



Une nouvelle image

Et plus d'informations pour vous!

Avec le mois de septembre vient la rentrée scolaire et, afin de souligner le retour de nos jeunes à l'école, je suis heureux de vous présenter la nouvelle version de votre journal L'Éclaireur.

Vous avez été nombreux à me mentionner l'importance de cet outil de communication, tout en déplorant son manque de « personnalité ». Comme vous le constatez, vos commentaires ont été entendus. Voici donc la nouvelle version de L'Éclaireur dans une présentation qui se veut à la fois agréable, accessible et ayant un contenu répondant à votre besoin d'information.

De plus, il en coûtera moins cher pour chacune de ses parutions à la suite du rapatriement de l'impression au bureau municipal. Finalement, je remercie chaleureusement madame France Boucher de Galia Communications pour le travail accompli dans le renouvellement de notre bulletin municipal.

Sécurité routière

Qui dit rentrée scolaire, dit aussi sécurité routière. Comme vous le savez, la **sécurité des piétons, des cyclistes et des automobilistes** sur nos routes est une priorité pour le Conseil municipal.

En ce sens, le Conseil a décidé de réduire la vitesse maximale sur plusieurs rues de la Municipalité. Cette mesure importante s'inscrit dans une volonté de garantir un milieu sécuritaire pour tous et de favoriser un partage des voies de circulation de façon harmonieuse. Toujours dans la même optique, nous avons procédé à l'achat et à l'installation de deux radars pédagogiques supplémentaires.

>> suite à la page 2

Chronique environnement

P. 4

Chronique urbanisme

P. 5



FLASH EMPLOI

Vous aimeriez combler rapidement des postes dans votre entreprise?

Cet espace est pour vous! Il nous fera plaisir de publier ici-même gratuitement, votre offre d'emploi.

Écrivez-nous : reception@st-barnabe.ca

MÉTAUX OUVRÉS CF

Poste : Machiniste

Salaire : 22\$/h à 28\$/h

Temps : Plein. 40h/sem

metauxouvrescf@sogetel.net

POMPIER - SAINT-BARNABÉ

Poste : Pompier volontaire

Salaire : Selon convention

Formations offertes

reception@st-barnabe.ca

ENTREPRISE

La municipalité est toujours fière des entreprises qui se trouvent sur son territoire. C'est pourquoi elle aimerait vous présenter une entreprise à chaque publication de L'Éclaireur.

Petite ou grande, milieu agricole ou industriel l'important est qu'elle se trouve sur le territoire de Saint-Barnabé.

L'entreprise ce mois-ci :

GALIA Communications

Domaine : Infographie. Publicité.

Propriétaire : France Boucher

Début : 2009

Employé : 2

Spécialité : Création publicitaire, mise en page et impression.

www.galia.ca

COUP de CHAPEAU

La municipalité aimerait également souligner le travail exceptionnel de certaines personnes au sein de leur entreprise, organisme ou de la communauté.

Vous connaissez une de ces personnes d'exception?

N'hésitez pas à nous écrire.

La municipalité décerne son coup de chapeau ce mois-ci aux :

ENSEIGNANTES ET ENSEIGNANTS DE L'ÉCOLE NOTRE DAME-DE-LA-JOIE

Ils font vivre de belles expériences aux élèves tout en impliquant la communauté. Nous sommes choyés d'avoir une équipe aussi active et impliquée que celle-ci.

Merci pour votre implication!



Vous désirez paraître dans cette page? Écrivez-nous : reception@st-barnabe.ca



Pour découvrir et s'impliquer

Un espace à partager



FADOQ St-Barnabé

**Comment aider la FADOQ de St-Barnabé?
Rien de plus facile : Devenez membre!**

- Allez directement sur le site officiel de la FADOQ www.fadoq.ca
- En haut à droite cliquez sur ADHÉSION
- Ensuite choisissez la région MAURICIE
- Et choisissez Club St-Barnabé...
- Voilà. C'est aussi simple que ça!



www.legyroscope.org
Facebook : @legyroscope
819 228-2858

Association pour les parents et les membres de l'entourage de la personne atteinte d'un trouble de santé mentale.

Un de vos proches souffre d'un problème de santé mentale?
(Trouble bipolaire, TOC, TPL, Schizophrénie, Dépression, etc.)

