

Lecture en novembre !

Par Louis-Marie Lavoie

Ces dernières semaines ont été témoins de plusieurs événements, allant d'un grave accident survenu dans une ferme laitière sur la R-216 à un joyeux rassemblement dans le centre communautaire à l'occasion de l'encan annuel du comité de gestion de notre église. Elles ont vu aussi, entre autres choses, l'inauguration bien attendue des nouveaux locaux de notre bibliothèque par ses usagers.

Comme d'habitude, les articles de notre Hameau de novembre tiennent compte de ce qui se passe chez nous à Ham-Nord tout en ouvrant l'œil sur le monde, afin de nourrir notre pensée et d'enrichir nos connaissances. Parfois, comme c'est le cas dans cette édition, l'accent est mis particulièrement sur certains aspects de la vie. (Suite à la page 2)



DONNER

Apportez vos denrées alimentaires au Bonichoix du 7 au 13 déc.

RECEVOIR

Inscrivez-vous avant le 14 décembre (détails en page 7)

Gratitude

Forum Citoyen Ham-Nord tient à remercier le Club FADOQ pour son soutien financier au journal local.

La gracieuse participation du club est très appréciée par les membres du conseil d'administration et par les responsables du Hameau.

fadoq

Fête de Noël

au PARC DE LA RELÈVE,
(aréna) le matin du 7 déc.

Inscrivez vos enfants
avant le 15 nov !

Détails page 19





(Suite de la page1)

Novembre, le mois de l'enfance.

Dans ces pages, on soulignera que novembre est le mois consacré aux enfants, suite à l'adoption par l'ONU d'une convention relative aux droits des enfants. Depuis 1989, le 20 novembre est la journée internationale des enfants.

C'est important pour nous parce que Ham-Nord est une municipalité amie des enfants (MAE), ce qui veut dire que nos élus ont choisi de faire de l'enfance une priorité. Ce qui implique qu'ils ont reconnu «l'importance d'investir dans le bien-être des enfants pour que chaque enfant profite de son enfance et de sa jeunesse, et développe son plein potentiel grâce à la réalisation égale de ses droits dans sa ville».

SOMMAIRE

Lecture en novembre !	1
Notre invité : Mario Ramos	3
Les 5 essentiels	5
Diner spaghetti et Criée des Âmes	6
Sainte Marie-Léonie Paradis	6
Notre église vaut bien un repas...	7
C'est le temps de la Guignolée !	7
Municipalité amie des enfants (MAE)	8
Chronique bien-être	10
Une nouvelle bibliothèque pour vous !	12
Bienvenue aux exposants !	14
Coloriage	15
Un conte de Noël pour tous !	16
Jeux	18
Noël au village	19
Minigym	20
Chronique agriculture	22
La Balade Gourmande	24
Appels automatisés	26
La Douce Folie Gourmande	27
Chronique prévention incendie	28
Collecte du compost	29

L'éloge de la lecture

Il est environ 19 h en ce mardi soir. Une mère, puis une deuxième, puis un père, les bras chargés de livres, tous accompagnés de leur progéniture, pénètrent dans les nouveaux locaux de la bibliothèque municipale. La famille vient renouveler son approvisionnement en livres pleins de mots méconnus, de dessins d'animaux, de lettres à découvrir, et d'histoires. Les enfants viennent chercher quelque chose qui les fera rêver, quelque chose qui leur fera un peu peur. Moment magique dans cet espace adapté à leurs petits bras, à leurs petites jambes. Quand on voit ça, on est plus confiant pour l'avenir.

«La force du livre, c'est qu'on peut choisir son rythme. Lorsqu'on lit un livre avec un enfant, on peut s'arrêter sur une page le temps qu'on veut. L'enfant va peut-être raconter quelque chose d'essentiel. La lecture est un moment très affectif.» Ces mots ont été prononcés par un auteur de littérature jeunesse disparu bien trop tôt, Mario Ramos, notre invité ce mois-ci.

Il a sans doute raison. Selon des études, il y a beaucoup d'avantages à la lecture. Elle réduit le stress, favorise la relaxation et améliore la concentration. Elle enrichit l'empathie, l'ouverture d'esprit et la créativité. Une lectrice assidue, mère de famille, a exprimé : «Quand on donne le goût de la lecture à son enfant, on lui donne la chance de ne jamais se sentir tout seul». Faire un tour avec son enfant à la bibliothèque puis lire des histoires avec lui, c'est une manière de le prioriser tout en passant un agréable moment avec lui.

La pensée du mois

Notre invité : Mario Ramos

Par Louis-Marie Lavoie

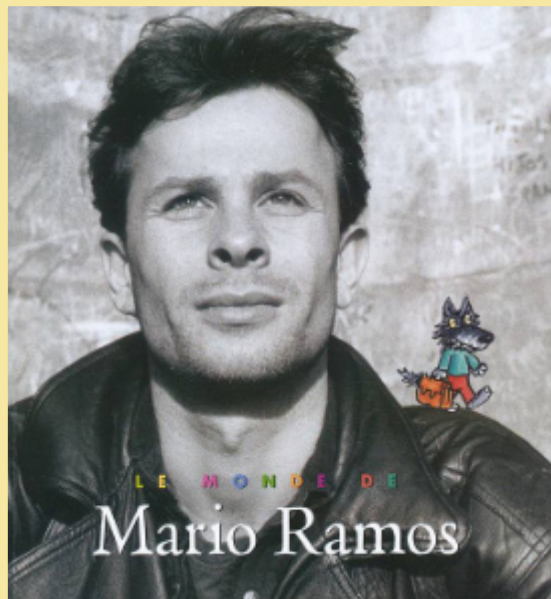
Les récits de la très prolifique littérature jeunesse sont très souvent porteurs de symboles, de sous-entendus qui méritent un deuxième niveau de lecture, riche d'expérience et de leçons de la vie.

Les classiques contes d'auteurs connus tels les frères Grimm, les interminables et savoureuses sagas du type *Le Seigneur des anneaux*, ou encore le contenu des innombrables albums contemporains s'adressant aux jeunes sont à la fois apprentissage et divertissement et cela, pas seulement pour les enfants...

Parmi eux, Mario Ramos, à la fois écrivain et illustrateur de ses textes, nous invite à nous méfier des stéréotypes et à voir au-delà des apparences. Il a créé des histoires pour décoder notre société et lutter contre les préjugés.

Il est né à Bruxelles d'une mère belge et d'un père portugais en 1958. Après des études en communication graphique, il commence sa carrière professionnelle en 1983 : il réalise alors de nombreuses affiches, des dessins de presse et publicitaires. Il crée les illustrations pour d'autres auteurs puis, en 1995, il publie son premier livre solo, textes et dessins : *Le monde à l'envers*. Il dira : «Depuis, je n'ai plus arrêté; le livre pour enfants est devenu mon activité principale.» Il veut raconter ses propres histoires où il peut imposer son univers.

En 2001, il est lauréat du Prix Québec-Wallonie-Bruxelles de littérature jeunesse pour son livre *Le Roi est occupé*. En 2003, il reçoit le Prix Bernard Versele pour *C'est moi le plus fort*, prix qu'il recevra de nouveau cinq ans plus tard pour deux autres ouvrages.



Mario Ramos est décédé à l'âge de 54 ans. Il lèguera à la postérité plus d'une trentaine de livres mettant en vedette des animaux, un peu comme Jean de la Fontaine. Ses histoires seront traduites dans plus de vingt langues. Notre bibliothèque détient un exemplaire du livre *Le roi, sa femme et le petit prince*.

En 2013, L'École des Loisirs, Maison d'Édition Jeunesse, a institué le 7 novembre comme étant la «Journée Mario Ramos» afin que sa mémoire reste intacte pour ceux qui aiment, comme lui, offrir aux enfants des livres magiques.

Fasciné par les blagues et dans le but d'inciter à la lecture, notre invité, pour qui l'humour était une arme redoutable, nous a offert ce rigolo, mais hélas trop vrai jeu de mots :

«Pensez à éteindre la télévision de temps en temps, ou sinon c'est elle qui vous éteindra.» – Mario Ramos

*Faire Église
autrement III*

2024

ÊTRE DISCIPLES MISSIONNAIRES

JOURNÉE DE RESSOURCEMENT

9h30 - 16h00
Samedi
14 décembre 2024

Camp Beauséjour
288, route 161
Saint-Martyrs-Canadiens
Québec, G0P 1A1

Inscription avant le 7 décembre

Gérald Lehoux
819-344-2953
gerald.lehoux47@gmail.com

Céliane Gouin
418 423-5997
pierre809@hotmail.com

15 \$ pour le repas

Bienvenue aux familles, animation pour les enfants



PRIÈRES



ENTRETIENS



CHANTS



ATELIERS

Venez vous nourrir aux 5 essentiels

« Ils étaient assidus à l'enseignement des Apôtres et à la communion fraternelle, à la fraction du pain et aux prières. »
(Actes 2, 42).



