

LE JASEUR DE SAINT-SAMUEL

ÉDITION DÉCEMBRE 2023 - JANVIER 2024



- Message de la Municipalité
 - Guignolée, jeux d'eau, déneigement et souhaits
- Nomination au prix Hommage bénévolat-Québec 2024
- Cours de Tabata au centre multifonctionnel
- Transport collectif dans la MRCA : ajout du service Transiflex
- Bibliothèque: livres de Noël et tirage des fêtes
- Chronique animalière : quoi savoir avant d'adopter un chien
- Des nouvelles de l'école Centrale
- Où consulter (un message du CIUSSS MCQ)
- Dessin de Noël

Message de la Municipalité

GUIGNOLÉE 2023 : Nous prenons un moment pour remercier du fond du cœur tous les citoyens et les entreprises qui, une fois de plus, ont fait preuve d'une grande générosité pour la guignolée. Bien que la Municipalité s'implique pour faciliter la gestion des dons monétaires, Guylaine Leblanc est entièrement autonome dans la création des paniers. Nous la remercions pour cette implication qui la garde bien occupée en novembre et en décembre. Elle est également la seule à être en contact avec les familles. Ainsi, les demandes d'aide alimentaires sont entièrement confidentielles. Merci Guylaine et bravo pour ton implication cette année encore. Merci également aux personnes qui s'impliquent avec toi. Les gens comme vous rendent notre communauté un endroit meilleur où vivre.

JEUX D'EAU : Nous sommes heureux d'annoncer que le contrat pour les jeux d'eau a été octroyé lors du dernier conseil municipal. Ce projet tant attendu qui devait être réalisé en 2023 a dû être reporté d'un an, mais il sera bien réalisé. Le début des travaux est planifié en mai, et la livraison finale est prévue pour la mi-juin, soit juste à temps pour en profiter tout l'été. Le jeu a été planifié de manière à pouvoir évoluer, ce qui veut dire que des structures pourront être ajoutées ou changées avec le temps. Comme prévu, le jeu sera situé sur le terrain des loisirs entre l'école et la garderie. Majoritairement financée par le Programme de soutien aux infrastructures sportives et récréatives de petite envergure (PSISRPE), cette première infrastructure au terrain des loisirs sera un bel ajout pour la garderie, pour le camp de jour et pour quiconque souhaite s'amuser ou se rafraichir pendant les chaleurs estivales.

DÉNEIGEMENT: Voici certains rappels afin de nous aider à bien entretenir les chemins cet hiver.

1. Stationnement:

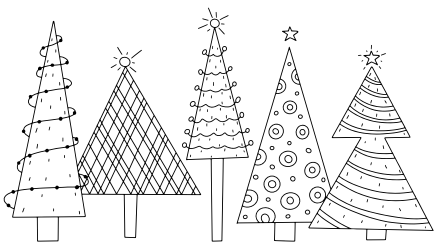
- Ne vous stationnez pas dans la rue lorsqu'il y a des possibilités d'opérations de déneigement ou d'épandage d'abrasif.
- Le déneigement s'effectuant principalement entre 2h et 7h du matin, ne vous stationnez jamais dans la rue la nuit.

2. Bacs de matières résiduelles :

- Lors des journées de collecte, mettez vos bacs dans votre entrée, et non dans la rue.
- Après la collecte, déplacez vos bacs dès que possible.

3. Demandes, plaintes et commentaires:

- Pour toute demande, prière de communiquer avec nous au 819-353-1242 ou d'écrire dans la section prévue à cet effet sur le site Web de la Municipalité (saint-samuel.ca).
- Pour des raisons de sécurité, n'arrêtez jamais un déneigeur qui travaille.



À l'approche des fêtes, nous tenons à souhaiter une belle fin d'année 2023 à tous les Samueloises et Samuelois. Nous espérons que vous pourrez prendre du temps en famille et aussi vous reposer. Nous vous souhaitons également une belle année 2024. Que la joie et la santé soient au rendez-vous!

Un grand merci

CANDIDATURE AU PRIX HOMMAGE BÉNÉVOLAT-QUÉBEC 2024

NOMINATION DE MADAME PIERRETTE DOUCET

Chaque année, plusieurs bénévoles donnent généreusement de leur temps pour notre communauté. Fort conscients de l'importance et de l'impact du bénévolat, nous souhaitons prendre le temps de reconnaître l'implication des bénévoles.

Cette année, le conseil municipal a décidé de soumettre la candidature de Pierrette Doucet au prix Hommage bénévolat-Québec 2024. Depuis maintenant plusieurs années, Pierrette est coordonnatrice de la bibliothèque, un travail qu'elle effectue sans rémunération. Elle s'implique aussi dans le comité des loisirs pour l'organisation, la planification et le déroulement de divers événements municipaux. Finalement, elle anime le cours viactive. En plus de promouvoir l'activité physique, cette activité inclusive permet de briser l'isolement chez les personnes de plus de 50 ans.



