LeFlambeau

Volume 46 Numéro 2 • FÉVRIER 2022

Protégeons les chats errants du froid

Page 14

Nouveautés à la bibliothèque

Page 15

Municipalité de Saint-Alexandre

Une histoire de familles

www.saint-alexandre.ca

Voir les nouvelles en pages 4 à 9

Josée Boulanger
Agente en assurance de dommages
SSQ, Société d'assurance inc.
Cabinet de services financiers

116, rue Saint-Gérard
Saint-Alexandre (Québec) J0J 1S0
AssuranceJoseeBoulanger.com
josee.boulanger@ssq.ca
450 376-7737

SSQ assurance

LeFlambeau

C.P. 1023, Saint-Alexandre
La boîte du bureau municipal
450 346-6641 • journalleflambeau@hotmail.com

L'équipe du journal

Correcteurs : Sophie Coley et Françoise Ladouceur
Rédactrice : Émilie Larochelle
Rubrique cuisine : Madame Gâteau
Infographiste : Tracy Boulerice
La Fabrique : Jacqueline C. Patenaude
L'Âge d'or : Lise Rousseau
Bibliothèque : Réjean Messier
Membres ALSA : Sophie Coley et Daniel Daneau

Tarification des publicités 2021

Format	Mensuel	Annuel (10 parutions)
Carte d'affaire	25 $	200 $
¼ page	40 $	320 $
Demie-page	70 $	560 $
1 page	100 $	800 $
Page arrière	115 $	920 $

Tarif pour résidents de Saint-Alexandre
Extérieurs + 25%
Conception graphique en sus

Petites annonces
Gratuites pour les moins de 18 ans
4 $: 50 mots et moins

Échéancier pour le mois de mars 2022

Le 15 février 2022, **tous les textes, photos, publicités et petites annonces doivent être envoyés à l'adresse courriel du Flambeau ou à la Municipalité avant 16 h 30.**

Les textes et publicités déposés après cette date ou qui ne seront pas acquittés de leurs paiements, ne seront pas publiés.

Modalité de paiement : **L'argent doit accompagner le texte dans une enveloppe déposée dans la boîte du Flambeau au bureau de la Municipalité. Vous pouvez également envoyer votre texte par courriel à** journalleflambeau@hotmail.com

Gens d'affaires et commerçants, faites-vous connaître

Le Flambeau vous offre la possibilité de vous faire connaître à peu de frais. Le Flambeau offre une nouvelle image, des articles des plus intéressants sans compter une visibilité incomparable à nos résidents. Aidez-nous à faire connaître ce qui se passe chez nous, faites paraître une petite publicité dans le Flambeau. Tarifs avantageux pour les résidents de St-Alexandre. Date limite le 15 de chaque mois. La prochaine parution sera le 1er mars 2022. Pour information : Daniel au 514 831-7885

Sommaire

À la bibliothèque 15
Animaux. 14
Avis de convocation. 3
Calendrier 16
Club de l'âge d'or 18
Compo Haut-Richelieu 12
Échos de la municipalité . . . . . 4 à 9
L'inspectrice municipale 8
La Fabrique 18
Madame gâteau 17
Service des incendies 9

Choinière & Morin Inc.
Épandage de fumier liquide et solide
AUSSI DISPONIBLE
TRANSPORT DE
TERRE • PIERRE • SABLE
PETITE PELLE POUR TRAVAUX
105 St-Charles, St-Alexandre
450 347-7826

L'ASSOCIATION DES LOISIRS DE SAINT-ALEXANDRE

Toutes les personnes de 18 ans ou plus, résidant à Saint-Alexandre et participant aux activités de l'association sont considérées membres de l'Association des loisirs de Saint-Alexandre Inc. Par la présente, les membres du conseil d'administration invitent les membres à :

AVIS DE CONVOCATION
ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

Mercredi le 9 mars 2022
Ouverture de l'assemblée : 19 h

Si les mesures sanitaires le permettent, l'assemblée se fera en présentiel au Pavillon des loisirs (440, rue Bernard à Saint-Alexandre). Dans le cas contraire, l'assemblée sera tenue en ligne et les membres seront invités à se connecter au lien disponible au saint-alexandre.ca et sur la page Facebook/AsLoSA.

Cette assemblée permettra de dresser le bilan des activités de l'année 2021 et annoncer les activités à venir en 2022. Ce sera également l'occasion de procéder à l'élection des membres du conseil d'administration.

ORDRE DU JOUR PROPOSÉ

1. Ouverture de l'assemblée
2. Présentation des membres présents
3. Élection d'un président et d'un secrétaire d'assemblée
4. Vérification de la légalité de l'assemblée (quorum et avis de convocation)
5. Lecture et adoption de l'ordre du jour
6. Lecture et adoption du procès-verbal de l'assemblée générale annuelle du 9 mars 2021

6.1. Suivi des dépenses de la réserve

7. Rapport de la présidente du conseil d'administration
8. Rapports des activités 2020 présentés par un représentant de chaque comité
9. Présentation des états financiers
10. Ratification des faits et gestes des administrateurs
11. Présentation des activités pour l'année à venir
12. Élection d'un président et d'un secrétaire d'élection
13. Élection*
14. Période de questions et divers
15. Levée de l'assemblée

---

* Quatre (4) postes sont ouverts au conseil d'administration, tous d'une durée de 2 ans. Voici les membres du conseil :

Membres	Fonction	Début du mandat	Fin du mandat	Élection
Daniel Daneau	Président	6 août 2021	AGA 2022	✓
Mathilde Ostiguy-Duplain	Vice-présidente	9 mars 2021	AGA 2022	✓
Maryse Tremblay	Secrétaire-trésorière	9 mars 2021	AGA 2023	
Karine Fontaine Lamoureux	Administratrice	9 mars 2021	AGA 2023	
Mélodie Painchaud	Administratrice	Novembre 2021	AGA 2022	✓
Josée Hébert	Administratrice	9 mars 2021	AGA 2023	
Stéphanie Lagüe St-Jean	Administratrice	Novembre 2021	AGA 2022	✓

Donné à Saint-Alexandre, ce 31e jour du mois de janvier 2022.
Dniel Daneau, président

Inscrivez-vous à :
loisirs.alsa@gmail.com

UN MOT DU MAIRE

Je tiens d'entrée de jeu à remercier et féliciter les citoyennes et citoyens qui ont décoré de lumières de Noël la devanture de leurs résidences. Il me semble que beaucoup de personnes ont fait cet effort cette année et les colories sont magnifiques. Dommage que la neige ait tardé, car le fond blanc qu'elle procure met en valeur ces belles décorations. Des amis de Saint-Jean-sur-Richelieu m'ont souligné la beauté de notre municipalité, merci !

