

Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de la Mauricie-etdu-Centre-du-Québec

Ouébec

Bien chez soi

**CONSULTEZ NOTRE** 

# COFFRe a OUTILS

pour aider les parents et les enfants



## Vie de famille

GESTION DES ÉMOTIONS ANXIÉTÉ TDAH

**60 OUVRAGES** 

Histoires, exercices & ouvrages de références

Sélectionnés par les intervenants jeunesse du CLSC Suzor-Coté

DANS UNE

# **BIBLIOTHÈQUE**

près de chez vous

**DE LA MRC D'ARTHABASKA** 

# L'écho de la vallée

Notre-Dame-de-Ham

Septembre 2025

Mot de la municipalité

De la part de votre équipe municipale, bonne rentrée à tous!

Séance du Conseil municipal – 8 septembre 2025

La prochaine séance aura lieu le lundi 8 septembre à 19 h 30.

🐾 Rappel amical aux propriétaires de chiens

Merci de garder votre chien en laisse en tout temps, pour la sécurité et le confort de tous.

Plus de détails en page 5.

🖶 La municipalité recrute pour l'élection municipale

Les élections approchent en novembre, et nous sommes à la recherche de personnes pour joindre l'équipe électorale.

Détails en page 7.

🎉 Des activités pour tous cet automne!

Une foule d'activités vous attend : ABC mécanique - Conférence Zéro déchet - Atelier de reprisage - Journal créatif - Retour de l'heure du conte - Mini gym pour les jeunes

Plus de détails dans les pages suivantes de ce journal!

Changement au sein de l'équipe municipale

La municipalité tient à remercier Camille O'Byrne et Mélina Dupras-Rossier pour leur précieuse contribution à titre de chargées de projet. Leur engagement a été grandement apprécié.

Nous souhaitons également la bienvenue à Hélène Gallant-Roberge, nouvelle adjointe à la direction et chargée de projet.

# Sommaire

| Sommaire et liste des activités du mois d'août                       | P. 1    |
|--|---------|
| Annonces de la FADOQ   | P. 2    |
| Retour des activités de la bibliothèque                              | P. 3    |
| Activité mini gym et fin des jeudis sportifs                         | P. 4    |
| Rappel amical / Aide aux devoirs et trousses "Démystifier le stress" | P. 5    |
| Lancement du projet - La Grande Réduction                            |         |
| Élection municipale  |         |
| La séance ordinaire du conseil municipal                             |         |
| Calendrier du mois   | P. 9-10 |
| Rendez -vous avec le maire / Horaire du bureau municipal             | P. 11   |
| Horaire de la pharmacie de Ham-Nord                                  | P. 12   |
| ABC Mécanique avec Patrick Pépin                                     | P. 13   |
| Conférence Zéro gaspi  | P. 14   |
| Atelier de Reprisage   | P. 15   |
| Atelier de journal créatif   |         |
| Programme Accès loisirs  |         |
| Mot du député Sébastien Schneeberger                                 | P. 18   |
| Ouvrages sur le bien-être dans votre bibliothèque                    |         |

# Les activités du mois de septembre

| I3 septembre ABC Mécanique avec Patrick Pépin | P. 13 |
|---|-------|
| 7 septembre Heure du conte                    | P. 3  |
| 26 septembre Activité Mini gym                | P. 4  |
| 27 septembre Conférence Zéro gaspi            | P. 14 |
| 4 octobre Atelier de reprisage                | P.15  |
| 8 septembre Atelier journal créatif           | P. 16 |
|   |       |

Mot du député à l'effet de toutes les municipalités de Drummond-Bois-Francs, dans le cadre de la fin de l'été et de la rentrée parlementaire

Sébastien Schneeberger

Bonjour à tous les résidents de Drummond-Bois-Francs!

J'espère que vous avez eu l'occasion de profiter du bel été qui se termine sous peu. Il m'a fait grand plaisir de vous croiser un peu partout dans la région, à pied, à vélo, dans un commerce ou lors d'un événement.