Pierrette, tu es une personne généreuse et inspirante. Nous te remercions du fond du cœur pour tout le temps et l'énergie que tu donnes à ta communauté semaine après semaine, et nous te souhaitons sincèrement d'être sélectionnée pour cette reconnaissance grandement méritée.



L'action bénévole, présente partout
Imaginez nos communautés sans bénévoles


Carrefour
d'entraide bénévole
des Bois-Francs
Je bénévol♥le

Implique-toi !



Communiqué de la Sûreté du Québec

IGLOO MOBILE

Un Igloo mobile est un véhicule complètement enneigé qui circule sur les routes. Un pare-brise partiellement nettoyé ne suffit pas, même pour parcourir de courtes distances. Il est important d'enlever la neige de toutes les surfaces vitrées, du toit, du capot et des phares du véhicule. Votre visibilité ainsi que celle de ceux qui vous suivent seront ainsi améliorées. La Sûreté du Québec tient aussi à rappeler quelques conseils de sécurité lors des conduites hivernales.

Une fois engagé sur la chaussée, il est important de vous méfier des conditions routières souvent incertaines. La chaussée glacée ou enneigée n'offre presque pas de résistance au freinage ou au dérapage. Il est donc nécessaire d'adapter votre vitesse selon l'état des routes. Pour minimiser les risques de collisions, il est essentiel de maintenir une distance prudente et raisonnable avec le véhicule qui vous précède. Également, n'immobilisez pas votre voiture en bordure des routes principales de manière à rendre une signalisation inefficace ou à entraver la circulation.

Lors d'une tempête de neige, ne prenez pas votre véhicule à moins que cela soit absolument nécessaire. Gardez en tout temps votre réservoir d'essence rempli au moins à la moitié afin d'éviter une panne d'essence lors d'une tempête. Il est important de prévoir, à l'intérieur de votre voiture, une trousse de secours et des couvertures pour vous réchauffer en cas de besoin.

La Sûreté du Québec vous rappelle d'être prudent sur les routes et d'adapter votre conduite selon les conditions météorologiques!



Nicolas Houle, Sergent
Coordonnateur local en police communautaire
MRC Arthabaska
Sûreté du Québec
Bureau : 819-752-4545
www.sq.gouv.qc.ca



CHRONIQUE « CITATIONS SAVOUREUSES »

Voici quelques citations cocasses de style «perronisme» qui ont été compilées et proposées par monsieur René Bergeron pour vous faire sourire:

- Elle n'a pas la langue dans sa sacoche;
- Le Canadien est très loin de l'auberge;
- Il se démène comme un poisson dans l'eau bénite;
- Il est en train de creuser les poignées de sa tombe;
- On l'attend sur un piano d'argent;
- Ça ne donne rien de se tirer une balle dans la tête et de le regretter le lendemain;
- On va régler ça en un tour de reins.



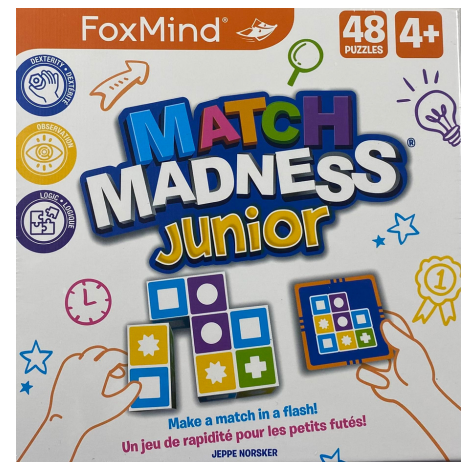
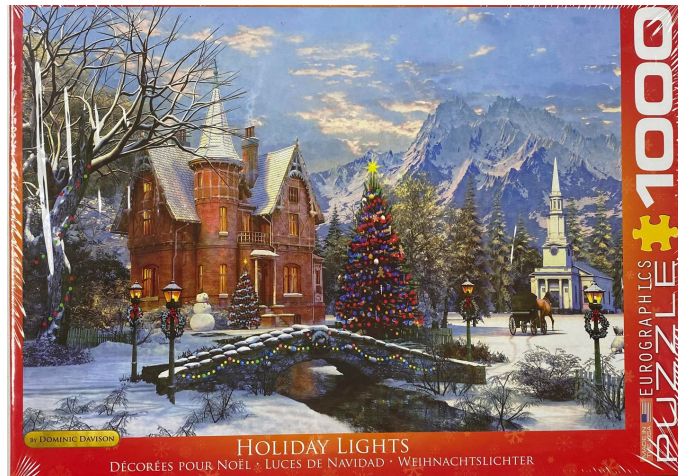
Bibliothèque