Les aléas de la température et les problèmes techniques ont perturbé l'ouverture des deux patinoires. Ajouter à cela la Covid-19 et son variant qui se sont invités, voilà la recette pour limiter l'accès à ce sport d'hiver. Au moment d'écrire ces lignes, le froid s'est installé et on pourra vraisemblablement profiter de moment pour patiner et profiter d'activités de loisir d'hiver extérieures au parc, et j'espère, le plus longtemps possible.

N'empêche que notre infrastructure est vieillissante et nous devrons avoir de sérieuses réflexions pour sa rénovation, lors des consultations à venir sur l'aménagement du parc des loisirs. Je vous invite à y participer, afin que l'on puisse définir collectivement ce que sera notre futur parc, si essentiel et accessible pour une vie dynamique en plein air à toutes et tous.

Finalement, je suis très fier de rappeler que notre Municipalité est depuis le 6 décembre dernier, reconnue officiellement alliée contre la violence conjugale et que l'hôtel de ville est un lieu d'urgence afin d'accueillir les victimes, femmes, hommes et enfants, de violence conjugale en attendant la prise en charge par une ressource appropriée.

Meilleures salutations à toutes et tous !

Yves Barrette

BRÈVES DU CONSEIL MUNICIPAL

À la séance ordinaire qui s'est tenue le lundi 10 janvier 2022, le conseil municipal de Saint-Alexandre a discuté des dossiers suivants :

La Maison Hina sollicite une rencontre avec la Municipalité

Monsieur le maire Yves Barrette a reçu une correspondance de Nancy Patry, de la Maison Hina. Celle-ci se réjouissait d'apprendre que la Municipalité est alliée contre la violence conjugale. L'organisme souhaite rencontrer la Municipalité afin de discuter des enjeux et possibilités d'entraide. Nous tenons à rappeler que toute personne se sentant menacée pourra, en toute sécurité, se déplacer à l'hôtel de ville pour contacter les services d'aide aux victimes de violence conjugale. Voici quelques ressources si vous avez besoin d'aide :

- La Maison Hina pour femmes et enfants victimes de violence conjugale
- SOS violence conjugale
- Regroupement des maisons pour femmes victimes de violence conjugale

En tout temps, ne jamais hésiter à contacter le 911 pour une assistance immédiate.

Adoption du règlement constituant le code d'éthique et de déontologie des élus municipaux

La Loi sur l'éthique et la déontologie en matière municipale oblige les municipalités à mettre à jour, avant le 1er mars qui suit une élection générale (7 novembre dernier), son code d'éthique et de déontologie des élus. Par conséquent, le conseil a adopté le règlement 21-388 constituant un code d'éthique et de déontologie révisé. Le présent règlement permet de mettre de l'avant les valeurs de la Municipalité en matière d'éthique et de déontologie, valeurs essentielles au maintien du lien de confiance avec les citoyens. Le règlement prévoit aussi les sanctions possibles en cas de manquement à l'éthique et à la déontologie.

Adoption du règlement décrétant l'imposition des taxes, compensations et tarifs pour l'année 2022

Le conseil a adopté le budget pour l'exercice financier 2022 lors de la séance extraordinaire du 20 décembre dernier. Le règlement 22-390 décrétant l'imposition des taxes, compensations et tarifs pour l'année 2022 a quant à lui été adopté en cette première séance de l'année. Conformément à la Loi, un bulletin sur le budget, les taxes et le programme triennal d'immobilisations sera envoyé à l'ensemble des citoyens par la poste.

Aide financière aux organismes pour l'année 2022

La Municipalité a reçu plusieurs demandes d'aide financière de la part de différents organismes du milieu. Afin d'assurer une saine gestion de ses finances publiques, le conseil a mis en place une procédure de reddition de comptes. Ainsi, les subventions seront accordées aux organismes en deux versements, le premier en février et le deuxième une fois la reddition de compte acceptée.

Subventions aux organismes :

- Fabrique de Saint-Alexandre (10 000 $) ;
- Club de l'Âge d'Or (5 000 $) ;
- Centre d'entraide régionale d'Henryville (3 000 $) ;
- Centre de la Petite Enfance le Champ des rêves (1 600 $) ;
- Covabar (500 $) ;
- ALUS (1 000 $) ;
- Association des loisirs de Saint-Alexandre (20 000 $) ;
- Saint-Alex-en-Feux (8 000 $) ;
- École de Saint-Alexandre (10 000 $).

SÉANCES DU CONSEIL MUNICIPAL

La prochaine séance du conseil municipal aura lieu le **lundi 7 février à 20 heures**. À moins d'avis contraire, la séance se tiendra en mode virtuel, sans public. Son enregistrement vidéo sera rendu disponible en ligne dans les jours suivants sur la chaîne YouTube de la Municipalité. Le projet d'ordre du jour de chacune des séances pourra être consulté sur le site Internet municipal le vendredi précédent.

HORAIRE DU BUREAU MUNICIPAL

Nous vous rappelons que si vous devez vous présenter au bureau municipal, il est préférable de prendre rendez-vous ou d'appeler avant de vous présenter sur place.