Cet été, j'ai notamment eu la chance d'inaugurer une usine de traitement des eaux à Drummondville, et d'annoncer un investissement majeur pour une même usine à Warwick. J'ai aussi participé à l'inauguration d'un CPE, de deux cliniques IPS, d'une piscine publique, et de donner mon appui financier à la réfection d'une COOP. Avant tout, les derniers mois m'ont permis d'aller à votre rencontre ainsi qu'à celle de vos administrations municipales, et de vous recevoir à mon bureau afin de trouver des pistes de solution à vos enjeux.

Les travaux de l'Assemblée nationale reprendront le 16 septembre prochain, alors que j'aurai déjà repris mes travaux en commission parlementaire à titre de Président de la Commission de l'aménagement du territoire. La fin de la saison estivale rime avec opportunité : celle de faire bouger les choses, ici comme à Québec!

N'hésitez pas à me contacter, mon équipe et moi sauront vous accompagner. Je vous souhaite un excellent début d'automne.

Salutations, Sébastien Schneeberger







## C'EST QUOI?

Des loisirs accessibles gratuitement aux personnes de 0 à 99 ans vivant en situation de faible revenu

## **COMMENT?**

Accès aux places vacantes des cours offerts par la municipalité et ses partenaires

## **ADMISSIBILITÉ**

\*Résider dans l'une des municipalités suivantes :

Daveluyville
Ham-Nord
Notre-Dame-de-Ham
St-Albert
St-Christophe-d'Arthabaska
St-Louis-de-Blandford
St-Rosaire
St-Samuel,
Ste-Hélène-de-Chester,
Sts-Martyrs-Canadiens,
Victoriaville

Avoir un revenu total inférieur ou égal au revenu mentionné :

| Famille             | Revenu avant impôt |
|---------------------|--------------------|
| 1 personne          | 31 264 \$          |
| 2 personnes         | 38 922 \$          |
| 3 personnes         | 47 851 \$          |
| 4 personnes         | 58 096 \$          |
| 5 personnes         | 65 892 \$          |
| 6 personnes         | 74 315 \$          |
| 7 personnes et plus | 82 739 \$          |

## Pensez à apporter :

- . Votre preuve de résidence
- Votre preuve de revenu (avis de cotisation, ou preuve de prestations d'aide sociale)

Vous n'avez pas votre avis de cotisation ? Appelez Revenu Québec au 1 800 267-6299



## **COURS GRATUITS**

## PÉRIODE D'INSCRIPTION\*

Du 9 au 12 septembre 2025

Centre communautaire d'Arthabaska

Hélène Vézina 819 751-4636 poste #1 735, boul. Des Bois-Francs Sud

Helene.vezina@victoriaville.ca

\*Les cours offerts seront dévoilés lors de la journée d'inscription seulement. Les places sont limitées.







(MRC d-Arthabask

vic.to/accesloisirs 819 751-4636 poste #1

# **Annonces de la FADOQ**

# Reprise et fin d'activités 🎉

L'automne approche, et avec lui quelques changements dans notre programmation!

## **Fin des activités estivales**

\_Merci à toutes et à tous pour votre belle participation cet été!

- **Pickleball** : La dernière soirée aura lieu le mardi 23 septembre à 18h30, derrière le garage municipal.
- Pour participer : contactez Éthel au 819-460-5939
- **© Pétanque :** Rendez-vous pour la dernière partie le mercredi 24 septembre à 19h, au terrain habituel (au parc).

## Retour de nos activités intérieures

- **3 Billard**: De retour tous les mercredis à 13h, dès le 17 septembre, au centre communautaire.

Venez nombreux pour jouer, discuter et passer un bon moment ensemble!

7





## ENVIE DE DÉCOUVRIR OU D'APPROFONDIR LA PRATIQUE DU JOURNAL CRÉATIF? CET ATELIER EST POUR VOUS!

Le Journal Créatif est un outil ludique et facile à utiliser qui allie le collage, l'écriture et le dessin spontané. La combinaison de ces différents éléments est magique car elle permet l'accès à l'inconscient, favorisant ainsi une forme d'expression plus libre et authentique.

On peut utiliser le Journal Créatif pour différents usages : s'accompagner au jour le jour, marquer des événements importants, faire des bilans de vie, prendre du recul face à des situations difficiles, tout cela en images, en mots et en couleurs.