LES 5 ESSENTIELS

Par Louis-Philippe Provost, curé

Nous avons un important appel à retrouver l'essentiel. Qu'est-ce qui fait de nous des croyants en Jésus-Christ ? Quels sont les fondements de notre vie de foi ? Voilà ce qui me motive à promouvoir les 5 essentiels qui sont notre ADN de baptisés: la prière, la fraternité, la formation, le service et l'évangélisation.

Ils sont le fondement de notre relation personnelle avec Dieu et de nos actions en tant que fidèles. Tout cela doit se déployer aussi dans notre communauté d'appartenance.

Ils viennent des Actes des apôtres dont voici le texte complet qui est un modèle concret pour tous les chrétiens du monde : «Ils étaient assidus à l'enseignement des Apôtres et à la communion fraternelle, à la fraction du pain et aux prières. La crainte de Dieu était dans tous les cœurs à la vue des nombreux prodiges et signes accomplis par les Apôtres. Tous les croyants vivaient ensemble, et ils avaient tout en commun; ils vendaient leurs biens et leurs possessions, et ils en partageaient le produit entre tous en fonction des besoins de chacun. Chaque jour, d'un même cœur, ils fréquentaient assidûment le Temple, ils rompaient le pain dans les maisons, ils prenaient leurs repas avec allégresse et

simplicité de cœur; ils louaient Dieu et avaient la faveur du peuple tout entier. Chaque jour, le Seigneur leur adjoignait ceux qui allaient être sauvés» (Ac 2, 42-47).

Était-ce une grâce des débuts de l'Église? Pourtant à toutes les époques, l'Église a vécu de nouvelles Pentecôtes où l'Esprit-Saint a fondé ou renouvelé des Églises locales qui vivaient comme dans les Actes des Apôtres. Pour que l'Église soit renouvelée, nous sommes invités à prendre conscience de notre identité de croyant. Voilà pourquoi les 5 essentiels sont si importants. Pour les approfondir, il existe un parcours de 7 rencontres : «En route vers l'essentiel». Nous l'offrirons éventuellement pour ceux qui voudraient stimuler leur vie de foi.

1- La prière : nous pourrions parler aussi de conversion. Les Actes des apôtres nous parlent de la fraction du pain et de la prière. La vie de foi est une rencontre personnelle avec Jésus. Nous sommes appelés à une communion d'amour avec un Dieu Trinité qui est Père, Fils et Esprit-Saint. C'est le début.

2- La fraternité : les Actes des apôtres parlent de communion fraternelle qui veut dire que nous avons des frères et sœurs chrétiens sur qui nous pouvons

compter. Aujourd'hui, en Église, nous comprenons que les petits groupes de cheminement sont importants. Les Églises-maison, où des frères et des sœurs se réunissent pour prier ensemble, écouter la Parole de Dieu et s'entraider sont tout aussi importantes.

3- La formation : les Actes des apôtres nous disent qu'ils étaient assidus à l'enseignement. Nous avons, comme croyants, besoin de formation pour approfondir notre foi et nous ressourcer afin de stimuler notre relation avec Dieu. La foi s'adresse à l'intelligence pour approfondir les raisons de croire.

4- Le service : les Actes des apôtres nous parlent d'être attentif aux besoins de chacun. C'est un très grand défi dans notre monde subjectiviste. Cependant, lorsque l'on se met au service des autres, ça rend heureux.

5- L'évangélisation : les Actes des apôtres nous disent que le témoignage des croyants faisait que chaque jour, le Seigneur leur adjoignait ceux qui allaient être sauvés. La vie de foi est un bonheur à partager. Le pape François disait que chaque baptisé est disciple-missionnaire. Notre baptême nous rend capables d'évangéliser selon nos dons et charismes.

Sainte Marie-Léonie

Réf. Archidiocèse de Sherbrooke

Le 20 octobre dernier, le Pape François procédait, à la place Saint-Pierre de Rome, à la canonisation de la bienheureuse Marie-Léonie Paradis (1840-1912) fondatrice de la Communauté des «Petites sœurs de la Sainte-Famille».



Née au Québec en 1840, à L'Acadie (St-Jean-sur-Richelieu), elle fut élevée sous le nom d'Élodie Paradis. Entrée à 14 ans chez les Sœurs Marianites de la Sainte Croix, elle devint enseignante à Varennes, à Saint-Laurent (Montréal), à Saint-Martin de Laval, puis à New York et au Michigan où elle a enseigné aux Canadiens français qui émigraient aux États-Unis.

Marie-Léonie fonde les Petites Sœurs de la Sainte Famille à Memramcook au N.-B. en 1880. À l'invitation de Mgr Paul Laroque, évêque de Sherbrooke, elle déménage la congrégation à Sherbrooke en 1895. Cette nouvelle communauté dédiée aux tâches domestiques dans les séminaires, les maisons religieuses, les presbytères permettait aux prêtres de se concentrer pleinement sur leur mission spirituelle et éducative.

Après sa mort en 1912, des miracles attribués à son intercession témoignent de la puissance de sa foi et de la grâce divine qui a agi à travers elle. Elle fut béatifiée lors de la visite du Pape Jean-Paul II à Montréal en 1984.

En l'honneur de sa canonisation, une messe d'action de grâce présidée par Mgr Luc Cyr, archevêque de Sherbrooke, fut célébrée en la cathédrale de Sherbrooke le 20 octobre dernier. La population est invitée à se rendre à la cathédrale de Sherbrooke où repose Marie-Léonie dans une chasse, et où le Centre Marie-Léonie permet de connaître la vie et le rayonnement des Petites Sœurs de la Sainte-Famille.

L'histoire et la vie de Marie-Léonie sont un exemple de l'amour et du service dans les gestes les plus humbles et les plus discrets. Son message de simplicité, d'humilité et de dévotion totale à la mission du Christ résonne dans un monde en quête de valeurs spirituelles.

Diner spaghetti et Criée des Âmes

Par Sarah-Ève Dubé

Ce dimanche 6 octobre se tenait notre dîner spaghetti et la Criée des Âmes annuelle orchestrée par notre très cher Jules Grimard qui animait son 47^e encan. C'était impressionnant à voir ! Tout s'est bien déroulé du repas jusqu'à la mise à l'enchère des articles qui avaient été donnés pour l'événement.

Le comité de levée de fond aimerait remercier tous les bénévoles, que ce soit pour le montage/démontage de la salle, la préparation du repas, ou lors du service et de la vaisselle. Merci également à tous les donateurs et à tous les acheteurs pour votre générosité. Merci spécialement à Jules pour son expertise de la vente aux enchères. Grâce à vous tous, nous avons ramassé près de 8500 \$ pour cette activité.



OH OH OH, c'est le temps de la Guignolée !

Garnissons généreusement les paniers de Noël de nos concitoyens ! En cette période, la solidarité est très importante, les gens ont besoin de nourrir leur sentiment d'appartenance.

**Du samedi 7 décembre
au vendredi 13 décembre**

À partir du samedi 7 décembre, 9 h, nous recueillerons vos dons au Bonichoix, dans le contenant désigné à cet effet, jusqu'au vendredi 13 décembre 2024.

NOUVEAUTÉ :

À la fête des enfants du 7 décembre, vous pourrez aussi apporter vos dons et vos denrées alimentaires.

Tous vos dons iront dans les paniers de Noël de vos concitoyens.

**Vous désirez recevoir un
panier de Noël ?**

Inscrivez-vous

auprès de Gérald Lehoux au 819 344-2953,
ou d'Élise Hamel au 819 344-2424 poste : 5,

AVANT la distribution du 14 décembre

Vous désirez vous impliquer ?

Votre aide sera très appréciée !

Contactez Gérald Lehoux au 819 344-2953.



Notre église vaut bien un repas...

Par Sarah-Ève Dubé

En ce dimanche 3 novembre, nombre de paroissiennes et de paroissiens se sont retrouvés après la messe dans le centre communautaire pour un brunch familial organisé et cuisiné par le comité de levée de fonds.

L'objectif de ce repas en communauté était que les familles des défunts, mais aussi toutes les familles, puissent se rassembler autour d'un repas qui permettrait de récolter des fonds dans le but de rafraîchir la peinture des fenêtres de notre église, bien souvent sujettes aux caprices des intempéries : excès de chaleur en été, gros gels en hiver.

