes handicapées en créant et en mettant en œuvre des programmes d'intégration récréatifs, éducatifs et sociaux adaptés à leur condition.

Informier et sensibiliser la population aux besoins des personnes vivant en situation d'handicap dans la MRC de Mékinac.

CALENDRIER DES ACTIVITÉS : MARS 2019

Jeudi 7 mars	Viactive adaptée et jeux. Atelier «À vos frigos» ouvert à tous (gratuit) minimum de 15 personnes requis.
Mercredi 13-20 mars	Viactive adaptée, ateliers d'art, chants, jeux et soupe de l'amitié.
Jeudi 14 mars	Ateliers libres
Jeudi 21 mars	Cuisine collective
Mercredi 27 mars	Conférence de madame Céline Raymond, nutritionniste suivi d'un dîner fraternel et bingo.

Aquaforme les Mardis 5-12-19 et 26 mars

Pour réservation ou information : **418-289-3630**

301, rue Saint-Jacques # 210, Sainte-Thècle, G0X 3G0 418-289-3630

www.apham.org et sur



Maison des Familles de Mékinac



Calendrier des activités mars 2019



Mercredi 13 mars

(9 h à 11 h 30)

Club couture

En groupe, venez confectionner un projet collectif. (Machines à coudre disponibles au besoin). Du 13 au 27 mars.

Jeudi 21 mars

(9 h 30 à 11 h)

Sortie à la piscine

Accompagnés de vos petits, venez passer l'avant-midi à la piscine au Lagon Bleu de Shawinigan. Une belle activité d'initiation à la natation!
Activité parents/enfants.

Samedi 23 mars

(19 h à 21 h)

Pièce de théâtre (5 \$/membre et 10 \$/non membre)

À l'auditorium de l'école secondaire Paul-Le Jeune de St-Tite, le théâtre Parmi-nou vous présente « je courais, je courais, je courais ». Un exercice touchant et humoristique pour s'entraîner au bonheur parental.

Activité pour les parents seulement.

Pour information ou pour vous inscrire : 418-365-4405



ASSOCIATION DES PERSONNES AIDANTES DE LA VALLÉE DE LA BATISCAN

PROGRAMMATION DU MOIS DE MARS 2019

Aider sans s'épuiser : Négociation du contrat

Il pourrait être important selon votre situation d'établir un contrat avec la personne que vous aidez et la famille proche, afin de définir vos limites et de responsabiliser les personnes concernées. Cela vous évitera sans doute des conflits et de l'épuisement. Venez comprendre l'importance du « contrat » et de la « négociation ».

Mardi le 5 mars à 13 h 15
St-Luc-de-Vincennes

Jeudi le 7 mars à 13 h 15
Ste-Thècle

Formation sur la lutte contre l'insomnie

Une personne ressource vous expliquera les différents facteurs qui contribuent à l'insomnie et vous fera connaître les conditions favorables pour un sommeil de bonne qualité. N'attendez plus! Il est primordial pour votre santé de prendre soin de vous et votre sommeil.

Mardi le 12 mars de 18 h 30 à 20 h
St-Luc-de-Vincennes

Jeudi le 14 mars de 13 h 15 à 14 h 45
Ste-Thècle (local 213)
* **Inscription obligatoire**

La zoothérapie et ses bienfaits

Plusieurs diront qu'un animal de compagnie équivaut presque à la présence d'un être cher. Ces petites bêtes savent nous réconforter, nous faire rire et nous sécuriser. Alors quels sont les impacts de leur présence dans les CHSLD ou en maison de retraite? Quels sont les avantages? Venez discuter avec Nicolas Desfossés, un intervenant de la Maison Carpe Diem qui, depuis ses débuts accompagne les gens atteints de la maladie d'Alzheimer avec sa partenaire plus qu'appréciée par les résidents et ceux que Nicolas visite en CHSLD. Il partagera avec vous son expérience et pourra répondre à vos questions. Il y aura également un moment d'atelier pour connaître la zoothérapie.

Mardi le 19 mars (reprise de février)
de 13 h 30 (exceptionnellement) à 15 h
St-Luc-de-Vincenne
* **Inscription obligatoire**

Formation sur apprendre à lâcher prise

Cette activité amène les participants à se questionner sur les situations de la vie et les gens qui les entourent. Le but est d'en venir à percevoir la vie avec réalisme et à ressentir moins de souffrance au quotidien. Elle permet également de questionner les attentes dans les différents domaines et d'agir en fonction de ses capacités.

Mardi le 26 mars de 13 h 15 à 14 h 45
St-Luc-de-Vincennes

Jeudi le 28 mars de 18h30 à 20h
Ste-Thècle (local 217)
* **Inscription obligatoire**

Pour plus d'informations et pour inscriptions, contactez-nous :

St-Luc-de-Vincennes : 660, rue Principale, 2^e étage, local 1, 819-840-0457

Ste-Thècle : 301, rue St-Jacques, local 207, 418-289-1390 1-855-284-1390 (sans frais)

Site Internet : www.aidantsvalleebatiscan.org / **courriel :** info@aidantsvalleebatiscan.org

Nous sommes ouverts du lundi au vendredi de 8 h 30 à 12 h et de 12 h 30 à 16 h.

1^{er} AU 31 MARS 2019

dim.	lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.
					1	2 Bibliothèque 09 h 30 à 12 h
3	4 Bibliothèque 18 h à 20 h	5 Viactive 09 h 30 Tricot Bibliothèque 13 h 15	6 Fadoq Activités à 13 h Bibliothèque 13 h à 15 h	7 	8	9 Bibliothèque 09 h 30 à 12 h
10 Début de l'heure avancée 	11 Bibliothèque 18 h à 20 h Réunion du conseil : 20 h	12 Viactive 09 h 30 Tricot Bibliothèque 13 h 15	13 Fadoq Activités à 13 h Bibliothèque 13 h à 15 h Séance publique de la MRC : 20 h	14 	15	16 Bibliothèque 09 h 30 à 12 h
17	18 Bibliothèque 18 h à 20 h	19 Viactive 09 h 30 Tricot Bibliothèque 13 h 15	20 Fadoq Dîner mensuel Bibliothèque 13 h à 15 h	21 	22	23 Bibliothèque 09 h 30 à 12 h
24	25 Bibliothèque 18 h à 20 h	26 Viactive 09 h 30 Tricot Bibliothèque 13 h 15	27 Fadoq Activités à 13 h Bibliothèque 13 h à 15 h	28 	29	30 Bibliothèque 09 h 30 à 12 h
31						