LIVRES POUR ENFANTS ET TIRAGE DES FÊTES

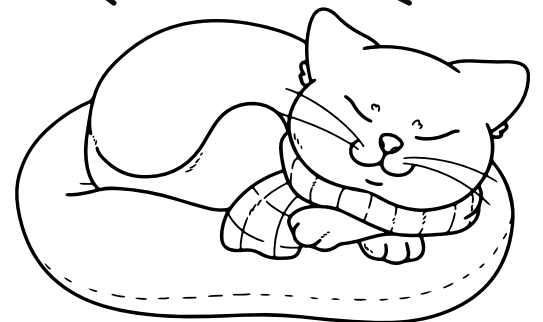
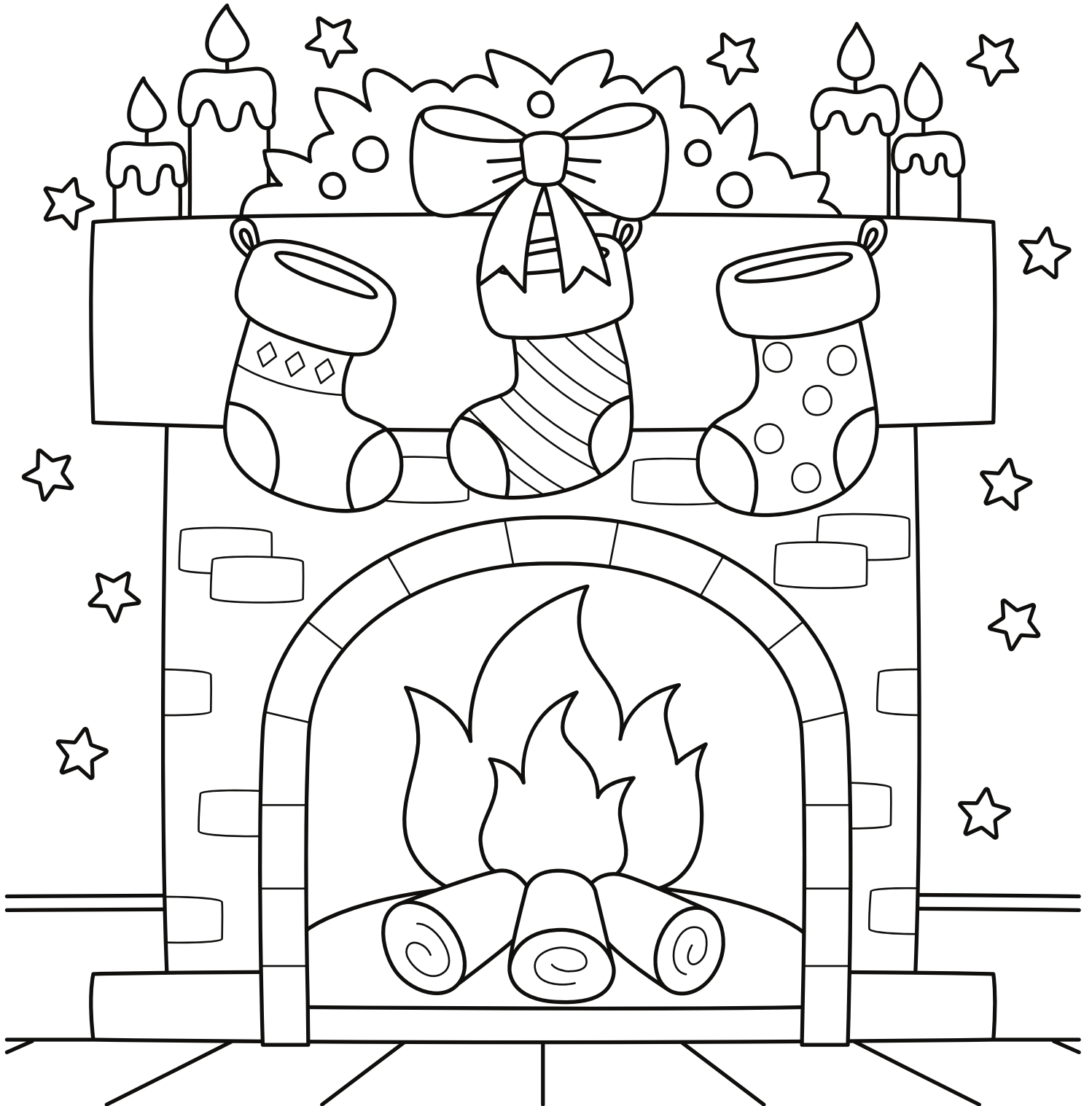
Jusqu'au 20 décembre, chaque visite à la bibliothèque vous donne une chance de participer au tirage des fêtes. Profitez-en pour venir découvrir nos nouveaux livres pour enfants. Il reste même quelques livres de Noël!



