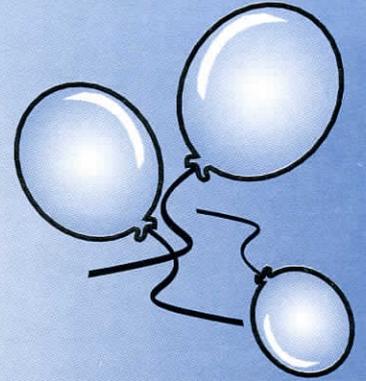


LA



d'ici

SHIPSHAW, janvier 2004 VOLUME 22 NUMÉRO 1

LE CONSEILLER MUNICIPAL REÇOIT...



LES ORGANISMES COMMUNAUTAIRES

À lire en page 2

**Mot
de la
Présidente**

Claire Duchesne



**Mes meilleurs
voeux
pour l'An 2004**



Le temps file comme l'éclair, j'ai l'impression que c'était hier le temps où je vous offrais mes souhaits pour l'an 2003 et voilà qu'aujourd'hui, je vous fais mes vœux 2004. La Vie d'Ici entre dans sa vingt-deuxième année d'existence et moi, comme présidente, j'en suis déjà à ma douzième année. Ouf! j'en suis étourdie. Il faut dire qu'avec une équipe de bénévoles aussi exceptionnelle que celle avec laquelle je travaille, il est vrai que l'on ne voit pas le temps passer. J'en profite d'ailleurs pour les remercier chaleureusement, en mon nom d'abord, et ensuite, en celui de toute la population shipshoise. Ils sont le cœur de La Vie d'Ici. Sans Denis Claveau, Nathalie Blackburn, Marcellin Tremblay, Micheline Compartino, Alexandre Jean et Johanne Lefrançois, La Vie d'Ici ne serait pas... Merci à tous, j'espère travailler encore longtemps avec vous tous.

Nous avons de très beaux projets pour l'an 2004, je préfère garder le suspense pour le moment mais, très bientôt j'espère, nous vous ferons part d'un tout nouveau développement pour La Vie d'Ici.

Je vous souhaite une année 2004 remplie de joie, de santé, d'amour et que vos désirs les plus beaux se réalisent.

Claire Duchesne, présidente

La Une
C'est mercredi le 10 décembre 2003 que le conseiller municipal, M. Fabien Hovington, a reçu les représentants des organismes communautaires du secteur Shipshaw. Ce fut une occasion pour fraterniser et échanger avant le début des festivités du temps des Fêtes.

Plus de 50 personnes se sont rencontrées. Un échange amical devant un délicieux buffet fit de la soirée une réussite en tous points. M. Hovington en a profité pour remercier et offrir un cadeau-souvenir à chaque représentant des organismes présents.

Sur la Une, on peut voir plusieurs représentants pour les organismes du secteur Shisphaw..

IMPRESSION EN TOUS GENRES
AGENDAS PERSONNALISÉS
JOURNAUX
PLASTIFICATION
PHOTOCOPIE - FAX - RELIURES
PRODUITS PROMOTIONNELS
IMPRESSION À CHAUD
(HOT STAMPING)

CLARIGRAPHIE
CONCEPTION GRAPHIQUE

TÉL.: 542-6252 FAX: 542-0850
PAGETTE: 592-2299

4630, rue Saint-Léonard Shipshaw G7P 1H2

ÉQUIPE DU JOURNAL

E-mail : viedici@videotron.ca

<p>Claire Duchesne présidente 542-9375</p> <p>Nathalie Blackburn trésorière 542-4483</p>	<p>Marcellin Tremblay directeur 695-2116</p> <p>Johanne Lefrançois secrétaire 547-6764</p>	<p>Denis Claveau photographe 542-8800</p> <p>Micheline Compartino relationniste 542-8829</p> <p>Alexandre Jean directeur 542-6375</p>
--	--	---

Conception
Clarigraphie inc.

AMECC

Association des
médias de
communication
du Québec

Québec



Mot du Maire Jean Tremblay

Bonjour, chers amis shipshoises et shipshois !

Il y a quelques semaines, le conseil de Saguenay a pu à nouveau clamer bien fort : « Mission accomplie », après l'adoption du budget de l'année 2004 sans hausse de taxes et ce, pour la troisième année consécutive. Nous sommes donc parvenus à respecter et même à dépasser, à certains égards, les promesses faites à nos citoyens de même que les objectifs fixés au Conseil et à toute l'organisation municipale.

Fait important: mentionnons que, parmi les grandes villes fusionnées du Québec, nous sommes la seule à présenter un budget qui ne comprend aucune hausse de la taxe foncière, que ce soit au niveau résidentiel ou commercial.

Plus particulièrement, pour le secteur de Shipshaw, le compte de taxes pour une résidence évaluée à 100 000\$ se chiffrera à 1 657\$, en baisse de 5\$ sur les 1 662\$ payés en 2003. De plus, comme dans tous les secteurs de la Ville, les taxes de services demeurent inchangées par rapport à l'an dernier.