CONCOURS DE DESSIN
Saint-Valentin

Thème : l'amour

- Pour les 3 à 12 ans
- Utilisez une feuille 8.5x11po
- Notez : nom, âge, adresse & téléphone
- Déposez le dessin dans la chute à lettre du bureau municipal
- 5 enfants gagneront un certificat de 10$ à la boulangerie locale

DÉFI CHÂTEAU DE NEIGE

La population de la Montérégie est invitée à participer au Défi Château de Neige du **10 janvier au 14 mars 2022**. L'objectif du Défi est fort simple : inciter les gens de la Montérégie à enfiler leur habit de neige pour aller bouger à l'extérieur durant l'hiver et ainsi, contribuer au maintien de saines habitudes de vie ! La Municipalité de Saint-Alexandre invite donc tous les citoyens, petits et grands, à construire un château, à le prendre en photo et à l'inscrire sur le site www.defichateaudeneige.ca en l'associant à l'événement de la Municipalité. De nombreux prix seront attribués au hasard parmi ceux et celles qui auront inscrit leur château de neige entre le 10 janvier et le 14 mars. De plus, il est possible de voir l'ensemble des châteaux conçus à travers la province dans une carte interactive et de retrouver l'ensemble des événements et des prix à gagner. **Gratuit et ouvert à tous !**

LE CAMP DE JOUR RECRUTE

Chef de camp

Principales tâches

Gérer les opérations quotidiennes, superviser l'équipe d'animation et veiller au bon déroulement du camp

Qualifications requises

• Être âgé de 18 ans ou plus au début du camp

• Avoir au moins deux ans d'expérience en animation

Conditions de travail

• Salaire entre 16 $ à 20 $ / heure selon expérience

• 40 h / semaine

Intéressé/e?

Tous les détails de l'offre d'emploi sur le site internet de la Municipalité et la page Facebook du camp !

Envoie ton curriculum vitae et une lettre de motivation à sbeaudry@saint-alexandre.ca avant le **20 février 2022.**

SERVICE D'ACCOMPAGNEMENT AU CAMP DE JOUR

Le camp de jour Alextra offre depuis l'été 2016 un service d'accompagnement pour les jeunes ayant des besoins particuliers. Ce service leur permet d'intégrer la vie de camp et d'adapter la programmation des activités afin de favoriser leur inclusion. Les parents souhaitant profiter du service d'accompagnement pour leur enfant doivent procéder à une préinscription en remplissant la fiche d'évaluation des besoins disponible sur le site Web municipal au www.saint-alexandre.ca/camp-de-jour-alextra et la faire parvenir au bureau municipal de préférence **avant le 18 février**. L'équipe du camp étudiera ensuite les demandes pour voir quels accommodements sont réalisables, c'est-à-dire si le camp Alextra est en mesure d'adapter son offre tout en répondant de façon satisfaisante aux besoins de chaque enfant. La période officielle d'inscription aura lieu au printemps. Remplir ce formulaire à l'avance ne garantit pas automatiquement une place à votre enfant. Vous devrez procéder à l'inscription de l'enfant à besoins particuliers tout comme les enfants n'ayant pas besoin d'accompagnement lors de la période officielle d'inscription, au printemps.

SUBVENTIONS MUNICIPALES AUX CITOYENS

La Municipalité possède quelques programmes de subventions pour l'ensemble des citoyens. Voici la liste des subventions qui sont actuellement en vigueur.

Subvention pour les couches réutilisables

Dans un souci de développement durable, la Municipalité de Saint-Alexandre encourage ses citoyens à opter pour des couches réutilisables plutôt que des couches jetables qui prennent énormément de temps à se décomposer. La Municipalité a donc établi un programme d'aide financière pour les jeunes familles afin de se doter de couches réutilisables. Le montant consenti est d'un maximum de 100 $ par enfant jusqu'à concurrence de 200$ par famille. Pour être admissible à l'aide financière, il faut :

• Résider sur le territoire de Saint-Alexandre ;
• Avoir un bébé âgé de 6 mois ou moins, ou dont la naissance est prévue dans les 6 prochains mois.

La demande doit être déposée au plus tard le 15 décembre de chaque année. Les aides financières sont accordées jusqu'à ce que l'enveloppe de 3 000 $ soit complètement distribuée. Pour obtenir l'aide financière, le parent doit remplir le formulaire disponible au bureau municipal ou sur le site internet, fournir une preuve de résidence, la preuve d'achat des couches réutilisables et la preuve de naissance ou d'adoption de l'enfant (dans le cas d'une naissance future, ce document est transmis lors d'un deuxième envoi).

Subvention pour les activités sportives des enfants

La Municipalité veut encourager l'activité physique chez les jeunes. Cette volonté s'inscrit dans la politique familiale de Saint-Alexandre afin de promouvoir un mode de vie sain et actif ainsi qu'une meilleure conciliation travail-famille. Cette subvention concerne chaque enfant de 18 ans ou moins qui réside sur le territoire de Saint-Alexandre. Elle couvre 50 % des frais d'inscription pour une activité jusqu'à concurrence de 100 $ par année par enfant. Pour être admissible, l'activité doit être dirigée, être une activité sportive ou culturelle et être organisée par la Municipalité de Saint-Alexandre ou un organisme public ou privé. À noter que les cours privés, les camps de jour et les activités similaires à celles qui sont offertes sur le territoire de la municipalité ne sont pas admissibles.

SUITE DES SUBVENTIONS MUNICIPALES AUX CITOYENS

Voici des exemples d'activités acceptées et refusées :

Acceptées

- Cours de théâtre pour les enfants
- Cours de ski pour les enfants
- Cours de soccer offert par Soccer Haut-Richelieu

Refusées

x Leçons privées de piano (Activité privée)

x Achat d'une passe de ski (Activité non dirigée)

x Cours de danse à Chambly (étant donné que le cours est offert à Saint-Alexandre)

Pour obtenir l'aide financière, les parents doivent remplir le formulaire disponible au bureau municipal ou sur le site internet et fournir la preuve de scolarité de l'enfant ainsi que les reçus liés aux activités de loisir.

Subvention pour l'acquisition de toilettes à faible débit

La Municipalité de Saint-Alexandre a également établi un programme d'aide financière pour le remplacement de toilettes par des toilettes à faible débit. Par ce programme, la Municipalité veut encourager les citoyens à consommer moins d'eau et ainsi aider à préserver cette ressource si précieuse. Pour une résidence, le montant d'aide est de 100 $ annuellement. Pour les commerces, l'aide financière est de 150 $ par toilette désuète, pour un maximum de deux toilettes par année.

Pour obtenir l'aide financière,le demandeur doit :

- Remplir le formulaire du programme qui est disponible à l'hôtel de ville et sur le site internet ;
- Prendre une photo de l'ancienne toilette ainsi que de la nouvelle toilette après son installation ;
- Fournir une preuve de l'achat de la toilette ;
- S'engager à aller porter son ancienne toilette à un écocentre ;
- Permettre à un représentant de la Municipalité d'aller vérifier l'installation de la nouvelle toilette.