À gagner: le jeu Match Madness junior pour s'amuser en famille, un casse tête de 1000 morceaux pour d'agréables moments pendant le congé de Noël, une carte cadeau Buropro Citation pour se gâter, et une boîte de chocolat à partager (ou pas!).



Joyeuses fêtes



Des nouvelles de l'école Centrale

Bonjour,

Chaque matin on fait une marche dans le village. Les élèves de 4e font des projets personnels. Les filles ont décidé d'écrire une histoire pour la présenter aux élèves qui sont en maternelle et les garçons font un jeu vidéo. Lundi 6 novembre, il y a eu une grève le matin.



Pour le retour de Mme Valérie, dans la classe de 3e et 4e, nous avons décoré la classe avec des flocons et des banderoles.

À l'école, nous devons emballer nos demandes. Pour les emballer, par exemple, nous disons s'il vous plaît ou merci.



Dans les classes de l'école, il y a déjà des décorations de Noël. De plus, pour être dans l'ambiance, nous lisons des albums du temps des fêtes, nous écoutons de la musique et nous fabriquons des arts. Dans la classe de maternelle, ils font des lutins, dans la classe de 1re et 2e, ils font un Père-Noël et en 3e et 4e nous faisons des sapins.

Nous espérons que Biscuit, notre lutin, va revenir cette année pour nous jouer des tours.



L'école vous souhaite un beau temps des fêtes.

Joyeux Noël!

Maïlie Lampron et Malcom Arseneault



Association des
**PROCHES
AIDANTS**
Arthabaska - Érable



JEUNE
PROCHE
AIDANCE

Un nouveau service offert pour les
jeunes de 12 à 35 ans qui prennent soin
d'une personne proche.

#jesuisprocheaidante
#jesuisprocheaidant

COMMUNIQUEZ AVEC NOUS
jeunesse@prochesaidants.com
(819) 795-3577

Nouveau!

COURS DE SPORT ET TRANSPORT COLLECTIF

COURS DE TABATA

Quand on veut que les choses bougent, il faut faire bouger les choses! C'est ce qu'on fait deux citoyennes qui ont tellement aimé leur cours de Tabata à Sainte-Clotilde qu'elles ont souhaité en créer un ici à Saint-Samuel.

Le Tabata est une méthode d'entraînement par intervalles dont l'intensité et les mouvements peuvent être adaptés à la condition de chacun.

Rendez-vous sur le site Web de la Municipalité à l'adresse saint-samuel.ca ou passez au bureau pour avoir le formulaire d'inscription.

Bravo aux initiatrices du projet, et une excellente session à tous !



Nouveau cour d'entraînement :

Tabata

Mercredi soir de 19h à 19h45

- Au centre multifonctionnel de St-Samuel
- S'adapte à tous les âges ! De débutant à expert
- 90 \$ pour 8 semaines, dès le 10 janvier

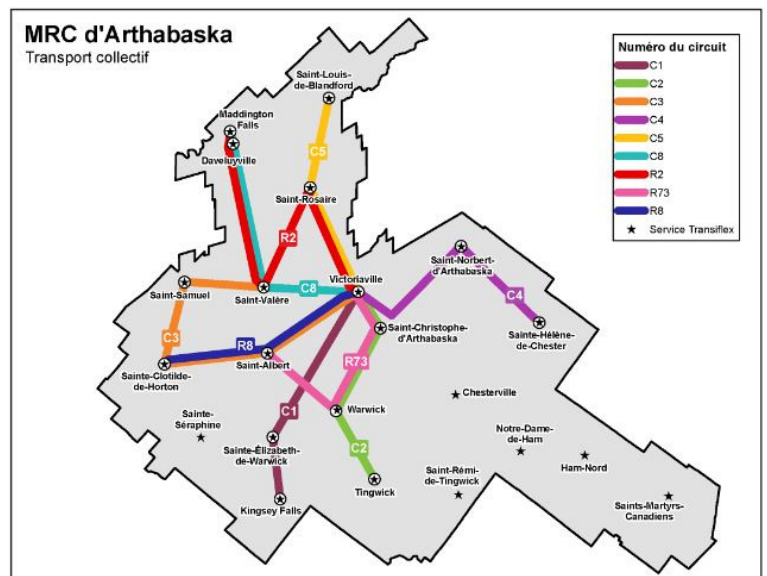
Cours seront donnés par Camille Kinésiologue de Cynergie. Pour vous inscrire, remplir le formulaire sur la page de la municipalité ou au bureau municipal et envoyer à Cynthia Laroche 819-352-5481 cynergie.kin@gmail.com

TRANSPORT COLLECTIF

Le service de transport collectif de la MRC d'Arthabaska s'adapte en ajoutant le service **TRANSIFLEX** qui permet un transport en dehors des circuits préétablis.