En plus des retombées financières du brunch familial, le paiement des travaux est assuré par la générosité du Club Lions de Ham-Nord, et le Club FADOQ de Ham-Nord; sans compter un petit pécule provenant de notre Crieé des Âmes et quelques économies faites lors de la rénovation de la toiture.

J'aimerais remercier nos commanditaires de même que tous les bénévoles qui ont organisé ce délicieux brunch, et aussi les paroissiens qui ont participé à ce repas. Votre implication à nos activités de financement est très importante pour nous; elle permet de sauvegarder notre église, votre église.

Municipalité amie des enfants (MAE)

Nouvelle accréditation pour 2024-2026

Célébrer la journée internationale des enfants le 20 novembre de chaque année

- ◆ Grâce à la précieuse collaboration de l'équipe du Hameau, Andrée Robert et Louis-Marie Lavoie, nous avons réalisé ce superbe journal.
- ◆ Le 18 novembre nous prendrons une photo avec les élèves de l'école et le drapeau afin de souligner la GRANDE SEMAINE DES TOUT-PETITS.
- ◆ Nous allons présenter une «Heure du conte» le vendredi 22 novembre à 10 h à la bibliothèque. Elle sera suivie d'un bricolage et d'une collation.

Poursuivre et améliorer la collaboration et le partenariat avec l'école NDPS et la Maison des jeunes (MDJ)

- ◆ Encore cette année, je siége au conseil d'établissement comme membre de la communauté afin de faciliter la collaboration.
- ◆ Nous prêtons des locaux et du matériel sportif pour les activités scolaires.
- ◆ La municipalité a invité l'autrice Élise Rivard qui est venue animer un atelier de 60 min en lien avec son livre «L'arrivée inopinée de la patate poilue» aux élèves du 2e cycle de l'école NDPS
- ◆ L'aréna est toujours disponible pour les journées plein air.
- ◆ Prêt des jeux gonflables et des jeux géants pour la rentrée scolaire.
- ◆ La MDJ utilise le gymnase du Centre Horizon pour ses lundis sportifs, l'aréna pour ses activités spéciales.
- ◆ Nous avons collaboré avec la Maison des jeunes pour le Carnaval et la Fête au village.

Poursuivre et améliorer l'offre de soutien aux familles, être à l'écoute de leurs besoins

- ◆ En partenariat avec la Fabrique et le Service d'entraide des Hauts-Reliefs, nous offrons des paniers de Noël aux familles qui en ont besoin.
- ◆ Une offre de dîners chauds, le mardi à l'école et de boîtes à lunch gratuites pour les enfants de famille à faibles revenus, par le Service d'entraide des Hauts-Reliefs.
- ◆ Distribution de paniers alimentaires aux 2 semaines (service de sécurité alimentaire de proximité) disponibles pour les familles à faibles revenus. (Info Service d'entraide des Hauts-Reliefs)
- ◆ Durant la période estivale, le jardin communautaire, organisé par Les Incroyables comestibles, entretenu par de généreux bénévoles, partage sa récolte

Le Hameau

- ◆ La municipalité offre, pour tous les nouveau-nés, une contribution financière de 100 \$ (vous n'avez qu'à venir nous voir au bureau municipal ou nous appeler pour les détails)

Poursuivre et augmenter l'offre d'activité jeunesse à faible coût ou gratuitement

- ◆ Nous organisons une activité Minigym accessible à toutes les familles gratuitement quelques samedis par mois.
- ◆ Lors du Carnaval toutes les activités sont gratuites pour les familles : patinothèque, spectacle, randonnée au flambeau.
- ◆ Lors de la Fête au village, les activités et le repas étaient gratuits pour les enfants et à faible coût pour les adultes.
- ◆ Afin d'alléger le fardeau financier des familles, le camp de jour estival offert aux enfants de 4 à 12 ans maintient depuis 15 ans le même tarif d'inscription.
- ◆ Afin d'aider les familles dans la conciliation de l'horaire de travail des parents, un service de garde municipal est offert matin et soir suivant le calendrier scolaire.
- ◆ Une fête de Noël aura lieu le 7 décembre au parc de la Relève. Grâce à une équipe de bénévoles hors pair, nous allons vous accueillir à l'extérieur pour une distribution de cadeau fait par le père Noël.
- ◆ Un atelier d'art postal a été offert gratuitement

AUTRES RÉALISATION POUR LES JEUNES

- ◆ Halloween : nous avons participé à la cueillette de bonbons d'élèves du primaire et des enfants des garderies, en distribuant des bonbons au Parc du 150e.
- ◆ Le plein air et les saines habitudes de vie font partie de nos priorités, nous offrons donc une grande plage horaire pour l'accès à l'aréna, les terrains de tennis et de pickleball.
- ◆ Pour ce qui est de la culture, nous avons aménagé une nouvelle bibliothèque dans les locaux du Centre Horizons, un endroit accueillant qui nous l'espérons deviendra un troisième lieu pour les familles.

Le souci d'offrir des services adéquats en tenant compte des besoins des jeunes, démontre l'importance des enfants au sein de la municipalité, autant dans la réflexion, que dans la prise de décisions.

Au plaisir de réaliser de beaux projets avec et pour les enfants !





Chronique bien-être

Par Sofia Laliberté

Le regard de l'autre

T'arrive-t-il de changer ta façon de faire par souci du regard de l'autre ?

Combien de fois as-tu changé de vêtements, d'idée ou d'opinion par peur de te faire juger ?

Dernièrement, j'avais une discussion avec mon jeune Léonard, 6 ans, sur le métier de critique littéraire. Il en est venu à la conclusion que ce n'est pas un métier qu'il aimerait faire. Il me dit : «C'est comme de juger le travail des autres ?» Et il ajoute : «Maman, mais on s'en fout des autres, c'est pour nous que nous le faisons !»

Je l'ai remercié pour ses sages paroles et je me suis remise à écrire sur le sujet.

Il n'y a pas si longtemps je croyais que les enfants ne devenaient conscients de leur environnement que vers l'âge 7 ans, selon les stades du développement. Mais d'après mes observations et mon expérience personnelle, je peux affirmer que c'est beaucoup plus jeune, dès l'âge préscolaire, que j'ai vu mes garçons modifier leurs goûts et choix en fonction de la réaction des autres amis de l'école.

Si je te disais que c'est en étant toi-même que tu aides les autres à en faire tout autant.

Je te propose deux clés pour t'aider à rester intègre et aligné avec toi !

Je t'invite à faire le décompte des cinq valeurs qui te tiennent le plus à cœur.

Ainsi tous tes choix devraient être en accord avec tes valeurs.

Exemple de valeurs : Liberté, audace, paix, équilibre, vérité, famille...

Pose-toi la question suivante lorsque tu seras face à une décision, demande-toi si tu respectes tes besoins à toi !

La première étape c'est de connaître tes valeurs, la deuxième c'est de respecter tes besoins.

Exemples : Je désire porter un magnifique chapeau rouge, mais j'hésite par peur de me faire juger.

Ici, je ne respecte pas ma valeur de liberté et mon besoin de m'exprimer par mon style vestimentaire.

Je te propose deux questions à méditer.

De quoi as-tu peur si tu partages vraiment tes opinions ? Et comment vivrais-tu si tu pouvais t'exprimer pleinement ?

Voici une affirmation positive à dire quotidiennement jusqu'à la prochaine parution :

Même si c'est difficile, je choisis de vivre de façon intègre et de partager ma vérité en toute confiance.

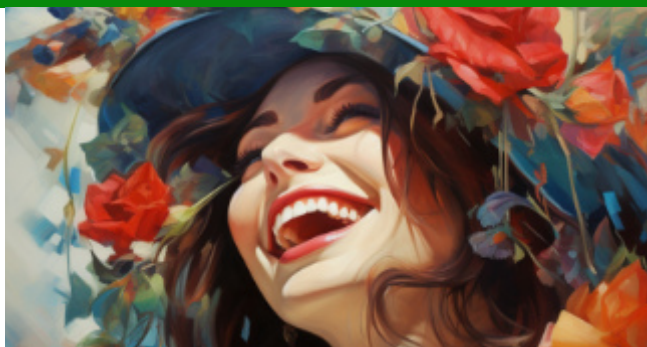
Une amie que j'affectionne beaucoup, Mazelle Luna, disait souvent : L'avis des autres reste la vie des autres !

Je vous laisse avec cette pensée de Jean-François Brebion qui nous invite à sortir de l'illusion que notre identité dépend de l'extérieur et à prendre le risque de vivre la personne unique que nous sommes, sans référence extérieure.

Tiré de son livre *Nouveau paradigme de la réalisation de soi*.

Référence : Note de cours Kiné-Coaching de l'institutAlokine.com par Anne Loïselle Auteur du grand livre de la détox Émotionnelle.