Subvention pour les récupérateurs d'eau de pluie

Toujours dans l'objectif de réduire la consommation d'eau potable, la Municipalité a également un programme d'aide financière afin d'acquérir un récupérateur d'eau de pluie. Cela permet aux résidents de procéder à l'arrosage de leurs jardins et de leurs végétaux sans pour autant exercer une pression sur le réseau d'eau potable tout en diminuant la question d'eau qui se retrouve dans les égouts pluviaux de la ville. Pour les différentes propriétés, une aide maximale de 50 $ peut être consentie. Pour avoir droit à ce montant, le demandeur doit :

- Être propriétaire d'une habitation résidentielle à Saint-Alexandre ;
- Fournir une preuve de résidence ;
- Fournir une copie de la preuve d'achat ;
- Remplir le formulaire du programme disponible à l'hôtel de ville et sur le site internet de la Municipalité ;
- Mettre une photo de l'installation ;
- Permettre à un représentant de la Municipalité de venir inspecter la conformité de l'installation. Un document explicatif sur l'installation et l'entretien des récupérateurs d'eau de pluie est disponible sur le site internet de la Municipalité.

Pour l'ensemble des programmes d'aides financières, le personnel de la Municipalité est disponible pour répondre à vos questions. N'hésitez pas à téléphoner au 450 346-6641 ou à écrire par courriel au info@saint-alexandre.ca si vous avez des questions.

APPEL DE PROJETS - FONDS VERT

La Municipalité rappelle qu'un appel de projets pour le Fonds vert est en cours. Les citoyens ou les entreprises qui ont des projets de nature environnementale ou de développement durable peuvent y déposer une demande d'aide financière d'ici le **10 mars 2022**. Le guide relatif au programme ainsi que le formulaire de demande d'aide financière sont disponibles sur le site internet de la Municipalité.

INFORMATIONS DE L'INSPECTRICE MUNICIPALE, LOUISE NADEAU

Stationnement de nuit

Il est **interdit** de stationner ou d'immobiliser un véhicule sur le chemin public entre 23 h et 7 h ***du 15 novembre au 1er avril*** inclusivement et ce, sur tout le territoire de la municipalité.

Stationnement bandes multifonctionnelles

Il est **interdit** de stationner ou d'immobiliser un véhicule sur ***les bandes multifonctionnelles*** **réservées aux usagers actifs** (piétons, cyclistes ou autres) en tout temps, notamment sur les rues ou portions de rues suivantes :

- Saint-Charles (en direction sud);
- de la Chute (en direction ouest);
- Boulais (en direction sud);
- Saint-Gérard (en direction sud).

Vous effectuez **des rénovations à l'intérieur** de la maison... Avez-vous votre permis?

Déneigement

Lors du déneigement d'une allée ou d'une entrée privée, il est **interdit** de pousser la neige sur la voie publique, ce qui inclut les trottoirs, la rue et les bornes d'incendie.

Pour des raisons de sécurité, ces dernières doivent être facilement accessible même durant la saison hivernale. Il est donc essentiel d'éviter de les encombrer lors du déneigement.

Vous effectuez **des rénovations à l'extérieur** de la maison... Avez-vous votre permis?

Des questions ? Contactez Louise Nadeau, inspectrice municipale
450 346-6641, poste 4 | inspectrice@saint-alexandre.ca

SERVICE DE SÉCURITÉ INCENDIE DE SAINT-ALEXANDRE

En plein coeur de l'hiver, pensez dégager toutes les issues !

Un geste qui sauve des vies!

En période hivernale, c'est vrai que ce n'est pas toujours un cadeau de pelleter et nettoyer les entrées et sorties, mais il en va de notre sécurité à tous.

Après chaque chute de neige, il est important de dégager les balcons, entrées et trottoirs menant à la rue.

En cas d'évacuation rapide lors d'une situation d'urgence, cela facilitera la sortie de tous les membres de la famille en toute sécurité. Les fenêtres de sous-sol, surtout celles identifiées comme sorties d'urgence, doivent aussi retenir l'attention des personnes qui déneigeront.

CHRONIQUE SANTÉ PHARMACEUTIQUE
LA CESSATION TABAGIQUE

Bonjour chers Alexandrins
et chères Alexandrines,

Bienvenue dans votre plus récente édition de la «Chronique Pharmacie» la plus populaire de Saint-Alexandre! Tout d'abord: «Bonne année à tous!!». Nos meilleurs vœux de bonheur et de santé! Ce mois-ci, nous parlerons de l'arrêt tabagique et des quelques nouveautés dans le domaine depuis notre dernière chronique sur le sujet à une autre époque en 2017.

À chaque année, avec le nouvel an viennent les résolutions! Celles-ci ont été inventées il y a 4 000 ans à Babylone. On devait, au jour de l'an, payer nos dettes à nos voisins et leur rendre les outils agricoles empruntés. À voir comment leur histoire de tour de Babel s'est terminée, ce n'est pas d'hier que les résolutions ne sont pas tenues. Nous discuterons avec vous cette semaine de l'une des résolutions de l'année toujours parmi les plus populaires encore à ce jour: arrêter de fumer.

Lorsqu'il est question d'arrêter de fumer, Serge Gainsbourg disait: «Facile! J'arrête de fumer toutes les 5 minutes». Si vous avez cette approche, il vous faudra tout d'abord trouver une bonne source de motivation pour écraser pour de bon.

Les méfaits et dangers du tabagisme sont connus et répétés depuis longtemps. Sans vouloir vous ennuyer, en voici un bref rappel:

- Brûle inutilement l'oxygène lorsque vous êtes dans une fusée spatiale;
- Cause le tiers des cancers et plus meurtrier que la somme des décès causés par l'alcool, les accidents de la route, les suicides et les meurtres tous réunis;
- Fait vieillir la peau;
- Vos enfants vous imitent;
- Augmente les risques de problèmes de cœur, de diabète, des poumons, d'anxiété et de dépression;
- Ça coûte cher;
- L'odeur camoufle le parfum des fleurs de votre jardin.

La bonne nouvelle: dès l'arrêt de la cigarette on commence tranquillement à diminuer tous ces risques.