Devenez membre gratuitement en appelant au 819-758-6868, puis réservez un transport en appelant ou en textant au même numéro au plus tard à midi la veille du déplacement souhaité.

Si ce service vous intéresse, nous vous invitons à visiter le site municar.ca ou à communiquer directement avec le service par téléphone.



muniCAR

J'EMBARQUE!



NOUVEAU SERVICE

TRANSIFLEX

Dès le 15 janvier 2024

TRANSPORT COLLECTIF

ADAPTÉ À VOS BESOINS

- emploi • éducation • santé
- loisirs • emplettes • etc...

22 MUNICIPALITÉS

1 TERRITOIRE

MRC d'Arthabaska

QR code: municar.ca | 819 758-6868



SOINS INFIRMIERS À DOMICILE

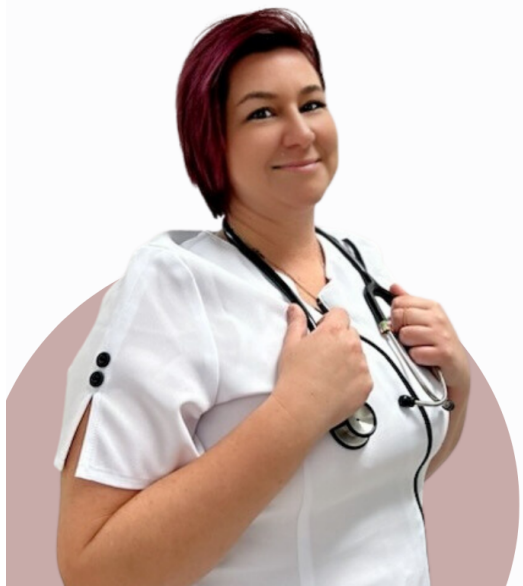
Services professionnels et personnalisés adaptés à vos besoins.

Soins Infirmiers Mobile est dévoué au bien-être et à la santé de la population.

Cette entreprise vous propose une gamme étendue de services, comprenant la prise de sang, l'accompagnement à domicile ou aux rendez-vous médicaux, les soins de plaies, les soins palliatifs, et bien d'autres encore.

MIREILLE INFIRMIÈRE
AUXILIAIRE

Secteur Centre-du-Québec
514-942-3268



Présent pour vous!



Des services pour favoriser le maintien à domicile, disponibles sur l'ensemble du territoire de la MRC d'Arthabaska.

Popote congelée • Audiothèque

Travailleur de milieu auprès des aînés

Accompagnement-transport

Et bien plus!

Envie de vous impliquer?

Appelez-nous : 819 758-4188

Visitez-nous : cebboisfrancs.org



Chronique animalière

ADOPTER UN CHIEN, C'EST UN PENSEZ-Y BIEN!

Nous nous sommes demandé par où commencer la nouvelle chronique animalière. Après réflexion, nous avons décidé de commencer par le début, soit **la décision d'accueillir un compagnon canin dans notre vie**. Nous croyons que si tout le monde se posait les bonnes questions, il y aurait beaucoup moins d'abandons. Voici un article sur les choses à savoir avant d'adopter un chien. Il a été tiré du site Web d'EVERLAND Petfood et il a été légèrement écourté.

1 – Adopter un chien est une responsabilité sur le long terme

Un chien peut vivre d'une dizaine à une quinzaine d'années. Votre situation actuelle vous permet-elle d'accueillir un chien dans de bonnes conditions ? Vos projets sont-ils compatibles avec l'adoption d'un chiot ou d'un chien ? Essayez de vous projeter dans l'avenir avant de vous offrir un nouvel animal de compagnie. Vous devrez être capable d'assumer votre compagnon dans le futur, peu importe les changements qui surviendront.

Risquezt-vous de déménager?

2 – Toute la famille doit être d'accord

Un chien demande de l'attention de la part de tous les membres de votre foyer. Loin d'être aussi discret qu'un chat, qu'un rongeur ou qu'un poisson, il vous sollicitera tout au long de la journée et parfois de la nuit. Un chien est dépendant de ses maîtres : il doit être nourri, promené, câliné, soigné... Si l'un des membres de votre famille ne veut pas de chien, mieux vaut renoncer à adopter.

3 – Vous devrez sans doute repenser votre mode de vie

Partir en vacances sur un coup de tête relève de l'impossible lorsqu'on a un chien. Il faut faire garder son chien par quelqu'un de confiance ou choisir une destination où il est possible d'emmener son chien. Vous devrez en effet prévoir de le sortir quand il doit faire ses besoins (vous ne déciderez plus vraiment de l'heure à laquelle vous vous levez le matin), de lui accorder suffisamment de promenades et de temps de jeu dans la journée, et de le nourrir à heures fixes.