Citations savoureuses

Par René Bergeron

Les sportifs, les entraîneurs, les commentateurs et les politiciens adoptent parfois une forme de dérapage verbal cocasse.

En voici quelques exemples :

- ◆ Quand le Canadien se fait battre, il faut savoir pourquoi il s'est fait battre.
- ◆ Une brique et un fanal se sont abattus sur le Canadien après une défaite de 5 à 0.
- ◆ Les partisans du Canadien veulent le beurre et le pain du beurre.
- ◆ Il faut que tu sois consistant pour jouer dans la Ligue nationale.
- ◆ Il faut aller au profond des choses. - Patrick Roy.
- ◆ Je suis très dur à jouer contre. - Claude Lemieux
- ◆ Steve Bégin a de l'eau dans le gaz.
- ◆ Si tu donnes un « C » à Gionta, tu vas voir que l'équipe va changer de poil.
- ◆ Il était en plein moyen de ses possessions.
- ◆ Guy Carbonneau nous attendait de plain-pied pour le match du lendemain.

Cohérence cardiaque Réveille la force en toi

19 novembre, à 19 h
au centre communautaire

Bonjour à tous,

Je suis Marie-Reine Chaput, fière résidente de Ham-Nord depuis 25 ans.

J'ai toujours été fascinée par les comportements humains. Très jeune, je scrute les réactions de mon entourage; et essaie de déchiffrer ce qui les anime.



Je vous invite à ma toute dernière conférence : Réveille la force en toi avec la cohérence cardiaque.

Mardi 19 novembre à 19 heures, au centre communautaire de Ham-Nord

J'y démontre l'importance de se permettre des moments de repos pour équilibrer notre système nerveux et éviter l'épuisement. Je vous donne des **trucs** à mettre en pratique dans votre vie quotidienne, pour y arriver.

Je présenterai aussi mon livre : «De mes origines à ma liberté.»

Une contribution volontaire et consciente sera demandée.

Marie-Reine Chaput
Auteure : « De mes origines à ma liberté »
Infirmière intervenante en cohérence cardiaque

santé **819 350-3037**

Marie-Reine Santé  mariereinechap@gmail.com
www.mariereinesante.com

cohérence cardiaque
Respire avec ton cœur, change la vie

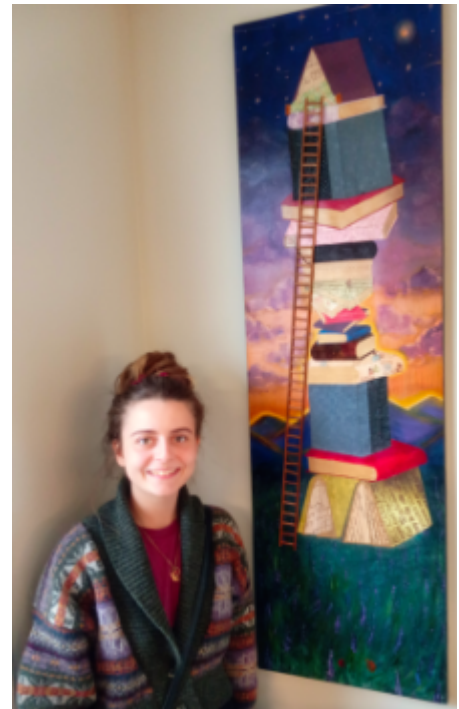


Bibliothèque
de Ham-Nord

UNE NOUVELLE BIBLIOTHÈQUE POUR VOUS !

Par Louis-Marie Lavoie

Un grand jour que ce 1er octobre 2024 : après des mois de planification, de travaux, un déménagement de meubles, d'étagères et d'une grande quantité de boîtes de livres; après l'investissement de plusieurs milliers de dollars et de beaucoup d'huile de coude, voici enfin le moment de consacrer cet espace et d'inaugurer la «nouvelle bibliothèque» municipale de Ham-Nord.



Cassandra Doucet, créatrice de l'oeuvre exposée



Gervais Aubert (Club Lions de Ham-Nord), Michal Chabot (V-P de la Fondation des Clubs Lions du Québec), François Marcotte (maire), Rémi Beauchesne (conseiller municipal), Stéphanie Auger (attachée politique du député Sébastien Schneeberger), Francis Montpetit (coordonnateur de la bibliothèque), Élise Hamel (Loisirs, vie Communautaire et chargée projets à Ham-Nord)

Installée dans l'équivalent de la superficie de deux classes de l'ancienne école secondaire, tout de suite à droite en entrant dans l'Espace Horizon, avec les cuisines du Service d'Entraide des Hauts-Reliefs comme voisine, la bibliothèque bénéficie d'un bosquet de verdure visible à travers de grandes fenêtres qui occupe tout un pan de mur

face à l'entrée des lieux.

Ce grand espace aéré, lumineux, doté de fauteuils confortables et d'un coin aménagé spécifiquement pour les enfants invite à la tranquillité, à la lecture, mais aussi aux échanges discrets et complices; il peut très bien servir de point de rencontre pour la réunion de quelque organisme.

Le Hameau

À l'occasion d'une courte allocution, Francis Montpetit, l'enchanté coordonnateur de la bibliothèque, a souligné que la réussite du projet est la résultante d'un beau travail d'équipe qui allait maintenant profiter aux 180 abonnés actuels de la bibliothèque.

Il est évident que la relocalisation de ce qui va devenir le «troisième lieu de vie et de socialisation» de notre village coûte beaucoup d'argent. La municipalité a su s'entourer de partenaires financiers qui ont rendu possible la réalisation de cette entreprise. Une grande partie des frais

(50000 \$) a été subventionnée via le Fonds région et ruralité du gouvernement du Québec; quant au Club Lions de Ham-Nord et à la Fondation des

Clubs Lions du Québec, ils ont avancé chacun la somme de 5000 \$. Que tous ces donateurs soient remerciés.

Si vous n'avez pas encore découvert votre nouvelle bibliothèque, prévoyez donc d'y effectuer une petite visite pour bientôt à votre agenda. Et peut-être pour vous y inscrire, si ce n'est déjà fait : après tout,

lire, c'est un excellent moment pour s'éloigner du poids de la vie quotidienne.



Les bénévoles : Maritée Savoie, Francis Montpetit, Jacynthe Richer, Marylène Morin et Sébastien Nugier.

Ferme Bio-Maraîchère : MARCHÉ 2024

AU CENTRE COMMUNAUTAIRE

474, rue Principale, Ham-Nord

1 JEUDI SUR 2, de 15 h à 18 h :

Novembre : 7 - 21

Décembre : 5 - 19

À LA BOUTIQUE DE LA CITÉ

689, 8e Rang, Ham-Nord

MERCREDI ET DIMANCHE,

10 h à 16 h, jusqu'au 18 déc

AUX MARCHÉS DE NOËL

14 décembre à l'église de St-Adrien

19 décembre au Centre communautaire de Ham-Nord



Ferme
Bio-Maraîchère

biomaraichere@citecologique.org

Emmanuel

(819) 350-5461

Marché de Noël

19 décembre



Au Centre communautaire
474, rue Principale, Ham-Nord

BIENVENUE AUX EXPOSANTS !

Grâce à nos «deux Luc», Luc Desroches de la Ferme Ludré, et Luc Lamirande de la Ferme Bio-Maraîchère, notre petit marché du Centre communautaire se transformera, le 19 décembre prochain, en **MARCHÉ DE NOËL**. Luc Desroches a déjà recruté plusieurs artisans qui feront notre bonheur ! Il reste encore beaucoup de place dans notre grande salle communautaire, gracieusement offerte par la municipalité. Communiquez avec Luc Desroches si vous souhaitez vous joindre aux exposants et réserver votre table. Luc : 418-428-2824. Voici les exposants qui ont déjà réservé leur place :

La Ferme de Marinette offrira ses pâtisseries : brioches, meringues, gâteaux et fougasse. Les enfants de Marinette ne sont pas en reste, car ils auront eux aussi leur table et vendront une variété de produits faits à la main.

La Ferme Bovos, producteur de bœufs et chèvres de boucherie aura aussi son kiosque.

Madame Martine Dicaire, artisane couturière, nous présentera ses créations et celles de son mari, artisan du bois.

Le Domaine du bonnet d'âne proposera ses plats cuisinés et Lyo Candy, ses bonbons lyophilisés.

O'RA Céleste apportera ses magnifiques bijoux et plus encore.

La Ferme Bio-Maraîchère offrira toute une gamme de délicieux produits transformés à partir de ses cueillettes de légumes biologiques.

Et, bien sûr, vous retrouverez, au kiosque de la Ferme Ludré, vos découpes de veau préférées ainsi que des saucisses de veau et de porc.