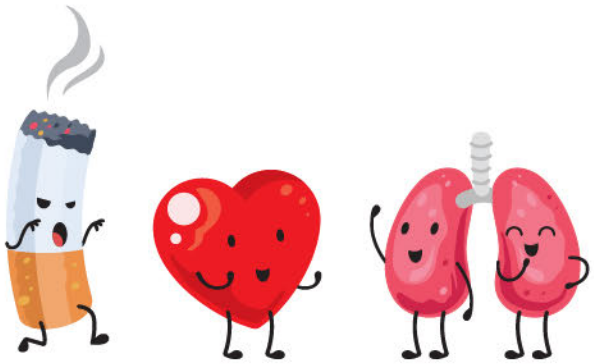
Avec la période des REER qui approche, on aime aussi penser qu'il est dommage de travailler et investir toute sa vie pour sa retraite pour s'y rendre amoché... ou même ne pas s'y rendre du tout! On cotise dans sa santé, pas juste dans ses REER!

Pour réussir à écraser sans se ronger les ongles jusqu'aux os, il existe quelques alternatives de traitement :

- **Timbres de nicotine :**
  diminution graduelle sur habituellement 12 semaines de la quantité de nicotine dans le timbre pour réduire les symptômes de sevrage ;
- **Gommes, pastilles, vaporisateurs :**
  nicotine à action rapide pour soulager les rages d'envie de fumer ;
- **Varenicline et Bupropion :**
  médicaments sous forme de comprimés qui aident à diminuer la dépendance à la nicotine. On doit les prendre quotidiennement durant habituellement 12 semaines et ceux-ci ne contiennent pas de nicotine.

Tous ces traitements peuvent être prescrits directement par le pharmacien suite à une consultation. À l'examen de votre dossier, on discutera avec vous de la meilleure alternative et celle-ci peut même être couverte par vos assurances.

Nous avons aussi en pharmacie de plus en plus de questions sur la vapoteuse. Selon Santé Canada, la vapoteuse est moins nocive que la cigarette et peut être considérée comme une solution temporaire de rechange. Nous ne devons par contre pas la considérer comme étant sans danger. Notamment : la nicotine est toujours présente et des vapeurs secondaires pouvant être inhalées par d'autres personnes sont produites.



Que ce soit accompagné d'un traitement de support ou avec des trucs non-pharmacologiques (cure-dents, balle de stress, punching bag, groupe de soutien, etc.), la volonté est une faculté mentale qui s'entraine, tout comme les muscles. C'est souvent à force de se « pratiquer » à arrêter de fumer que les gens y parviennent et ceux qui y arrivent à la première tentative sans aide sont l'exception. Il s'agit de trouver le meilleur moyen pour vous ! ☺

C'est tout pour ce mois-ci ! Si votre voisin ne vous a toujours pas rendu vos outils agricoles prêtés l'an dernier, votre pharmacien ne pourra pas faire grand-chose pour vous. Mais pour vous aider concernant la cessation tabagique, ça lui fera grand plaisir !

À bientôt !
David le pharmacien

David Rousseau
Pharmacien propriétaire
Affilié à : familiprix
433, rue St-Denis, St-Alexandre-d'Iberville
450 376-2322

Heures d'ouverture
Lundi au mercredi 9h à 18h
Jeudi et vendredi 9h à 19h
Samedi 9h à 17h

GROS REBUTS

COMMENT S'EN DÉPARTIR?

Il existe 2 types de gros rebuts : ceux qui sont valorisables et ceux qui ne le sont pas.

VALORISABLES

- Meubles en bois, mélamine, plastique ou rotin
- Articles en métal
- Téléviseurs et appareils informatiques
- Matériaux de construction
- Toilettes et lavabos
- Tables
- Miroirs

Doivent être apportés dans un écocentre.

Consultez compo.qc.ca/ecocentres pour les horaires et le fonctionnement de nos sites.

NON VALORISABLES

- Chaises d'ordinateurs
- Divans, fauteuils, poufs
- Matelas, sommiers
- Tapis*
- Toiles de plastique, de vinyle ou de piscine*

** Ces articles doivent être coupés, roulés et attachés en rouleaux de 1 m de long et de 20 cm de diamètre.*

Collectés une fois par mois

Repérez cette icône pour vos dates de collecte dans votre calendrier!

Réduire, c'est agir!

Au cours des prochaines semaines, nous procéderons à l'annonce de quelques activités reliées à la réduction des déchets. Surveillez nos actualités!

LeFlambeau

est à la recherche d'une personne pouvant s'impliquer dans la recherche de commanditaires pour la prochaine saison.

Pour informations : Daniel 514 831-7885

INFORMAXIO

Aller de l'avant
en images et en créativité

Infographie
pour tous vos projets
d'impression et multimédias

Tracy Boulerice
tboulerice@informaxio.com
450 523-1742

ACE

QUINCAILLERIE JPJ

477, Saint-Denis St-Alexandre J0J 1S0
Tél. : 450-346-5457

HORAIRE RÉGULIER
LUNDI 8H00@18H00
MARDI 8H00@18H00
MERCREDI 8H00@18H00
JEUDI 8H00@18H00
VENDREDI 8H00@18H00
SAMEDI 9H00@17H00

MINI SERRES 36 OU 72 CELLULES
$7.99 OU $14.99

Purina

LES PRODUITS

McKENZIE

SONT DE RETOUR

DE $1.89
À $4.99

$ 3.98 ch. **$ 3.99 ch.**

LA SAISON DES PLANTS DE TOMATE ET CONCOMBRE ARRIVE À GRAND PAS;
RÉSERVEZ VOS PLANTS D'AVANCE EN COMMUNIQUANT AVEC NOUS !

$ 4.49/ 10 kg
$ 5.49/ 20 kg

Comment protéger du froid les chats errants

Durant la période hivernale, les températures peuvent descendre vraiment bas et très rapidement. Ces conditions extrêmes peuvent rendre le quotidien et la survie des chats errants difficiles.

Vous avez aperçu un minou autour de chez vous ?
Vous souhaitez l'aider et lui apporter chaleur et sécurité pendant l'hiver ?