4 – Adopter un chien peut coûter cher

Adopter un chien peut coûter cher, surtout si c'est un chien de grande race. Vous devrez prévoir un budget pour l'adoption, la nourriture (vous devez offrir une alimentation de qualité adaptée à l'âge, à la race et aux besoins du chien), les jouets, les soins (la vaccination, la stérilisation et l'identification de votre compagnon représentent un certain coût. Vous devez aussi prévoir que votre chien peut être malade ou se blesser, ce qui augmente les coûts). Finalement, ajoutons la garde pendant vos absences si vous devez faire garder votre chien ou le mettre en pension.

Environ 45 000\$ pour 14 ans selon Protégez-vous ! *

5 – Vous devrez être patient

Vous devrez vous armer de patience, et ce que vous adoptiez un chiot, un chien ou un vieux chien. Votre nouvel animal de compagnie risque en effet d'être déstabilisé à son arrivée dans son nouveau foyer. Il lui faudra le temps de prendre ses marques. Pendant cette période, les petites – ou grosses – bêtises sont fréquentes. Pensez également que si vous adoptez un chiot, vous devrez absolument TOUT lui apprendre.

Les besoins de la race sont-ils compatibles avec votre style de vie?

6 – Un chien a besoin de se dépenser

Tout chien, quelle que soit sa race, a besoin de se dépenser. Notez toutefois que certaines races sont plus calmes et moins demandeuses que d'autres. Votre compagnon a aussi besoin de sortir hors de votre domicile pour socialiser, découvrir de nouvelles odeurs et explorer de nouveaux lieux. C'est indispensable pour son bien-être et son équilibre.

7 – Le toilettage

Les griffes doivent être coupées environ une fois par mois, et certaines races doivent être toilettées régulièrement. Vous devez donc inclure le toilettage dans votre budget prévisionnel, surtout si vous possédez un chien à poils longs ou frisés.

8 – Il doit être éduqué

Tous les chiens n'apprennent pas au même rythme et certaines races sont plus difficiles à dresser que d'autres. Adopter un chien vous demandera de la **patience** et de la **rigueur**. Un chien qui n'est pas propre, agressif avec les membres de la famille ou les autres chiens, désobéissant, fugueur ou trop brutal **peut vite devenir invivable**. Gardez en tête que vous devrez peut-être vous faire aider d'un professionnel canin pour éduquer votre compagnon. Encore une fois, cela demande du temps... Et de l'argent!



Chronique animalière

ADOPTER UN CHIEN, C'EST UN PENSEZ-Y BIEN!

Si vous hésitez, vous pouvez commencer par prendre un chien en famille d'accueil, ça vous donnera une bonne idée de la réalité quotidienne que ça implique avant de vous engager pour plusieurs années. Si vous souhaitez adopter un animal, faites vos recherches pour vous assurer que **l'âge et la race de chien** que vous choisirez seront compatibles avec votre style de vie et votre réalité familiale. Nous vous laissons sur un texte d'Elsa Weiss, bergère et éducatrice canine, qui vous invite à prendre en compte la génétique des chiens avant de les adopter plutôt que leur reprocher leurs comportements.

Je suis un chien du 21ème siècle

Je suis un Malinois.

Surdoué parmi les chiens, je brille dans toutes les disciplines et je suis toujours prêt à travailler. Aujourd'hui, on me demande de me prélasser sur le canapé toute la journée.

Je suis un Akita Inu.

Chien de chasse hors pair, mes ancêtres ont aussi été employés pour les combats de chiens. Aujourd'hui, on me demande d'être tolérant avec mes congénères, et on me reproche ma réactivité quand l'un d'eux s'approche de moi.

Je suis un Beagle.

Quand je poursuivais ma proie, je donnais de la voix pour que les chasseurs puissent me suivre. Je menais la danse. Aujourd'hui, on me met un collier électrique pour que je me taise, et on voudrait que je revienne au rappel en un claquement de doigts.

Je suis un Yorkshire Terrier.

J'étais un redoutable chasseur de rats dans les mines anglaises. Aujourd'hui, on pense que je ne suis pas capable de me servir de mes pattes et on me garde toujours dans les bras.

Je suis un Labrador Retriever.

Ma vision du bonheur, c'est un plongeon dans un étang pour ramener à mon maître le canard qu'il vient de tirer. Aujourd'hui, on a oublié que j'étais un chien de sport, je suis obèse et je dois jouer la nounou des enfants.

Je suis un Jack Russel.

Je suis capable de tenir tête à un renard plus gros que moi dans son propre terrier. Aujourd'hui, on me reproche mon fichu caractère et on voudrait faire de moi un chien de manchon.

Je suis un Husky Sibérien.

J'ai connu les grands espaces du nord de la Russie où je pouvais tracter des traîneaux à une vitesse impressionnante. Aujourd'hui, je n'ai pour seul horizon que les murs du jardin, et pour seule occupation les trous que je creuse dans le sol.

Je suis un Border Collie.