L'atelier comprend un temps de discussion et un temps de partage

Différents médiums seront mis à votre disposition

Aucune habileté artistique n'est requise, vous serez guidés tout au long du processus.

Matériel inclus sauf le cahier à croquis

Au plaisir de vous rencontrer

Ginette Paiement, Animatrice en ressourcement créatif



# 18 oct. de 10h à 16h 🐧 10\$ par pers.



Apportez votre lunch



Salle communautaire, 25 rue de l'Église, Notre-Dame-de-Ham



**Inscriptions obligatoire** places limitée inscription@notre-dame-de-ham.ca

# Atelier de reprisage –

Donnez une seconde vie à vos vêtements

Animé par Marie-Claude Garneau, propriétaire, designer de mode et artiste textile (Mgarno par M – l'atelier de couture), cet atelier vous initiera à l'art de réparer vos vêtements de façon originale et durable.

Participez à un atelier de couture à la main

Le 4 octobre



Salle communautaire de Notre-Dame-de-Ham (25, rue de l'Église).

Dans une ambiance conviviale et accessible à tous, vous apprendrez à :

- · réaliser un ourlet décoratif,
- camoufler une tache ou réparer un trou,
- embellir vos vêtements de façon créative.

#### Horaire des ateliers :

- Débutants: 9 h 00
- Expérimentés: 13 h 00

Chaque participant doit apporter un ou deux vêtements à réparer. Tout le matériel nécessaire sera fourni sur place.

L'atelier est ouvert à tous – jeunes et moins jeunes – à condition de pouvoir manier une aiguille. Les enfants doivent être accompagnés d'un parent.

Coût: 5 \$ par participant Inscription obligatoire à : inscription@notre-dame-de-ham.ca

Les places sont limitées. Bienvenue à tous ceux et celles qui souhaitent apprendre à coudre tout en donnant une nouvelle vie à leur garde-robe.



# C'EST LE RETOUR DE L'



#### 18h45 à 20h45

Activité du local des jeunes à la salle communautaire (25 rue de l'église, Notre-Dame-de-Ham)

#### ....

Activités gratuites et ouvertes à tous \*

- Jeux de parcours
- Kit de gymnastique
- · Installation de tapis
- Kit de cirque et plus encore

Les enfants de 5 ans et moins doivent venir accompagnés d'un adulte

VENEZ VOUS AMUSER !!!









vendredi









## Fin des Jeudis Sportifs

Merci à toutes et à tous pour votre participation cet été!

La saison est maintenant terminée, et il n'y aura

malheureusement pas de reprise l'an prochain.

Ce fut un plaisir de vous voir bouger, jouer et partager de

beaux moments ensemble.

Merci pour votre énergie et votre enthousiasme!







# RAPPEL AMICAL

#### Nous avons de nombreuses plaintes de chiens qui se promènent librement

Même si votre chien est le plus mignon et qu'il est très gentil, tous les gens n'aiment pas la présence de chiens inconnus sur leur terrain.



### Vos obligations!

14.1 Il est interdit pour le gardien d'un animal de compagnie de tolérer que son animal soit errant.

14.2 Un animal de compagnie est errant lorsqu'il n'est pas accompagné d'une personne capable de le maîtriser et qu'il n'est pas sur le terrain de son gardien.

21.2 Tout chien doit être constamment tenu au moyen d'une laisse.



#### Amende possible

Diverses amendes peuvent être émises aux personnes contrevenantes du règlement 439. Pour consulter les détails du règlement: https://www.notre-dame-de-ham.ca/reglements/



#### Pour porter plainte:

La SPAA est mandatée pour appliquer le règlement municipal. Appelez au 819 758-4444 ou utilisez le formulaire en lignehttps://spaavic.com/servicesofferts/traitement-de-plaintes#cliquez-ici-pour-afficher-le-formulaire





## 1. Retour de l'aide aux devoirs – Septembre 2025

L'aide aux devoirs est de retour pour les jeunes de 5 ans et plus. Les rencontres auront lieu les mercredis suivants : **10 septembre, 17** septembre, 24 septembre et 1er octobre, de 18 h 30 à 20 h, à la salle communautaire.