Le Hameau



Un conte de Noël POUR TOUS !

Par Andrée Robert

Cette année-là, le père Noël avait commencé à sentir des douleurs dans ses articulations. L'arthrite le rendait moins agile, et descendre par les cheminées devenait de plus en plus difficile. Mais, fidèle à sa mission, il se mit en tête d'apporter des cadeaux aux enfants en frappant simplement aux portes des maisons.

Le soir du 24 décembre, alors que la neige tombait doucement, notre bon père Noël enfila son manteau rouge, son bonnet en fourrure, et prit son grand sac rempli de jouets. Il débarqua de son traîneau dans un petit quartier d'une grande ville. Il y avait un joli parc entouré de cinq maisons, toutes décorées très différemment les unes des autres. Ces maisons accueillait des familles



venues de différents pays.

Le père Noël frappa à la première porte. La maman qui lui ouvrit, le regarda avec étonnement.

– Mais qui êtes-vous, monsieur ? demanda-t-elle.

– Mais voyons, je suis le père Noël ! Je viens apporter des cadeaux !

– Je suis désolée, monsieur père Noël, nous ne pouvons pas vous accueillir. Nous sommes en pleins préparatifs pour recevoir «Jultomten», et nous n'avons pas le temps de nous occuper de vous.» répondit-elle, en refermant la porte.

Jultomten... pensa le père Noël, c'est vrai qu'en Suède, Jultomten est un petit homme barbu qui arrive toujours accompagné de son bouc magique et donne des cadeaux



aux enfants sages. Cette famille doit être d'origine suédoise.

Le cœur du père Noël se serra un peu, car il ne s'attendait pas à être reçu de cette façon. Mais il ne se laissa pas abattre et se dirigea vers la maison voisine.

Une petite fille lui ouvrit, les yeux écarquillés de surprise.

– Bonjour, petite ! Je suis le père Noël et j'ai des cadeaux pour ta famille et toi !

Mais le papa apparut. Poliment, mais fermement, il dit à cet étranger : Merci monsieur, mais nous attendons Christkind qui apportera nos cadeaux.

Un peu ébranlé, le père Noël s'inclina et continua son chemin. Pourquoi ces familles ne voulaient-elles pas de lui ? Il se souvenait de Christkind, qu'il connaissait de renom et qu'il admirait. C'était un ange aux cheveux dorés, vêtu de blanc, qui apportait la paix dans tout le pays de l'Allemagne, en même temps qu'il livrait des cadeaux, la veille de Noël. Cette famille était donc allemande, conclut-il.



En frappant à la porte suivante, il espérait un accueil plus chaleureux. Mais, une fois de plus, il se heurta à un refus.

«Снегурочка и Дед Мороз придут!» Ce qui voulait dire : «Partez, nous attendons Snegurochka et Ded Moroz !» Ah bon, se dit le père Noël, il avait tout de suite reconnu que cette famille venait de la Russie, un très grand pays.

Ded Moroz, qu'on appelait aussi le

Le Hameau



Grand-père Gel, était un personnage imposant, vêtu de bleu et de blanc, avec une longue barbe blanche. Il

voyageait avec sa petite-fille, Snegurochka, la Fille des Neiges, qui l'aidait à distribuer les cadeaux. Elle était bien jolie, toujours joyeuse, avec un manteau scintillant et un sourire chaleureux.

Le père Noël se sentait bizarre. Il adorait cette période de l'année, mais il était de plus en plus triste d'avoir été ainsi refusé dans ces trois premières maisons... Que devait-il faire ? Il n'en restait que deux à visiter autour du parc. Plein d'espoir, il s'approcha de la maison suivante et frappa encore une fois.

Cette fois, un petit garçon ouvrit la porte avec de grands yeux curieux. Mais avant même que le père Noël ne puisse parler, le garçon s'exclama : «Nous, nous attendons Julnissen !» Le père Noël soupira, lui fit tout de même un clin d'œil et lui souhaita un bon Noël.

C'était la maison d'une famille norvégienne. Le père Noël se rappela de Julnissen, ce petit lutin espiègle, associé à l'esprit de Noël, en Norvège. Il veille sur les foyers et s'assure que les enfants reçoivent leurs cadeaux en échange d'un bol de riz au lait.

Notre bon père Noël se grattait la tête, perplexe. Ne pourrions-nous pas réunir tous ces personnages différents pour la fête de Noël ? Enfin, il se dirigea vers la dernière maison et frappa courageusement à la porte. Elle s'ouvrit sur un petit garçon aux joues roses qui l'accueillit avec un grand sourire :



«Bonjour... Wow, tu es le père Noël ! Entre, entre !»

Les parents de l'enfant l'invitèrent également à entrer. Le père Noël se sentit enfin chez lui, entouré de joie et de rires, réchauffé par l'accueil chaleureux. Alors qu'ils partageaient des histoires de Noël, une panne d'électricité plongea tout le quartier dans l'obscurité. «Que faire maintenant ?» se demandèrent-ils.

C'est alors que le père Noël eut une idée. «Si nous faisons un feu de joie dans le parc et que nous invitions tous les voisins ?» proposa-t-il. La famille québécoise adorait l'idée. Ils se mirent en route pour préparer un grand feu.

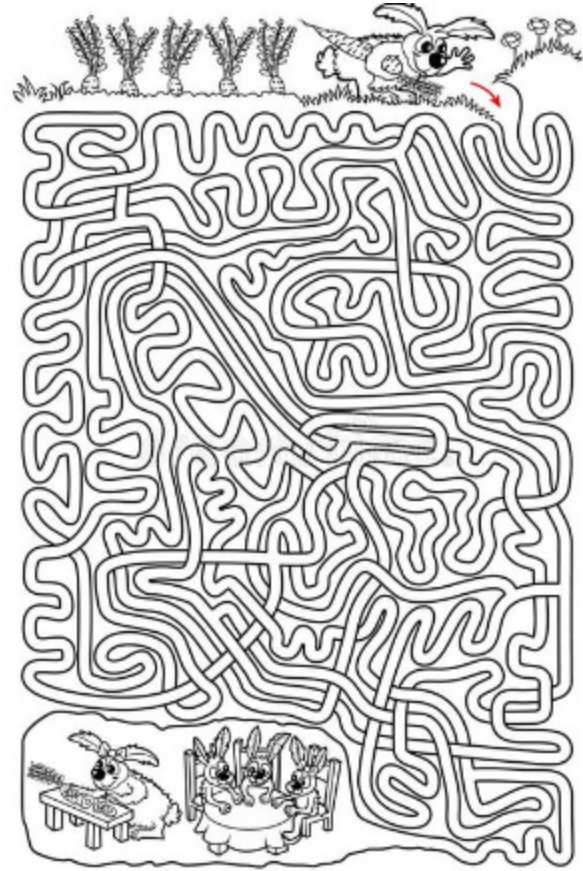
Rapidement, les autres familles se joignirent à eux. Autour du feu crépitant, Jultomten, Christkind, Julnissen et Ded Moroz avec sa petite Snegurochka rejoignirent le père Noël. Les cinq personnages de Noël se saluèrent chaleureusement. Ils étaient ravis de se rencontrer.

Toutes les familles se retrouvèrent autour du feu de joie. Jultomten amusait les enfants avec ses histoires de boucs magiques, tandis que Christkind enchantait tout le monde avec sa voix douce et ses chants de Noël. Ded Moroz racontait des contes de neige, et Snegurochka dansait autour du feu, ses beaux vêtements scintillant dans la nuit. Julnissen, quant à lui, organisait des jeux et des farces, faisant rire petits et grands.

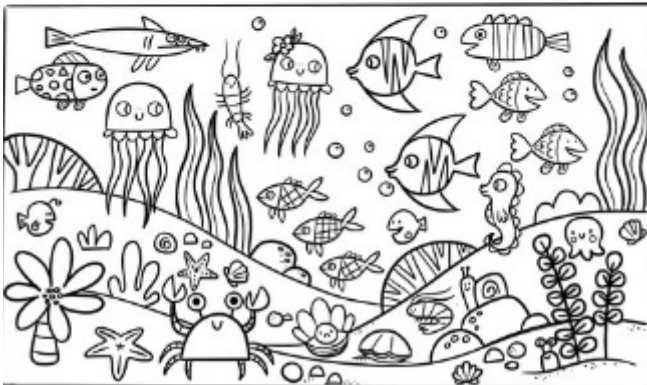
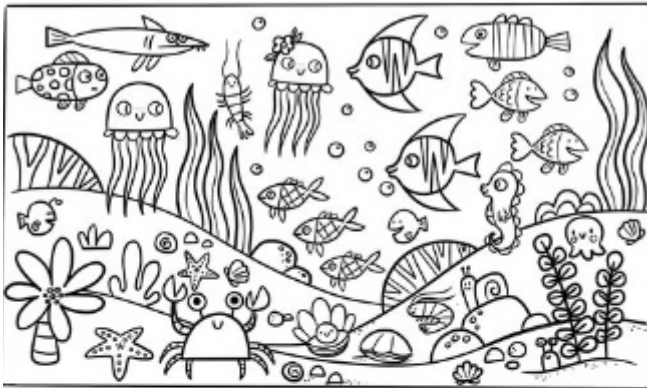
Cette nuit-là, les personnages de Noël se lièrent d'amitié, montrant que, malgré leurs différences, ils partageaient tous la même mission : apporter la paix, la joie et le bonheur à ceux qui les entouraient. Et tous les enfants, émerveillés par cette rencontre magique, se souviendraient longtemps de ce Noël extraordinaire.