Je suis fait pour travailler huit heures par jour, et je suis un artiste incomparable du travail au troupeau. Aujourd'hui, on m'en veut parce que, faute de brebis, j'essaie de contrôler les vélos, les voitures, les enfants de la maison, et tout ce qui est en mouvement.

Je suis un chien du 21e siècle. Si je te plais, si tu rêves de moi depuis toujours, si mes beaux yeux azur ou mon look d'athlète te font envie, mais que tu ne peux pas m'offrir une vraie vie de chien, une vie qui vaut vraiment la peine d'être vécue, et si tu ne peux pas me proposer le travail que réclament mes gènes, alors renonce à moi. Si mon allure te plaît mais tu n'es pas prêt à accepter mes traits de caractère issus d'une sélection génétique rigoureuse, et que tu penses pouvoir les changer avec ta seule bonne volonté, alors renonce à moi. Je suis un chien du 21e siècle, oui. Mais, tapi au fond de moi sommeille encore celui qui combattait, celui qui chassait, celui qui tirait des traîneaux, celui qui guidait un troupeau. Et, tôt ou tard, il s'éveillera. Pour le meilleur ou pour le pire.



Texte d'Elsa Weiss

Où consulter

pour votre santé et celle de vos enfants



Vous êtes préoccupé par votre santé?

Info-Santé

Une **infirmière** peut répondre à vos questions concernant votre santé ou celle de vos enfants.

Un appel permet souvent d'éviter de se rendre inutilement à la clinique ou à l'urgence.

Disponible 24 h/24
811, option 1

Pharmacien

- Infections/réactions de la peau
- Allergies saisonnières
- Symptômes urinaires ou vaginaux
- Suivi de diabète
- Renouvellement de certains médicaments

Consultez votre pharmacie habituelle

Points de services locaux

Vaccination

COVID-19, virus respiratoires, vaccins pour les enfants 4 ans et plus et adultes.

Dépistage

Tests rapides pour la COVID-19 et autres types de dépistages.



Numériser ici pour consulter la liste des points de services

ciusssmcq.ca/vaccination

Professionnels spécialisés

Optométriste

Changement de vision inexpliqué.

Physiothérapeute

Maux de dos, entorses, étourdissements, problèmes de développement moteur chez l'enfant.

Dentiste

Accident, douleur aux dents.

Consultez un professionnel près de chez vous

Vous avez un problème non urgent?

CLSC

Soins infirmiers courants

Soins, évaluation et surveillance de plaies; retrait de sutures ou agrafes; soins de stomie.



Numériser ici pour consulter la liste des CLSC

ciusssmcq.ca/clsc

Cliniques médicales et GMF

Si vous avez un médecin de famille

- Prenez rendez-vous pour un problème de santé qui dure depuis un certain temps ou une urgence mineure.
- Des plages horaires pour des urgences mineures sont offertes par chaque clinique.



Numériser ici pour consulter la liste des cliniques et des GMF

ciusssmcq.ca/cliniquemedicale

Options si vous n'avez pas de médecin de famille

Guichet d'accès à la première ligne (GAP)

Votre condition sera évaluée et vous serez dirigé vers le professionnel approprié.



Numériser ici pour accéder au guichet (GAP) 811, option 3

Rendez-vous santé Québec (RVSQ)

Prenez rendez-vous dans l'une des cliniques médicales sans rendez-vous.

RVSQ.gouv.qc.ca

Services d'aide psychosociale



Info-Social

Pour discuter avec un professionnel concernant une situation difficile

- Anxiété
- Violence conjugale
- Problème de consommation (alcool et drogue)
- Idées suicidaires
- Problèmes familiaux

Disponible 24 h/24
811, option 2

CLSC

Obtenez des services psychosociaux pour des problèmes qui persistent

- Détresse
- Crises d'anxiété fréquentes
- Difficulté à surmonter votre quotidien
- Idées suicidaires



Numérisez ici pour accéder à la page web du CLSC

ciusssmq.ca/clsc

Autres ressources

Signalement DPJ

1 800 567-8520

Pour signaler un enfant ou une famille en difficulté

Centre de prévention du suicide

1 866 APPELLE (277-3553)

www.suicide.ca

Ligne Aide Abus Aînés

1 888 489-2287

www.aideabusaines.ca

SOS Violence conjugale

1 800 363-9010

www.sosviolenceconjugale.ca/fr

Jeunesse et Familles / Tel-Jeunes

1 800 263-2266 (téléphone - 7 h à 2 h)

1 514 600-1002 (texto - 8 h à 22 h 30)

www.teljeunes.com/Accueil

Autres ressources / Interligne

ÉcoÉcoute active et réalités LGBT
Téléphone, clavardage, texto, courriel
www.interligne.com

Ligne Parents

1 800 361- 5085

Parent Québec

Pour parler de tout à tout moment
www.ligneparents/LigneParents

Ligne d'écoute espoir

Pour tous les peuples autochtones du Canada
1 855 242-3310

Info-aide violence sexuelle

1 888 933-9007

www.infoaideviolencesexuelle.ca

Dépendance et toxicomanie

Drogues : aide et référence
1 800 265-2626
www.aidedrogue.ca

Anorexie et Boulimie Québec

1 800 630-0907

anebquebec.com

Service InfoDiabète

1 800 361-3504

www.diabete.qc.ca

Votre vie est en danger ou vous avez besoin de soins immédiats?