Nous pouvons vous aider!
Contactez nous sans tarder
819 228-2858

MAINTENANT CHEZ VOUS

SHAWINIGAN NOUVEAU

EXPRESS MAUVE

GRATUIT
JUSQU'AU 31 AOÛT 2022

Cégep de Shawinigan
Carrefour Formation Mauricie
Plaza de la Mauricie
Hôpital du Centre-de-la-Mauricie
Autres arrêts disponibles
RÉSERVATION OBLIGATOIRE



TRANSPORTS COLLECTIFS
MRC de Maskinongé
819.840.0603
www.ctcmaskinongé.org

NOUVEAU : L'Express Mauve est maintenant disponible à partir de St-Barnabé!!!

L'arrêt est situé près de l'église au 780, St-Joseph.

Réservez votre place en tout temps.

@CTCM1

819.840.0603 ou sur Messenger.

www.ctcmaskinongé.org/express

Cercle de fermières Ste-Angèle-de-Prémont

Vous avez le goût de côtoyer des femmes dynamiques, de vous impliquer dans l'amélioration de la vie des femmes et des familles et de vous initier ou vous perfectionner dans des techniques en art textile ? **Le Cercle de Fermières est pour vous.**

Que vous soyez une femme à la maison ou sur le marché du travail, nous vous invitons à rejoindre nos rangs. D'ailleurs, pour celles qui travaillent, nous sommes heureuses de vous annoncer que nos assemblées de septembre, octobre, avril, mai et juin se tiendront à l'avenir en soirée. Vous

pourrez ainsi y participer plus facilement. De plus, nous tenons à vous informer, que si vous êtes intéressées par l'art du tissage, nos 7 métiers à tisser sont accessibles les soirs ainsi que les fins de semaine.

Nous vous attendons et serons très heureuses de vous compter parmi nous.

Pour adhérer à notre Cercle, il en coûte 30 \$ par année. En plus d'avoir accès à nos activités et installations, vous recevrez la revue l'Actuelle.

Pour ce faire, veuillez contacter Mireille Côté au 819-268-2263.





Bouger, un plaisir responsable

Pour une vie en santé et en beauté

Nous entendons beaucoup parler de l'importance de l'activité physique pour la santé. Vous avez probablement d'ailleurs déjà la puce à l'oreille qui vous dit « Il faudrait bien que je m'y mette ».

Mais pourquoi est-ce si difficile de s'y mettre alors ?!

Il y a (entre autres) deux raisons à cela. D'abord, les gens SAVENT, mais ne COMPRENENT pas tout-à-fait pourquoi c'est si important de bouger pour leur corps. Ensuite, il semble que beaucoup de gens s'imaginent devoir aller à la salle de gym 6 fois par semaine ou devoir s'exténuer à la tâche lorsqu'on leur recommande d'adopter un mode de vie actif. Mais détrompez-vous et laissez-nous vous expliquer rapidement :

Imaginez ce qui arriverait à votre voiture si vous cessiez de l'entretenir pendant des années sous prétexte que « ça ne vous tente pas ».

Éventuellement vous n'auriez plus de freins et ils colleraient probablement. Le changement d'huile étant négligé, le moteur risquerait de saisir et de cesser de fonctionner. La rouille prendrait aussi un peu partout et certains morceaux pourraient commencer à s'effriter. On pourrait penser aux courroies qui pourraient briser et empêcher entre autres à l'alternateur de renouveler l'énergie de la batterie. Éventuellement, la voiture pourrait nécessiter des réparations extrêmement coûteuses, voir même n'être plus fonctionnelle du tout.

Eh bien sachez que votre corps est fait exactement comme votre voiture. Bien qu'il soit différent physiquement, c'est un véhicule qui

fonctionne avec des systèmes mécaniques, tout comme votre voiture. Il a besoin d'être utilisé et entretenu, autrement ses systèmes figent, s'atrophient et pourraient éventuellement ne plus fonctionner du tout! C'est une des raisons pour laquelle tant de gens ont des problèmes articulaires, des problèmes de cœur, des problèmes de diabète etc: Leur véhicule tombe tranquillement en panne !

Alors ne le prenez pas à la légère lorsqu'on vous recommande d'être actifs. Bouger, ce n'est pas seulement une question de choix, c'est une question de survie et de responsabilité personnelle parce que personne n'aime être restreint par la douleur de son propre corps.