Le père Noël, devant cette scène merveilleuse, sentit son cœur se réchauffer. Malgré son arthrite, il vivait le plus beau Noël de sa vie. Parfois, pensait-il, les imprévus peuvent créer les plus belles surprises.

Le Hameau



Trouve les 14 erreurs



Trouve les 7 erreurs



Fête de Noël

Samedi le 7 décembre 2024
de 9h30 à 11h30 **matin**

Au Parc de la Relève (aréna)

Viens jouer dehors,
prendre un chocolat chaud en écoutant
une histoire et surtout recevoir ton cadeau
des mains du Père Noël

Inscrivez vos enfants de 0 à 12 ans
(noms, âges) avant vendredi le 15 novembre

par courriel: elise.hamel@ham-nord.ca
par téléphone: 819 344-2424 poste 5



Noël à la Boutique

7 et 8 décembre **pm**

à la BOUTIQUE DE LA CITÉ, de midi à 16 h

café, chocolat chaud et biscuits

vous seront servis dans une chaleureuse ambiance
des fêtes, par Marie-Lissa et Marie-Joanne.

Collecte de jouets

Du 6 nov au 8 déc, contribuez à la récolte de jouets
destinée aux enfants défavorisés. Apportez vos dons à la
Boutique. Info : Marie-Lissa (819) 552-4575 [689, 8e Rang, Ham-Nord]





Minigym

Cet automne, la municipalité invite vos enfants à venir bouger au gymnase. Nous allons installer des stations de motricité au gym du Centre Horizon.

- ◆ Quand : 26 octobre, 9 et 23 novembre 2024
- ◆ Heure : 9h30 à 11h30
- ◆ Âge : 0 à 7 ans
- ◆ Où : 484, rue Curé-Charles-Lemire, porte B service de garde

P.S. : Les enfants doivent être accompagnés d'un adulte



NOM DE CODE DE L'AGENTE : CINDY

Ma mission à la MDJ : Être à l'écoute des jeunes et de leurs besoins tout en leur partageant mes valeurs les plus chères.

Mission antérieure : Grande voyageuse, j'ai travaillé pendant 7 ans dans l'Ouest canadien.

Citation inspirante : "La vie est une école où chaque personne reste maître et élève à la fois."

Mes intérêts/loisirs : Je suis très polyvalente! Hockey, méditation pleine conscience, chant, musique, plein air...

Je te mets au défi de me faire découvrir quelque chose que je ne connais pas !



Maison des jeunes
des Hauts-Reliefs

APPEL AUX JEUNES DE 13 ANS ET PLUS PRÊT.ES À S'ENGAGER DANS LE PROJET!

La municipalité et la Maison des jeunes souhaitent voir à la possible réalisation d'un pumtrack !

Première rencontre du comité

Le 29 octobre 2024
À 18h30
À la MDJ



MUNICIPALITÉ DU CANTON DE
HAM-NORD

Donne ton nom dès maintenant !

Maison des jeunes
des Hauts-Reliefs

Le Hameau

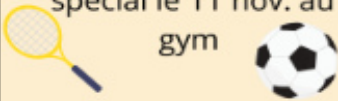
Novembre : un mois rempli de thématiques !

Semaine de l'orientation : 4 au 8

Soirée « Ma première job » le 20 nov. à la MDJ !



Lundi J'm'active spécial le 11 nov. au gym



Semaine de la prévention de la criminalité

Semaine nationale de sensibilisation aux dépendances :

24 au 30

Invitée + sucreries 18h30 à la MDJ



Cantine fermée à la MDJ



Journée mondiale sans achats : 26

COMITÉ

Voyage d'hiver

C'est maintenant le temps de l'organiser!

Donne ton nom pour faire entendre tes idées

PREMIÈRE RENCONTRE LE 21 NOV. À LA MDJ

NOVEMBRE 2024



LUNDI - CHESTER	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI DIMANCHE
Mois de la prévention de la violence familiale Semaine de prévention de la criminalité Semaine québécoise de l'orientation (4 au 8) Semaine nationale de sensibilisation aux dépendances (24 au 30)		Journée internationale pour contrer la violence faite aux femmes (25)	Journée mondiale sans achats (26)	Semaine Le poids, sans commentaire! (25 au 29)	1 LIBRE	2 3 Désolé FERMÉS
4 LUNDI J'M'ACTIVE!	5 LUNDI J'M'ACTIVE!	6 LIBRE	7 CJ	8 Désolé FERMÉS	9-10 Désolé FERMÉS	
11 LIBRE	12 LUNDI J'M'ACTIVE! SPÉCIAL	13 BIBLIO	14 LIBRE	15 Invitée spéciale & sucreries ACTION TOXICOMANIE	16-17 LIBRE	18-19 Désolé FERMÉS
18 «MA PREMIÈRE JOB»	19 LUNDI J'M'ACTIVE!	20 LIBRE	21 «MA PREMIÈRE JOB»	22 COMITÉ VOYAGE HIVER	23-24 ADRENALINE URBAINE	25-26 Désolé FERMÉS
25 Préparation Fête de Noël	26 LUNDI J'M'ACTIVE!	27 JOURNÉE SANS ACHATS CA	28 LIBRE	29 LIBRE	30-31 LIBRE	30-31 Dimanche Fête de Noël Chester

POINT DE SERVICE CHESTERVILLE
480 RUE DE L'ACCUEIL, CHESTERVILLE
LUNDI : 16H (AIDE DEVOIRS) / 17H-21H
AIDE DEVOIRS 12-17 ANS 17H-21H

MAISON DES JEUNES DES HAUTS-RELIEFS
210 RUE CARON, HAM-NORD
1810 344 5528

✉ COORDO@MDJHR.CA
f MAISON DES JEUNES DES HAUTS-RELIEFS
f ANIMATEURS MDJ HAUTS RELIEFS

HEURES D'OUVERTURE AUX JEUNES
LUNDI : 17H-21H
MARDI : 16H (AIDE AUX DEVOIRS) / 17H-21H
MERC. : 17H-21H
JEUDI : 17H-21H
VEND. : 17H-21H

LEGENDE
 ASPIRANTS DE 11 ANS ADMIS
 TRANSPORT DISPONIBLE
 INSCRIPTION OBLIGATOIRE
 AIDE AUX DEVOIRS 12-17 ANS 17H-18H



CHRONIQUE AGRICULTURE

On vit dangereusement !

Par Jacinthe Paradis

C'est en y pensant bien que nous réalisons que, dans notre quotidien, nous côtoyons le danger. Au courant du dernier mois, des évènements graves sont survenus dans la grande famille agricole de Ham-Nord. Certains d'entre eux auraient pu être tragiques et entraîner la perte de vie humaine.

Le premier accident fut l'effondrement d'un silo à ensilage de maïs d'une ferme laitière de notre rang (Desbuttes Holstein sur la route 216 Ouest). Aucune perte humaine ou animale à signaler; que du matériel. Mais cette catastrophe aurait pu arriver pendant la nuit pendant que les gens dormaient, sans que personne ne s'aperçoive de rien, et cette ferme aurait pu perdre tout son bétail; pire, elle aurait pu arriver pendant la traite des vaches !

Le deuxième évènement arriva quelques jours plus tard en fin de journée (Ferme Stelica sur la route 216 Ouest), alors que la fatigue s'est installée après une très longue journée, d'où une concentration diminuée. Un tuyau s'est débranché du réservoir d'acide (qui sert à la conservation du maïs) et le producteur a reçu celle-ci dans l'œil. Résultat : brûlure sur la première couche de l'œil; et il a dû être opéré.

ATTENTION...