Il est important de se rendre à l'urgence si vous présentez les signes et symptômes suivants :

- Douleur à la poitrine
- Difficulté respiratoire
- Forte douleur abdominale
- Symptômes neurologiques (AVC, convulsions, somnolence anormale, confusion)
- Traumatismes tels qu'une fracture ou une commotion cérébrale importante

Bébé de 3 mois et moins avec une température rectale égale ou supérieure à 38 degrés



Urgence

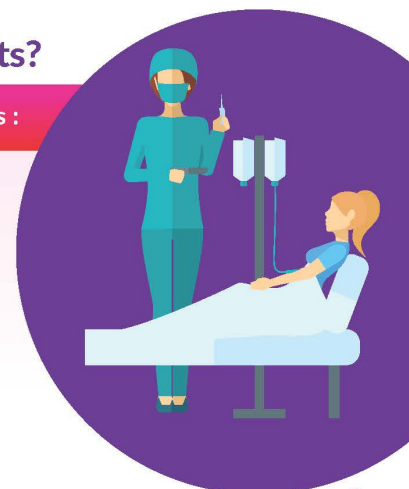
Rendez-vous à l'hôpital le plus près de votre domicile ou

téléphonez au 911.

Centre Antipoison du Québec 1 800 453-5060



English version / Versión en español
ciusssmq.ca/ouconsulter



Janvier 2024

DIMANCHE
Heureuse
nouvelle année!

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
1	Bureau municipal et bibliothèque fermés					
2	Bureau municipal et bibliothèque fermés					
3	Bureau municipal et bibliothèque fermés					
4	Bureau municipal et bibliothèque fermés					
5	Bureau municipal et bibliothèque fermés					
6	Bureau municipal et bibliothèque fermés					
7	8	9	10	11	12	13
		Soirée sportive 18h30	 15h30 à 19h Tabata 19h (centre multi) *			 9h à 12h
14	15	16	17	18	19	20
		Soirée sportive 18h30	 15h30 à 19h Tabata 19h (centre multi)	 		 9h à 12h
21	22	23	24	25	26	27
		Soirée sportive 18h30	 15h30 à 19h Tabata 19h (centre multi)			 9h à 12h
28	29	30	31			
		Soirée sportive 18h30	 15h30 à 19h Tabata 19h (centre multi)			

Restez à l'affût!
Tirage à venir à la bibliothèque
en février!

* Inscription requise auprès de Gynergie pour le cours de Tabata

December 2023

DIMANCHE

LUNDI









MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

3	4	5	6	7	8	9	
		Soirée sportive 18h30	BIBLIO 15h30 à 19h			BIBLIO 9h à 12h	
10	11	12	13	14	15	16	
		19h Conseil Bienvenue à tous 	BIBLIO 15h30 à 19h			9h à 12h BIBLIO 	
17	18	19	20	21	22	23	
		Soirée sportive 18h30 	BIBLIO 15h30 à 19h 	 			
24	25	26	27	28	29	30	
	Joyeux Noël! 						
31	Bureau municipal et bibliothèque fermés						

Puitbec

Forage de puits à St-Samuel depuis 1947

819 758-6468

Expertise

Professionnalisme

Service

Sutton

alliance inc.
Agence immobilière

DANY CHABOT

Courtier immobilier résidentiel et commercial

Cell. : 819 244-9598
danychabot@sutton.com



**POUR MIEUX
PLANIFIER, BUDGÉTER
ET CONSOMMER!**

L'association coopérative d'économie familiale (ACEF) des Bois-Francis est un organisme communautaire d'éducation populaire autonome, d'information, d'aide et de défense des droits des consommateurs.

**COFFRAGE
MCDONALD INC.**

819 224-1804

RÉSIDENTIEL - COMMERCIAL - AGRICOLE

RBQ - 2322-6749-27

Isabelle Groleau
Technicienne informatique

*Service à domicile
ou à l'atelier*

OrdiPro Solutions IG



170 Rue Notre-Dame
St-Samuel, G0Z 1G0

Cell: 819-806-1108

ordiprosolutions@gmail.com



Un seul numéro: 819-353-1242

Pour joindre:

- Le bureau municipal
- Le garage municipal
- La bibliothèque

info@saint-samuel.ca