Voici quelques étapes pour vous permettre de construire facilement un bon abri (et pour pas cher!) :

1. Choisissez deux grands bacs en plastique de taille différente pour les emboîter l'un dans l'autre. Par exemple : 40L et 68L.
2. Utilisez les bons matériaux pour isoler votre abri : du styromousse (polystyrène) ou de la paille (important de ne pas utiliser de foin car ça garde l'humidité).
3. Faites une petite ouverture de 6 pouces : pas plus grande que la taille des moustaches et placée sur le côté de l'abri (pas au milieu car le froid entrerait partout).
4. Vous pouvez ajouter une couverture de polar dans le fond de l'abri.
5. Placez votre abri dehors de façon à ce qu'il soit dans un endroit tranquille et reculé.
6. Surélevez votre abri et placez-le sur des bouts de bois. Ceci afin d'éviter que la neige ou l'eau ne rentre et pour mieux conserver la chaleur.
7. Pensez à mettre du poids sur l'abri comme une planche ou des pierres. Pendant les jours de tempête, il sera stable et ne s'envolera pas.

Voici une vidéo qui vous montre comment faire :
https ://youtu.be/QH41_6czrmY

A) Couper des panneaux d'isolant aux mesures intérieures des bacs.

B) Faire un trou de 6 pouces de large max. sur les deux bacs et l'isolant (pas au centre).

C) Insérer l'isolant dans le grand bac.

D) Insérer le petit bac et la couverture.

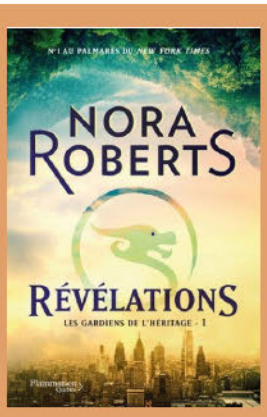
E) Isoler le dessus du petit bac.

F) Refermer les bacs.

G) Sceller les fentes avec du ruban adhésif rouge.

Les gardiens de l'héritage, 1 : Révélations[1]

Nora Roberts



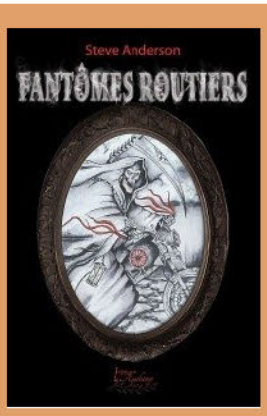
Un monde parallèle de magie, d'aventure et de passion dans une trilogie qui fait voyager par-delà les frontières.

Petite fille, Breen Kelly adorait les univers lumineux que son père inventait pour elle. Malheureusement, il est parti et elle a dû apprendre à la dure, s'endetter er devenir une jeune adulte responsable : professeur sans rêves dans un collège de Philadelphie. Sa vie bascule lorsqu'elle découvre que son père ne l'a pas abandonnée et qu'une fortune considérable dort dans un compte à son nom. Pour percer le secret de ses origines, Breen s'envole vers l'Irlande avec son meilleur ami, Marco. Ce voyage à la découverte d'elle-même lui ouvre la porte d'un univers peuplé de dragons, de fées et de nouvelles personnes à aimer. La terre de ses ancêtres ravive les songes qu'elle étouffait et fait écho à la voix de cet inconnu qui martèle sans cesse dans sa tête : « Rentre à la maison, Breen Siobhan. » Aura-t-elle le courage d'embrasser son véritable pouvoir et de suivre son cœur qui la guide vers un destin puissant et dangereux ?

Phénomène éditorial, NORA ROBERTS occupe depuis des années le haut des palmarès du « New York Times » avec quelque 230 romans vendus à plus de 500 millions d'exemplaires partout dans le monde. Chaque fois, le charme de ses histoires fait mouche et elle parvient, mieux que personne, à mêler le réel et la fantaisie, l'action et les sentiments

Fantômes routiers[1]

Steve Anderson



Lorsqu'Antoine entre dans le carrosse d'Andra la Romanichelle, diseuse de bonne aventure d'un cirque itinérant, il est loin de se douter que sa vie en sera marquée à jamais.

Entretemps, Eissal le démon provoquera un accident macabre dans une lugubre maison qui aura des répercussions sur l'avenir de la jeune Isabelle et scellera son destin.

Des phénomènes étranges inspirent la légende des fantômes routiers. Entités éthérées qui apparaissent le long des routes pour apeurer et sauver les conducteurs qui sont sur le point de s'endormir au volant et d'effectuer une sortie de route fatale.

Kevin qui voit son père Antoine dépérir comme une étoile morte dont la lumière s'éteint lentement dans la distance entre les astres. Père tourmenté par des fantômes routiers qui le menacent de représailles s'il ose retirer un cadre insolite posé sur un des murs de son bar.

Une moto spectrale qui apparaît subitement sonnant le glas et cette étrange roue rouge à seize rayons peinte sur son réservoir à essence qui semble aspirer la mort dans son sillon.

Qui sont les gens du voyage ?

Auteur québécois dont les thèmes de prédilection sont la fantaisie, la science-fiction et l'horreur, Steve Anderson a été chanteur grunge début vingtaine, se hissant même avec son groupe « North Pole » dans les palmarès des radios universitaires du Québec à l'automne 1996. Bien qu'il puisse chanter, sa voie demeure l'écriture : textes de chansons, articles de journaux étudiants, nouvelles littéraires et romans. Ses études collégiales en arts et lettres ont rapidement confirmé sa passion pour la littérature, la musique et le cinéma. Steve Anderson habite Marieville.

[1] Quatrième de couverture

À LA BIBLIOTHÈQUE

par **Réjean Messier**

MERCI D'UTILISER NOTRE BOÎTE DE RETOUR DE VOLUMES…

Située à l'avant du gymnase de l'école, tout près de la bibliothèque, celle-ci attend vos retours !

Cependant, nous serions très heureux que vous preniez le soin d'**insérer vos volumes dans un sac que vous attacherez solidement**… cela évitera qu'en tombant dans la boîte, le(s) volume(s) s'ouvre(nt) et se brise(nt) lorsque d'autres volumes seront déposés par la suite. Les grands vents de l'hiver peuvent laisser de la neige se faufiler à l'intérieur… il serait désolant que nos volumes soient abîmés par notre belle neige blanche… Sac protecteur et un peu d'attention à ce que la porte soit bien fermée avant votre départ nous assurerons que nos volumes seront bien protégés des intempéries ! Merci à tous ceux et celles qui ont déjà pris ces bonnes habitudes !