Le matin, en nous levant, nous ne savons pas comment cette journée finira, comme tout le monde. Que ce soit pendant la traite alors qu'une bête décide de vous donner des coups de patte ou tente de vous écraser contre la séparation (entre deux animaux), ce qui peut également vous causer des blessures, ou simplement le fait de descendre d'un tracteur et de mal déposer le pied par terre... un mouvement naïf tellement ordinaire.

La ferme est un milieu et un mode de vie qui impliquent qu'enfants et adultes demeurent la majeure partie de leur temps sur leur lieu de travail et sont encore plus exposés aux risques. Selon les statistiques, il y aurait eu entre 2011-2020 au Canada 624 décès liés au milieu agricole, soit 62 par an. (INSPQ)

Aussi, contrairement à d'autres secteurs d'activité, il n'est pas rare que les agriculteurs-trices ou éleveurs-euses travaillent encore à temps plein sur la ferme pour conduire des tracteurs et d'autres machineries, alors qu'ils sont âgés de 70 à 80 ans.

... DANGER !

Les efforts musculaires, les postures désagréables et le travail répétitif peuvent générer des blessures ou des troubles, comme une entorse lombaire, une tendinite, etc. Les tâches exigées par notre métier sont très concrètes, ce qui demande régulièrement de fournir des efforts physiques.

Souvent nous avons à travailler avec la prise de force (PTO) des tracteurs; celle-ci doit être recouverte d'un étui protecteur, sinon, on peut se faire prendre juste par un morceau de tissu qui dépasse, ce qui entraînera une amputation ou même la mort.

Le Hameau



PRÉCAUTIONS

La prévention est un défi quotidien malgré les journées chargées, tout le long de l'année. On doit toujours être attentif malgré les journées qui parfois s'éternisent à cause d'un bris de matériel ou d'un changement de météo.

Cette année, en mars 2024, l'objectif de la Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail, pour sa semaine de prévention, était d'informer et de sensibiliser les agricultrices de l'importance des risques des endroits clos, comme

- ◆ les silos à ensilage ou à grains,
- ◆ les préfossees et fosses à lisier,
- ◆ les citernes à lisier,
- ◆ les entrepôts à atmosphère contrôlée,
- ◆ les cuves, etc.

Les espaces clos sont nombreux sur les fermes du Québec. Autre danger : au fil du temps, nous avons l'habitude d'y travailler et ceci peut entraîner une négligence. La mise en place de méthodes de travail sécuritaires et de moyens de prévention, tels que la détection des gaz dans un silo avec une ventilation adéquate, le port d'équipements de protection individuelle et l'installation des dispositifs de protection contre les chutes, comme un garde-corps, sont des mesures indispensables. Et ce ne sont que quelques exemples de préventions pour une meilleure qualité de travail et la sécurité de ceux et celles qui vivent dangereusement au quotidien. (source : CNEST)

La Balade Gourmande

à la Verrière de la Cité Écologique

La Ferme Bio-Maraîchère a assiégé la **VERRIÈRE**, cet agréable espace communautaire attenant à la Boutique de la Cité, afin d'y recevoir plus de mille visiteurs au total, à l'occasion de la Balade Gourmande.

Tourtes aux carottes, salsa du jardin, confitures de cerises de terre et autres denrées issues de l'agriculture biologique se sont envolées à la même vitesse que les délicieuses baguettes de pain confectionnées avec art par Yakim et le maïs soufflé à l'érable de la Cabane à Grandmont.

Malgré un achalandage constant, la circulation est demeurée fluide et l'expérience fut agréable pour les visiteurs qui ont pu découvrir la nouvelle Boutique par la même occasion. « Les gens reviennent et amènent leurs amis, c'est un franc succès! » dit Marie-Lissa

La **VERRIÈRE** est le lieu où se donnent des ateliers offerts à tous moyennant une contribution volontaire. Le prochain aura lieu mardi soir 5 novembre, de 6 h 30 à 8 h, avec Julie Perro. Elle reviendra nous faire vibrer grâce à sa voix mélodieuse, soutenue par le son des tambours et des flutes amérindiennes.

Ces soirées sont très populaires, il vaut mieux réserver. Pour en savoir plus : Marie-Lissa (819) 552-4575 (info@citeecologique.org)



La Balade Gourmande à La Grange Pardue



Sur le circuit orange, au point d'intérêt numéro 40, La Grange Pardue, située au 216 de la Route 161 ouest, à Ham-Nord, fut un attrait incontournable de la Balade Gourmande 2024.

Comme à la Cité Écologique, ce fut, ici aussi, un très grand succès. La météo aidant, les gens pouvaient profiter du paysage et contempler la vue magnifique en sirotant une bonne bière entre amis.

Un arrêt rafraîchissant qu'on prenait plaisir à faire durer ! Sans compter l'apparition d'hélicoptères qui impressionnent et ajoutent une touche un peu magique à l'ensemble.



APPELS AUTOMATISÉS

Recevez-vous les appels téléphoniques de la municipalité ?

La municipalité aimerait s'assurer que tous ces résidents reçoivent les appels téléphoniques automatisés qu'elle envoie...

- ◆ Vous ne recevez pas les appels ?
- ◆ Vous venez tout juste d'emménager dans la municipalité ?
- ◆ Vous avez récemment changé votre numéro de téléphone ?
- ◆ Vous n'utilisez que votre cellulaire comme téléphone de maison ?
- ◆ Vous aimeriez recevoir les appels à la maison ET sur votre cellulaire ?

Si vous êtes dans l'une de ces situations, cela signifie que vos coordonnées ne sont probablement pas à jour dans le système d'appels automatisés de la Municipalité.

Contactez-nous : 819 344-2424

Nous vous invitons donc à nous contacter au bureau municipal (819-344-2424) afin de nous laisser vos nouvelles coordonnées.

Il est également possible de vous inscrire au nouveau [Portail citoyen MRC d'Arthabaska](http://PortailHamNord.somum.com) (PortailHamNord.somum.com) et à y indiquer vos coordonnées.

En ayant en main vos coordonnées à jour, cela vous permettra d'être rejoints rapidement en cas d'urgence et à recevoir de l'information importante concernant notre municipalité, notamment :

- ◆ Un avis d'ébullition temporaire de l'eau;
- ◆ Une interdiction de feu à ciel ouvert;
- ◆ Une fermeture ou des travaux majeurs sur une route ou un pont
- ◆ Une situation d'urgence

Merci de nous contacter et de nous remettre vos coordonnées!



Du nouveau à La Douce Folie Gourmande

Chers amis gourmands,

Comme vous le savez, notre saison de cantine tire à sa fin. Je vous remercie pour votre soutien tout au long de l'été.

Nous avons le plaisir de vous annoncer une grande nouvelle ! La Douce Folie Gourmande s'agrandit avec l'acquisition d'un tout nouveau local, où nous pourrons vous offrir encore plus de délices. Ce local est situé au 837, Route 161 (anciennement le Mirador).

Dès notre inauguration, vous pourrez découvrir des plats prêts-à-manger savoureux, nos menus du jour variés, ainsi qu'une boutique dédiée aux produits de notre belle région. Sans oublier notre offre de restauration rapide pour satisfaire vos envies sur le pouce !

Restez à l'affût pour la date de notre **inauguration** (date à venir) et venez célébrer avec nous cette nouvelle aventure culinaire. Nous avons hâte de vous accueillir et de vous faire découvrir toutes nos nouvelles propositions.

Nos menus pour le **temps des fêtes** sont également disponibles sur notre site internet ou sur notre page Facebook. Réservez dès maintenant votre date.

Aussi, date à retenir : **samedi 30 novembre** ! Nous organisons un souper de fondue (porc et bœuf) à volonté avec soirée en musique et prix de présence. Bar sur place.

Bienvenue aux petites entreprises pour votre party d'employés !

Billets en vente dès maintenant : Nancy (819-464-1300) ou Chantal Cloutier.

30 \$/personne.

À très bientôt pour des moments gourmands !

Merci de votre soutien et j'ai bien hâte de vous faire découvrir notre nouvel univers.



Nancy et toute l'équipe de La Douce Folie Gourmande



Une urgence ? Vite le 911

C'est un numéro si universel qu'on n'y pense même plus !

En cas d'urgence, il est important de contacter les services d'urgence appropriés. Au Québec, le numéro d'urgence est le 9-1-1. Vous pouvez composer ce numéro pour appeler les pompiers, la police ou l'ambulance en cas de situation d'urgence qui menace votre sécurité, celle des autres, vos biens ou l'environnement.

Mission première d'un pompier : Sauver des vies, sauver des biens

De nos jours, le service incendie répond de plus en plus à des tâches diverses. Les incendies de bâtiment sont la principale vision que nous avons quand on pense aux pompiers, mais c'est loin d'être leur seule fonction.