C'est le genre de résultat positif que j'aime annoncer aux citoyens, particulièrement à la suite d'une promesse que j'ai toujours à cœur de tenir et ce, pour toute la durée du présent mandat. Et ce, malgré divers éléments qui influent sur nos finances tels que l'inflation, les négociations des contrats de travail, l'augmentation des tarifs d'énergie, les transferts gouvernementaux et diverses nouvelles responsabilités.

Cependant, l'année 2004 ne sera pas différente des deux dernières dans la mesure où nous opérerons toujours dans un contexte difficile, avec des marges d'erreur quasi-inexistantes. En ce sens, je compte sur la compréhension et le support de tous afin de nous permettre de limiter nos dépenses où cela est possible. Car en 2004, nous souhaitons consacrer l'essentiel de notre capacité financière au développement économique de notre ville.

Bilan 2003

Tout comme votre conseiller, M. Fabien Hovington, le fait dans cette édition de *La Vie d'Ici*, je vous présente à mon tour une revue de plusieurs dossiers qui nous ont préoccupés en 2003 :

- Réalisation de 35 millions \$ de travaux d'immobilisations;
- Augmentation des investissements par rapport aux anciennes municipalités;
- Résultats obtenus sans augmentation de taxes, tout en diminuant la dette de 18 millions \$ depuis 2002;
- Dépôt à l'Assemblée nationale du Québec d'un mémoire s'objectant à l'Approche commune;
- Dépôt à l'Assemblée nationale du Québec d'un mémoire sur la loi des défusions, exprimant entre autres le souhait du maintien des districts électoraux actuels;
- Poursuite du processus d'implantation des services dans les arrondissements;
- Poursuite du processus de redéploiement des employé(e)s sur le territoire;
- Lancement de la *Politique de développement des arts, de la culture et du patrimoine de la Ville de Saguenay*;
- Mise en place de Promotion Saguenay : dépôt du Plan stratégique de développement;
- Participation à « Vision Saguenay 2025 »;
- Sondage de satisfaction des citoyens indiquant un taux d'approbation de plus de 70% envers la Ville, le Conseil et le maire;
- Travaux du réseau d'aqueduc Shipshaw (complété en 2004);
- Approche concernant la couverture des assurances, permettant à la Ville des économies annuelles de 700 000 \$;
- Première étape de l'instauration du service de police «Niveau 2»;
- Intervention politique dans le dossier de l'usine Agropur;
- Intervention politique dans le dossier de l'usine Port-Alfred Abitibi Consolidated;
- Annonce, par la compagnie Alcan, d'un projet de 40 millions \$ pour une usine de fabrication de pare-chocs;
- Instauration d'une politique d'approvisionnement répartissant équitablement les achats entre les secteurs et arrondissements de la ville;

Mot du Maire Jean Tremblay (suite)

2004, une année charnière

Par ailleurs, l'année 2004 constituera une année charnière: compte tenu des taux de satisfaction que vous avez exprimés aux diverses questions du récent sondage Unimarketing concernant la nouvelle Ville, nous devons donc voir à ce que ces résultats se reflètent dans les prochaines étapes de la consultation inhérentes à la *Loi concernant la consultation des citoyens sur la réorganisation territoriale de certaines municipalités*.

Car depuis le 18 février 2002, la fusion a démontré l'importance de la force d'une grande ville pour nos citoyens. Plus particulièrement pour Shipshaw, cela s'est traduit concrètement par des travaux majeurs tels que résolution des problèmes d'alimentation en eau potable, la mise en place de services dans les loisirs, le développement, les travaux et l'entretien de nos secteurs.

Quant à moi, je vous réitère ma promesse de continuer à mettre en application la motivation première qui m'a conduit en politique municipale, soit de « **servir le citoyen** ». Le grand chantier que représente la mise en place de la nouvelle Ville de Saguenay renforce davantage cet objectif. Sachez que tous les membres du conseil mettent tout en œuvre pour remplir adéquatement notre tâche, et ce, au bénéfice de l'ensemble des Saguenéens et Saguenéennes.
À bientôt!

Jean Tremblay, Maire

CHRONIQUE MUNICIPALE



Mot du conseiller municipal représentant le district Shipshaw

Chers concitoyennes et concitoyens,

Alors que s'amorce l'année 2004, je tenais à passer en revue les principaux dossiers du district que j'ai dû traiter à l'occasion de la dernière année qui fut, d'ailleurs, fort chargée.