Mais soyez sans crainte, il ne s'agit pas de s'entraîner comme un athlète lorsqu'on vous dit qu'il est important d'adopter un mode de vie actif! **Vous seriez d'ailleurs surpris de savoir tous les avantages qu'un minimum d'activité physique supplémentaire pourrait apporter à votre vie.** On parle ici d'une marche entre amis, d'une balade à vélo, d'une visite au gym, de nager à la plage... Peu importe ce qui vous intéresse, il est facile de joindre l'utile à l'agréable et d'améliorer non seulement votre bien-être, mais aussi votre avenir !

Pour plus d'encadrement, les kinésiologues se font une mission personnelle de vous aider à préserver la santé de votre corps tout en respectant votre rythme et vos intérêts. N'hésitez pas à les consulter ! Dans les prochains mois nous vous donnerons des trucs et idées pour maintenir un mode de vie actif.

CENTRE
ATHLÉTIQUE T-R
UNE COMMUNAUTÉ
ACTIVE | IMPLIQUÉE | MOTIVÉE

Une athlète hors catégorie

Course à pied

Mme Odette Gélinas, de Saint-Barnabé est plus déterminée que jamais à poursuivre son rêve d'athlète.

Elle qui a débuté la course à pied comme passe-temps à l'âge de 58 ans, elle en a rapidement fait sa passion. Au point de prendre sa retraite plus tôt que prévu, pour pouvoir courir à temps plein!

Aujourd'hui âgée de 66 ans, elle enchaîne les performances à faire rougir n'importe quel athlète plus jeune qu'elle.

Membre du club de course à pied Les MILPAT, ça lui permet d'avoir un entraînement encadré, de participer à des compétitions d'envergure et de cotoyer un groupe d'amateurs de course à pied qui sont rapidement devenus ses bons amis. C'est dans ce même club

qu'elle fut nommée « Athlète de l'année - 2019 » toutes catégories confondues. Et le même honneur se répète en 2021, par la Corporation Sport-hommage Mauricie.

Ce printemps elle a participé au 126^e marathon de Boston. Pouvoir y participer est un exploit en soi, car il y a de hauts standards à respecter. Ne reculant devant rien, elle a **terminé 10^e chez les femmes lors de ce marathon international**. Félicitations!

Et la semaine dernière, elle participait aux Jeux du Canada 55 ans et + qui se déroulaient à Kamloops en Colombie-Britannique. Et bien, elle s'est surpassée en terminant **1^{ère} chez les femmes**, toutes catégories d'âge confondues.



Si elle a un conseil à donner à ceux qui sont intéressés par la course, c'est celui-ci : « Débutez un pas à la fois. Une courte distance à la fois et vous allez rapidement sentir l'énergie que la course peut vous donner. »

La prochaine fois que vous la verrez s'entraîner sur les routes de Saint-Barnabé, n'hésitez pas à l'encourager.

Vous connaissez des athlètes de Saint-Barnabé? Écrivez-nous : reception@st-barnabe.ca

Collecte sélective

SEPTEMBRE 2022

D	L	M	M	J	V	S
					2	3
4		6	7		9	10
11	12	13	14		16	17
18		20	21		23	24
25	26	27	28		30	

OCTOBRE 2022

D	L	M	M	J	V	S
						1
2		4	5		7	8
9	10	11	12		14	15
16		18	19		21	22
23	24	25	26		28	29
30						

NOVEMBRE 2022

D	L	M	M	J	V	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9		11	12
13		15	16	17	18	19
20	21	22	23		25	26
27		29	30			



Recyclage Déchets

BUREAU MUNICIPAL

70, rue Duguay
Saint-Barnabé, Qc
G0X 2K0



Heures d'ouverture :

Lundi au vendredi
8 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h 30

Courriel :

municipalite@saint-barnabe.ca

Téléphone :

819 264-2085

www.saint-barnabe.ca

au coeur de vos vies

Saviez-vous
que...



... l'exposition MÉMOIRE DE VILLAGE en est une permanente?

Elle sera exposée beau temps mauvais temps. Nous vous invitons donc à venir la visiter pour la voir ou la revoir car on y trouve toujours de petites merveilles... Dont la trame sonore qui est **différente pour chacun des panneaux.**

Allez-y! C'est à découvrir!

Ce journal est rendu possible grâce à la participation de :

Responsable de la publication : Le bureau municipal de Saint-Barnabé.

Mise en page : GALIA Communications.

Impression : Le bureau municipal de Saint-Barnabé.

Distribution : Postes Canada.

PUBLICATION :

L'ÉCLAIREUR est distribué aux 2 mois.

2 semaines après l'assemblée du conseil municipal. Editions régulières en février, avril, juin, août, octobre et décembre.