Le service incendie répond aussi lors de feux de forêt, d'accident sur la route, hors route ou même d'accidents industriels pour la désincarcération. Les pompiers sont appelés pour les sauvetages en milieu isolé avec un VTT, pour un accident de motoneige, de VTT, pour un malaise en forêt, etc.

Les pompiers sont souvent appelés en urgence, mais une de leur fonction est aussi la prévention incendie, c'est pourquoi chaque année nous visitons des bâtiments industriels, commerciaux ou résidentiels.

Le service incendie répond souvent aussi en entraide aux policiers et ambulanciers.

En cas d'urgence nécessitant le service incendie, pourquoi faire le 911 ?

- Le répartiteur du 911 prendra votre urgence et la dirigera vers le bon service.
- Pendant la prise d'appel, un autre répartiteur signale déjà l'appel et la nature de l'urgence au service incendie.

Le 911 transmet les infos à tous les pompiers du service et dirigera les véhicules et autres services incendie en entraide si nécessaire en suivant un protocole clair et préétabli pour chaque bâtiment.

Donc un appel se fait en simultané pendant que les pompiers se dirigent vers la caserne et le lieu de l'intervention.

À NE PAS FAIRE ! Depuis un certain temps, plusieurs citoyens téléphonent directement à un pompier afin de signaler un incendie en pensant que ce sera plus rapide. **Ce qui est totalement faux.**

- Vous devez, dans certains cas, chercher le numéro de téléphone de ce pompier. (Perte de temps)
- Le pompier reçoit l'appel qu'il doit rediriger (perte de temps)
- Ce pompier pourrait, pour une raison ou une autre, être incapable de retransmettre votre urgence. Vous n'auriez donc jamais le service demandé. De plus, des services d'urgence pourraient être à sa recherche s'il a lui-même fait le 911 à votre place sans être capable de leur parler. Ils auront donc malheureusement localisé une urgence à son emplacement à lui.
- Aucun pompier ne se met en direction immédiatement (perte de temps)
- Les services incendie demandés en entraide ne seront pas avisés, car ceci est fait par le centre 911 (Manque d'effectifs)

En résumé,

s'il s'agit d'une urgence, faite le 911

COLLECTE DU COMPOST

Fréquence mensuelle, de novembre 2024 à mars 2025

Dès le mois de novembre 2024 (la collecte de novembre aura lieu le mardi 12 novembre prochain), la collecte du compost se déroulera 1 fois par mois pour les mois suivants : novembre, décembre, janvier, février et mars.

Pour ceux et celles qui le désirent, l'application mobile **GESTRIO** peut être installée directement sur votre téléphone, ce qui vous permettra de recevoir un rappel la veille de chacune des collectes.

Collectes les mardis, aux dates suivantes :

- ◆ 12 novembre 2024
- ◆ 10 décembre 2024
- ◆ 7 janvier 2025
- ◆ 4 février 2025
- ◆ 4 mars 2025

15 avril 2025 (reprise des collectes aux 2 semaines)

ATTENTION, si votre bac n'a pas été collecté (ordures, récupération ou compost), il est très important de :

1- LAISSER VOTRE BAC AU CHEMIN

2- NOUS APPELER dès que vous prenez connaissance que votre bac n'a pas été vidé (au plus tard le lendemain).

Cela nous permettra de contacter l'entrepreneur pour l'aviser de la situation. Plus rapidement nous recevons l'information de votre part, plus il est facile de coordonner le tout avec l'entrepreneur.

Merci de votre précieuse collaboration !



Steve Roy, pharmacien - propriétaire affilié à



familiprix

262 rue Guay, Ham-Nord, Qc G0P 1A0



819 344-2249



Heures d'ouverture:

LUNDI 10h-18h

MARDI 10h-18h

MERCREDI 10h-18h

JEUDI 10h-18h

VENDREDI 10h-18h

SAMEDI 10h-14h



Bibliothèque de Ham-Nord

Venez bouquiner

- ◆ le mardi de 18 h à 20 h
- ◆ le mercredi de 9 h à 11 h

Nous sommes maintenant au

CENTRE HORIZON

MASSOTHÉRAPEUTE
SUÉDOIS

Sonia Roy

(514) 660-9136

Pat pareur d'onglons
819 350 0225
Patric Létourneau

ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC

Sébastien
SCHNEEBERGER
DÉPUTÉ DE DRUMMOND-BOIS-FRANCS

819 475-4343
sebastien.schneeberger.drum@assnat.qc.ca

NOUVEAU ET UNIQUE EN RÉGION
FOREUSE DE PUIS SUR CHENILLE

FORAGE A DOUBLE ROTATION :
MEILLEUR SCÈLEMENT AU ROC
MEILLEUR QUALITÉ D'EAU
FOREUSE PLUS COMPACT ET PLUS LÉGÈRE

819-758-6468 OU 1-800-567-5829

100% fait au Québec

Puitbec GROUPE
www.puitbec.com
RBQ: 8327-6683-50

Alain RAYES
Député de Richmond—Arthabaska

alainrayes.ca
alain.rayes@parl.gc.ca

1-877-751-1375 (sans frais) | 819-751-1375
3, rue de la Gare, Victoriaville (QC) G6P 6S4

Association des **PROCHES AIDANTS**
Arthabaska - Érable

40, rue Alice
Victoriaville (Québec) G6L 3H4

François MELANÇON
agent de communication

819-795-3577
com@prochesaidsantsae.com

f in t i


VOTRE ÉPICERIE

MARCHE **BONICHOIX** | **VIVACO**

TOUT PRÈS CHEZ VOUS


Grande sélection de produits de QUALITÉ!

445, rue Principale | Ham-Nord ☎ 819 344-2422



**AUBERT
BERNARD
MATTEAU**
NOTAIRES

ASSOCIÉES DANS LA MÊME
TRADITION D'EXCELLENCE ET
DE QUALITÉ DE SERVICES



LOUISE AUBERT
LL.B., D.D.N. NOTAIRE
✉ laubert@notarius.net

STÉPHANIE BERNARD
LL.B., D.D.N. NOTAIRE
✉ sbernard@notarius.net

MÉLINA MATTEAU
LL.B., LL.M. NOTAIRE
✉ melinamatteau@notarius.net

DISRAELI 846 avenue Champlain T. 418.449.2955 F. 418.449.1681	WEEDON 225 2 ^e avenue T. 819.877.3233
---	---



Caroline Juneau
B.Sc. infirmière
Expertise en soins podologiques et soins de plaies

Clinique médicale de Princeville **Clinique des soins à Ham-Nord**
840 boul. Baril Ouest 454 rue Principale
Princeville QC G6L3W6 Ham-Nord QC G0P1A0

819 364-2150 **819 460-4208**

RE/MAX
— ÉLITE —

DAVID LEVASSEUR

CELLULAIRE : 819-990-2306
BUREAU : 819-758-7441

DAVID.LEVASSEUR@REMAX-QUEBEC.COM



Centre de
prévention
Suicide
Arthabaska-Érable

Parles-en...
Ta VIE est importante!

Sème la vie!

Vous pensez au suicide ?

Vous êtes inquiet pour une
personne de votre entourage ?

Vous êtes endeuillé par suicide ?

Nous sommes là pour vous!

24 heures par jour • 7 jours par semaine

MRC DE L'ÉRABLE 819 362-8581	MRC D'ARTHABASKA 819 751-2205	PARTOUT AU QUÉBEC 1 866 APPELLE (1 866 277-3853)
--	---	---

www.cpsae.ca

PROCHAINE PARUTION: 9 déc. 2024

DATE DE TOMBÉE: 28 nov. 2024

Responsables:

Louis-Marie Lavoie et Andrée Robert

Faites-nous parvenir vos textes et annonces :

hameau@arlitera.com

Pour voir le Hameau en couleurs:

www.ham-nord.ca



**Avant
de
cliquer,
une
pause
s'impose**

Aigüisez vos cyber réflexes

Apprenez comment prévenir, reconnaître
et signaler une fraude.

desjardins.com/securite

 **Desjardins**

FORUM CITOYEN



Ham-Nord

Forum Citoyen est un OSBL qui a pour mission de favoriser le développement de projets structurants à Ham-Nord. Nous travaillons pour vous et avec vous!

Pour 15 \$ devenez membre à vie!

Vous avez des idées, des compétences à partager? Bienvenue!

474, rue Principale, Ham-Nord,
819 344-2828

forumcitoyen@ham-nord.ca

Composition du Forum:

Présidente : Marylène Morin;
Vice-présidente : Émilie Lapointe;
Secrétaire : Charles Marceau-Cotton; Trésorier : Benoit Charbonneau; Administratrices : Sofia Laliberté, Marie-Josée Brault, Claire Dion.



Municipalité
amie des aînés