AVEZ-VOUS VISITÉ VOS CROQUE-LIVRES DERNIÈREMENT ?

Même en hiver, ils vous attendent pour partager leurs trésors !

VOICI QUELQUES NOUVEAUX TITRES ACQUIS AU COURS DES DERNIÈRES SEMAINES…

DOCUMENTAIRES :

Livre offensant, Le	Nantel, Guy
Maraîchage nordique, Le	Fortier, Jean-Martin
Marquer le temps : Entre profane et sacré…	Crête, Stéphane

ROMANS :

Chronique des Bridgerton, La. HC : Des années plus tard	Quinn, Julia
Délivrée (Tabou, 60)	Jérôme, Roxane
En eaux dangereuses	Leon, Donna
Fantômes routiers	Anderson, Steve

BANDES DESSINÉES ADO/ADULTES ET OUVRAGES JEUNESSE :

1, 2, 3, crotte alors !	Collet, Géraldine
C'est pour qui ?	Escoffier, Michael
Chenille qui fait des trous, La	Carle, Eric

PENSÉE DU MOIS

« Lire, c'est ouvrir sa porte au monde et ne plus jamais la refermer. »

— Gilles Vigneault
Poète, auteur-compositeur-interprète et ambassadeur de la Fondation Lire pour réussir.

Bonnes réflexions et bonnes lectures !

Heures d'ouverture :
Mercredi : 18 h 30 à 20 h 30 | Samedi : 10 h 30 à 12 h

450 347-1376 poste 2640
biblio@saint-alexandre.ca | regard.csdhr.qc.ca

FÉVRIER 2022

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
		1 R	2 18 h 00 à 19 h 30	3	4	5 10 h 00 à 12 h 00
6	7	8 D	9 18 h 00 à 19 h 30	10	11 C	12 10 h 00 à 12 h 00
13 Messe 9 h *	14	15 R	16 18 h 00 à 19 h 30	17	18	19 10 h 00 à 12 h 00
20	21	22 D	23 18 h 00 à 19 h 30	24	25 C	26 10 h 00 à 12 h 00
27 Messe 9 h *	28					

Messe — Déchets — Récupération — Compostage — Gros rebus — Bibliothèque

*Veuillez suivre les nouvelles de la Santé publique pour savoir si les messes sont annulées ou pas.

Carole Mercier
(514) 244-4749
Courtier Immobilier Agrée
Un courtier de chez nous!

Accès Immobilier+

Vous voulez VENDRE

Pour vendre en toute confiance
Pour obtenir le meilleur prix pour votre propriété
Pour un service professionnel
Pour être bien conseillé

Faites comme Maryse, Myriam, Francine, Alain, Réal, Huguette, Diane, Lucie, Yves, Émilie, Jeanne, Bernard...
Contactez moi !

ESTIMATION DE A VALEUR MARCHANDE GRATUITE
sans obligations de votre part !

EFFILOCHÉ DE POULET BBQ

- 1 lb de poulet non cuit
- au goût assaisonnement poudre de chili
- 500 ml de sauce BBQ
- 1 conserve haricots noirs rincés et égouttés
- 1 conserve de maïs en grains rincé et égoutté
- 2 c. à soupe d'huile de cameline ou autre
- 2 tasses de riz cuit blanc
- Salsa au goût (facultatif)

1. Couper en lanières le poulet et assaisonner de chaque côté de poudre de chili, faire revenir dans un chaudron avec l'huile;
2. Bien mélanger pour faire cuire de chaque côté avec une cuillère de bois;
3. Lorsque presque cuit, à l'aide de votre cuillère, défaire le poulet en morceaux (faire effilocher);
4. Lorsque cela est fait, ajouter 2 tasses de sauce BBQ de votre choix, les haricots et le maïs en grains. Laisser mijoter 20 minutes en brassant de temps à autre, le liquide va être absorbé par les ingrédients dans le chaudron;
5. Pour servir mettre du riz dans un bol et disposer l'effiloché de poulet dessus. À votre discrétion vous pouvez ajouter de la salsa.

Photo : Tracy Boulerice

Nathalie Audette
450.741.1313
Professeur de piano, éveil musical, arrangements musicaux, pianiste pour accompagnement, musique d'ensemble, corporatifs, évènements, concerts.
n_audette@hotmail.com

LES SABLES SURPRENANT
520, rang Sainte-Marie, Saint-Alexandre
450 542-0717 • lessablessurprenant@gmail.com

ENVIRO-SEPTIQUE, Q-2, r.22
(Requis pour le système TSA)
Sable filtrant
Sable MG-112 (classe A)
Sable de remplissage,
Terre végétale
Sable CG-14 – Sable à béton
Roches (provenant du tamisage)
Nos produits sont certifiés en laboratoire.
Parlez-en à votre conseiller en environnement.

LA FABRIQUE EN MARCHE

par **Jacqueline C. Patenaude**

CAMPAGNE DE FINANCEMENT CHAUFFAGE

Chers(es) paroissiens(nes)

À chaque année, l'hiver nous apporte son temps froid. Nous vous sollicitons encore une fois afin de nous aider à défrayer les dépenses de chauffage de notre église et presbytère. Avec les coûts qui augmentent continuellement, il n'est pas toujours facile de payer les factures.

Comme paroissiens(nes) de St-Alexandre, nous avons tous ensemble la responsabilité de maintenir en bon état l'église et le presbytère qui font partie de notre patrimoine, chefs-d'œuvre légués par nos prédécesseurs; parents, grands-parents et amis.

C'est la raison pour laquelle la Fabrique de St-Alexandre sollicite encore une fois votre appui à cette campagne de financement par un don à la mesure de vos moyens.

Voici la suggestion qui a été avancée : si chaque famille qui le peut, donne 20$ par mois pour les 6 mois de l'hiver, totalisant 120 $, nous pourrons ensemble atteindre notre objectif.

Nous vous demandons de partager cette responsabilité avec nous. Ensemble nous réussirons.

Vous pouvez communiquer avec un des marguilliers(ères), qui se feront un plaisir de recueillir votre don. Un reçu pour fin d'impôt vous sera émis pour ce don.

Encore une fois un gros MERCI pour votre grande générosité.