L'inscription est obligatoire, les places sont limitées. Chaque enfant inscrit recevra une trousse d'aide aux devoirs. Pour inscrire votre enfant : inscription@notre-dame-de-ham.ca

## 2. Trousse "Démystifier les stress" - Quantité limitée

Il reste quelques trousses à distribuer pour les enfants et les adultes de la municipalité. Pour en faire la demande, écrivez-nous à:inscription@notre-dame-de-ham.ca





# **Conférence gratuite:** Le Zéro Gaspi - Pour réduire sa facture d'épicerie

Animée par Florence-Léa Siry, cette conférence vous apprendra à faire l'épicerie à petit prix et à cuisiner sans gaspiller. Vous découvrirez des astuces simples pour maximiser vos aliments. réduire les pertes et économiser temps et argent, sans vous priver.

## À propos de Florence-Léa Siry

Spécialiste du gaspillage alimentaire, elle sensibilise le public à de meilleures habitudes de consommation. Auteure de 7 livres et formatrice reconnue, elle partage son expertise avec dynamisme dans les médias et au sein d'organisations.



Service d'entraide des Hauts Reliefs 484, rue du Curé Charles Lemire, Ham-Nord (G0P 1A0)

Inscription obligatoire par courriel: inscription@notredame-de-ham.ca

Gratuit









# **SAMEDI 13 SEPTEMBRE 2025**

DE 10H À MIDI | 5\$ - INSCRIPTION OBLIGATOIRE

DEHORS À CÔTÉ DU CENTRE COMMUNAUTAIRE S'IL FAIT BEAU OU AU GARAGE MUNICIPAL S'IL PLEUT

Dans le cadre des projets La grande réduction et Mémoire vivante, participez à un atelier de mécanique de base animé par Patrick Pépin. Apprenez à changer une roue de secours, vérifier les niveaux d'huile et reconnaître les signes d'un bris important. Profitez-en aussi pour partager vos anecdotes ou savoir-faire en mécanique dans le cadre de la création d'un recueil mettant en valeur les récits de nos aînés.

Inscription à : inscription@notre-dame-de-ham.ca

#### Notre-Dame-de-Ham lance La Grande Réduction

Un vent de changement souffle sur Notre-Dame-de-Ham avec le lancement officiel de La Grande Réduction, un projet pilote ambitieux visant à améliorer la gestion des déchets au sien de la communauté.

Porté par le Comité de développement de Notre-Dame-de-Ham, ce projet est réalisé grâce au Fonds régions et ruralité (Aide à des projets locaux de vitalisation) du ministère des Affaires municipales et de l'Habitation. Une somme maximale de 48 510 \$ a été réservée à cet effet. La Grande Réduction mobilise les citoyens autour d'actions concrètes pour réduire le volume des poubelles, encourager la réutilisation et mieux trier à la source.

Parmi les mesures phares du projet :

- La réalisation d'un portrait des besoins en matière de gestion des déchets à l'échelle locale;
- La mise en place d'un point de collecte municipal pour certains déchets particuliers (volumineux, électroniques, textiles, dangereux, etc.);
- L'organisation d'ateliers de réparation et de réutilisation accessibles à tous;
- · La tenue de journées de troc thématiques, favorisant l'échange d'objets du quotidien.

Les citoyennes et citoyens des villages avoisinants seront invités à participer aux activités, en particulier aux ateliers et journées de troc.

En parallèle, le Comité de développement invite les organismes municipaux et communautaires à joindre le mouvement en intégrant des pratiques écoresponsables lors de leurs événements (ex. : vaisselle réutilisable, tri sur place, minimisation des déchets).

Ce projet, qui prendra fin en février 2028, permettra de dresser un portrait détaillé des enjeux locaux et de poser les bases d'actions collectives durables en matière de gestion des déchets.

"Je suis heureuse que notre gouvernement soutienne ce projet porteur grâce à l'entente de vitalisation conclue avec la Municipalité. La gestion des déchets, c'est quelque chose de très concret et qui touche tout le monde. Cette initiative peut certainement contribuer à améliorer la qualité de vie de la population de Notre-Dame-de-Ham et des environs, tout en favorisant la protection de l'environnement. Bravo à la Municipalité pour son engagement et sa proactivité", déclare Andrée Laforest, ministre des Affaires municipales et ministre responsable de la région du Saguenay-Lac-Saint-Jean.