Alain Pinard, président : 514 443-4749
Danielle Clément, v.p. : 450 347-7990
Jacqueline C. Patenaude, sec. : 450 357-9234
Paul Boucher : 450 347-7990
Gotthard Neeser : 450 346-3317
Jean-Guy St-Germain : 450 347-8710
Jacques Surprenant : 450 296-4466

CHIC BAZAR ALEXANDRIN

Vos dons sont acceptés

Le Chic Bazar a un besoin urgent en ce moment de tous vos articles, en bon état, que vous n'avez plus de besoins. Nous voulons donner une deuxième vie à tous ces dons.

Nous n'acceptons plus aucun vêtement et chaussures, ni les gros meubles.

On se donne rendez-vous au presbytère de Saint-Alexandre (447 rue Saint-Denis) le samedi 14 mai 2022 de 9 h à 16 h et dimanche 15 mai 2022 de 10 h à 16 h.

Pour toute question, veuillez communiquer avec Berthe Cadieux 450 346-5910, Lyne Bouthillette 514 743-8089 ou Christiane Mercier 450-346-4112. Au plaisir de vous y voir.

De toute l'équipe du Chic Bazar Alexandrin, Berthe Cadieux.

CLUB DE L'ÂGE D'OR

par **Lise Rousseau**

Carte de membre :

Pour le renouvellemement de votre carte Fadoq vous recevrez un avis par la poste, c'est à vous de faire parvenir le paiement et le renouvellement à la Fadoq.

Pour un nouveau membre contactez Lise Rousseau au 450 358-1029
Prix de la carte 25 $ par an.

ACTIVITÉS

Toutes nos activités sont sur pause jusqu'à nouvel ordre de la Santé publique.

Lise Rousseau prés.
Tél. 450 358-1029

AD-TECH ÉLECTRIQUE inc.

ENTREPRENEUR ÉLECTRICIEN
RÉSIDENTIEL - COMMERCIAL - AGRICOLE

AD TECH
R.B.Q. 8110 2220-51

Tél. (450) 347-2999

Antonio Di Pisa, Président

1818, rue St-Gérard, Saint-Alexandre (Québec) J0J 1S0
Téléc.: (450) 347-8922 - Courriel: info@ad-tech.ca

BFrégeau

À VOTRE SERVICE DEPUIS 1946

DÉSAMIANTAGE
DÉCONSTRUCTION
DÉMOLITION

Nous avons des équipes spécialisées pour effectuer des travaux tels que **désamiantage, enlèvement de vermiculite, démolition et déconstruction sélective.**

Nous travaillons dans les secteurs résidentiels, institutionnels et commerciaux.

B. FRÉGEAU et Fils inc.
402, rue Saint-Denis
Saint-Alexandre
450 346.3487

RBQ : 1470-9091-33

BFREGEAU.COM

Une succursale et un service offert près de chez vous

Qu'il soit question de relève, de croissance, d'achat d'équipement ou de quota, nos experts spécialisés en agriculture présents à Saint-Alexandre sont en mesure de comprendre vos besoins.

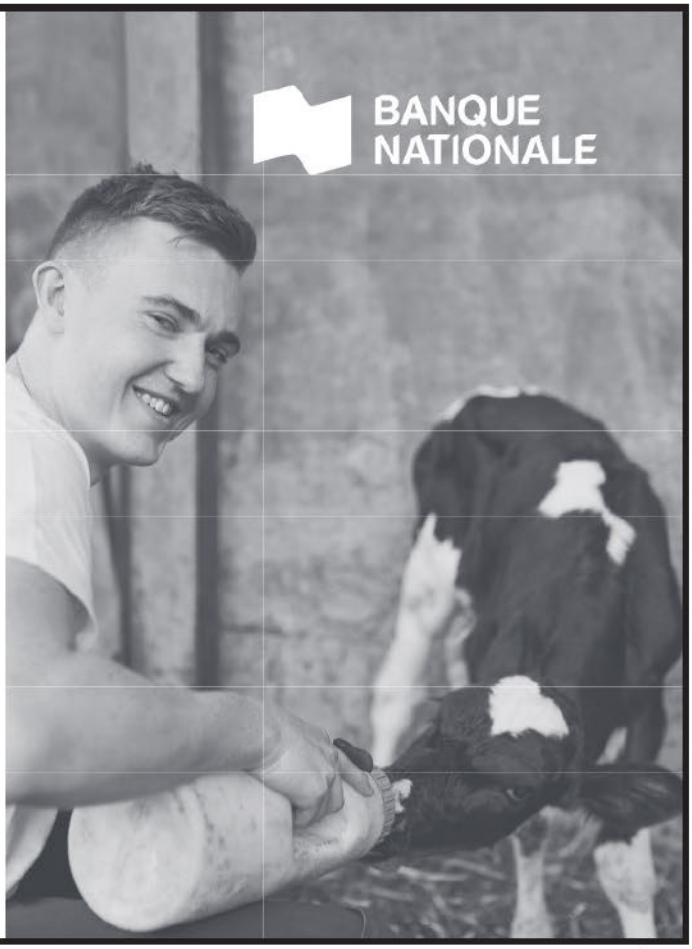
Agro-industrie Montérégie Ouest

> **Stéphane Danré**, agr.
450 347-4022 | stephane.danre@bnc.ca

> **Marc Boulanger**
450 347-4342 | marc.boulanger@bnc.ca

433A, rue Saint-Denis, Saint-Alexandre
450 346-3182 | Succursale.04432@bnc.ca

bnc.ca/agricole



Les équipements de ferme
Pierre Bonneau inc.
514 444-3737

Achat et vente d'équipement agricole

104, INDUSTRIELLE ST-ALEXANDRE J0J 1S0 TÉL : 450-346-9998

METEOR COTECH RedMax Ariens HONDA MOTEURS

GRAND CHOIX DE GÉNÉRATRICE DUCAR

MASCHIO WALLENSTEIN MKMARTIN HE-VA HORST WAGONS HLA ATTACHMENTS

Pourquoi se battre contre vents et marées?

Appelez-nous !

DÉNEIGEMENT ALEX LAFLEUR

Résidentiel et commercial
Possibilité de contrat annuel
Estimation gratuite

Service rapide et courtois 24h/24 • 7jrs/7
Garantie de la propreté sur votre pelouse

514 269-6793

alex.lafleur79@gmail.com