Pour en savoir plus ou pour vous impliquer : projets@notre-dame-de-ham.ca.



Vidéo réalisée par les jeunes du camp de jour dans le cadre du projet "La Grande Réduction"

https://vimeo.com/1110377113

# Élection municipale Date: 2 novembre 2025 Votre municipalité recrute!

## Plusieurs postes sont disponibles.

- ✓ Réviseure ou réviseur 3 postes
- Agente réviseure ou agent réviseur
- ✓ Secrétaire 1 poste
- ✓ Scrutatrice ou scrutateur 1 poste
- Secrétaire du bureau de vote
- Membre de la table de vérification de l'identité de l'électeur 1 poste
- Préposée ou préposé à l'information et au maintien de l'ordre (PRIMO)
- Aide-PRIMO
- Préposée ou préposé à l'accueil
- Responsable de l'accessibilité

Pour obtenir plus de renseignements ou pour postuler, communiquez avec le bureau de la présidente ou du président d'élection.

Adresse : 25 rue de l'Église, Notre-Dame-de-Ham

Teléphone : 819 344-5806



# Pharmacie Steve Roy inc - Ham-Nord

Affiliée à :



# HORAIRE DES PROCHAINS CONGÉS Septembre-Octobre 2025

En septembre:

Samedi 30 août : FERMÉ

Dimanche 31 août : FERMÉ (comme d'habitude)

Lundi 1<sup>er</sup> septembre : FERMÉ (fête du travail)

Retour à l'horaire normal – Mardi 2 septembre

En octobre:

Lundi 13 octobre : FERMÉ (action de grâces)

Retour à l'horaire normal - Mardi 14 octobre

Vendredi 24 octobre : FERMÉ Samedi 25 octobre : FERMÉ

Dimanche 26 octobre : FERMÉ (comme d'habitude)
Retour à l'horaire normal – Lundi 27 octobre

Soyez assurés que nous prendrons les dispositions nécessaires pour minimiser l'impact de ces congés sur vos habitudes. N'hésitez pas à nous contacter.

> Merci de votre compréhension. Pharmacie Steve Roy inc.

> > 12

## RENDEZ-VOUS AVEC LE MAIRE

Mardi le 9 septembre 2025 de 9h à 16h

Rencontrez M. Serge Tremblay:

- Pour discuter de problématiques;
- Pour proposer des projets.

Vous devez prendre rendez-vous auprès de Geneviève Boutin

819 344-5806 dg@notre-dame-deham.ca



## Municipalité de Notre-Damede-Ham

25 rue de l'église

Direction: Geneviève Boutin

Heures d'ouverture: Lundi au jeudi 9h à midi et 13h à 16h

dg@notre-dame-de-ham.ca Téléphone: 819-344-5806

#### Horaire du service à la clientèle

## Bureau municipal de Notre-Dame-de-Ham

Heures d'ouverture :

Lundi au jeudi : 9h à midi et de 13h à 16h

| Lundi            | Mardi            | Mercredi         | Jeudi            |
|------------------|------------------|------------------|------------------|
| 1er septembre    | 2 septembre      | 3 septembre      | 4 septembre      |
| Bureau fermé     | Horaire régulier | Horaire régulier | Horaire régulier |
| 8 septembre      | 9 septembre      | 10 septembre     | 11 septembre     |
| Horaire régulier | Horaire régulier | Ouverture à 10h  | Fermeture à midi |
| 15 septembre     | 16 septembre     | 17 septembre     | 18 septembre     |
| Horaire régulier | Horaire régulier | Horaire régulier | Horaire régulier |
| 22 septembre     | 23 septembre     | 24 septembre     | 25 septembre     |
| Horaire régulier | Horaire régulier | Ouverture à 10h  | Fermeture à 15h  |
| 29 septembre     | 30 septembre     | 1er octobre      | 2 octobre        |
| Horaire régulier | Horaire régulier | Horaire régulier | Horaire régulier |



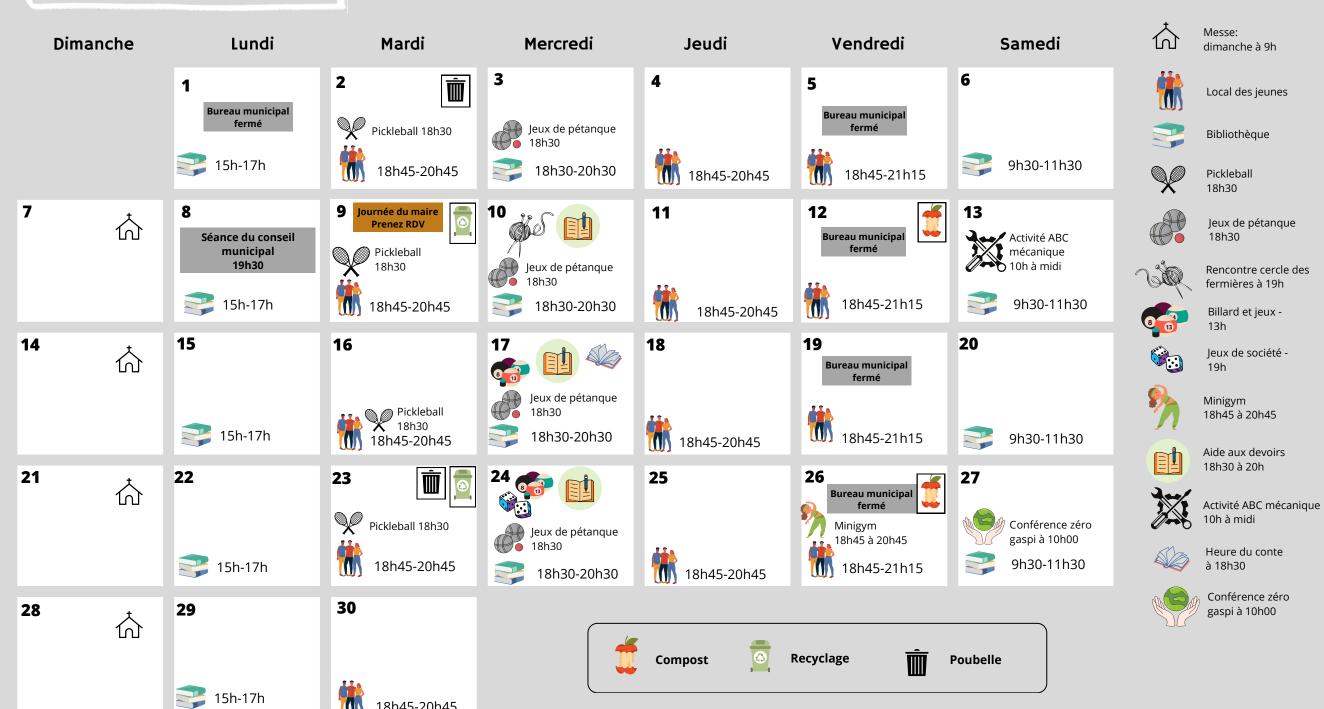
## Projet d'ordre du jour

Avis de convocation pour la séance ordinaire du conseil municipal, qui se tiendra 8 septembre 2025 **à 19h30**, au centre communautaire de Notre-Dame-de-Ham.

## Projet d'ordre du jour

- Ouverture de la séance et vérification du quorum
- Adoption de l'ordre du jour
- Adoption du procès-verbal de la séance ordinaire 4 août 2025
- Adoption des comptes à payer
- Dépôt des comptes relatifs à la délégation de pouvoir de la direction générale
- Dépôt confirmation paiement déduction à la source
- Période de questions sur les comptes
- Rapport des élus
- Résolution octroie contrat achat tracteur
- Résolution rapport final PAVL-député
- Résolution embauche chargée de projets
- Résolution modification 2<sup>e</sup> signataire administratif et accès D
- Résolution octroie mandat Techni-Consultant, PRIMEAU
- Résolution octroie déneigement chemins privés
- Résolution panier nouveaux arrivants
- Résolution fonds infrastructures alimentaires locales
- 17. Résolution Programme Nouveaux Horizons
- Varia
- Correspondances diverses
- Période de questions
- Clôture et levée de la séance

# Septembre 2025



10

18h45-20h45