Travaux publics

On peut observer que plusieurs chemins du secteur Shipshaw ont été asphaltés en 2003. J'ai porté une attention plus particulière à certaines artères et j'ai puisé, à même mon enveloppe d'investissements, le budget pour réaliser les ouvrages, entre autres sur la rue des Pins et la route Jean. J'ai également vu à la réalisation de plusieurs travaux publics dans différents secteurs dont la route Maltais, la route Jean et plusieurs chemins non verbalisés. Parmi ceux-ci, le chemin Baie des Deux Îles, le chemin Baie Notre-Dame, la route des Chênes et plusieurs autres, pour un montant s'élevant à tout près de 162 000\$. En outre, j'ai autorisé l'ouverture d'une nouvelle rue nommée « rue des Vinaigriers ». Par ailleurs, quelques constructions sont apparues et plusieurs autres chantiers sont prévus, dont le prolongement de la rue des Eaux vives.

Point de services

D'autre part, je me suis impliqué à nouveau dans le dossier du point de services de Shipshaw. Après

plusieurs rencontres avec les différents intervenants, le point de services est demeuré opérationnel dans la même mesure qu'auparavant. Une attachée politique s'est jointe à nous pour offrir un service de qualité. En effet, Madame Isabelle Bélanger a collaboré à de nombreux dossiers concernant le secteur avec l'objectif de répondre à nos citoyens de façon optimale.

Dans le même ordre d'idée, il y a eu l'arrivée du syndicat des cols blancs et de celui des brigadières de la Ville de Saguenay qui ont maintenant pignon sur rue au point de services de notre district. Cette arrivée fait suite à une proposition que j'avais formulée lors d'une assemblée du comité exécutif. Vous remarquez sûrement la présence de ces personnes en constatant que le stationnement du point de services est presque toujours entièrement occupé. Ces intervenants génèrent des retombées économiques intéressantes dans notre secteur.



PARTENAIRE DANS
L'HISTOIRE ET
LE DÉVELOPPEMENT

Activités sportives

Trois festivals d'envergure ont eu lieu sur le territoire de Shipshaw en 2003. Le premier s'est déroulé du 11 au 13 juillet au Club de voile : une journée « portes ouvertes » jumelée à une finale régionale des Jeux du Québec, qui furent une réussite pour les organisateurs. Le deuxième événement a été tenu au terrain de soccer où, du 17 au 20 juillet, se déroulait un tournoi. Plusieurs équipes se sont affrontées dans trois catégories. Un franc succès également pour les membres du Club de soccer. Le troisième événement en lice est, bien sûr, notre Festival Forestier. Cette année encore, la fin de semaine du 5 au 7 septembre fut une réussite. Les membres du conseil d'administration ont travaillé avec acharnement pour la réalisation de cette activité et les 4 000 personnes qui ont participé aux activités ont exprimé leur satisfaction. Plusieurs records ont été battus, notamment au chapitre de l'assistance et des compétitions.

Saint-Jean-Vianney

Plusieurs travaux ont été réalisés au site de Saint-Jean-Vianney. J'ai pu constater les changements apportés en faisant une visite du terrain. Un stationnement a été aménagé près de l'emplacement réservé aux véhicules «4X4». De la pierre concassée a été déposée, ce qui améliore l'accès au stationnement. Un fossé permet maintenant de bien drainer l'eau, ce qui a pour effet d'empêcher les utilisateurs de s'enfoncer dans le sol. De même, plusieurs trous ont été remplis, ce qui facilite grandement la circulation sur la route principale de Saint-Jean-Vianney. Enfin, des arbres ont également été plantés pour reboiser le site.

Assemblée nationale

J'ai accompagné Monsieur le Maire Jean Tremblay et mes collègues du Comité exécutif à deux Commissions parlementaires qui se tenaient à l'Assemblée nationale du Québec. La première a eu lieu en février 2003 et consistait en la présentation de notre mémoire concernant « l'Approche commune ». Je m'y suis rendu une deuxième fois en octobre pour la présentation du

mémoire sur la *Loi concernant la consultation des citoyens sur la réorganisation territoriale de certaines municipalités*. À cette occasion, j'ai eu la chance de faire la connaissance de Monsieur Jean-Marc Fournier, ministre québécois des Affaires municipales, du Sport et du Loisir. Ce furent pour moi des expériences enrichissantes en tout point.

Association touristique régionale

Dans le domaine du tourisme régional, un comité *ad hoc* représentant le monde municipal est présentement en voie de formation. Ce comité aura comme mandat de trouver les moyens d'augmenter le niveau d'achalandage touristique dans la région, les dépenses générées et la durée de séjour des touristes chez nous. J'ai été désigné pour siéger sur ce comité afin de représenter la Ville de Saguenay. Un objectif que je souhaite réaliser est de faire profiter les touristes de tous les attraits que notre grande ville possède.

Rencontre des organismes

Le mercredi 10 décembre, j'ai accueilli les dirigeants des divers organismes de notre secteur à l'occasion d'une réception visant à souligner leur action dans la communauté. Nous avons alors pu compter sur la présence de Madame Francine Gobeil, attachée politique du bureau de Monsieur le Maire Jean Tremblay. Une soixantaine de personnes ont participé à cette rencontre amicale qui était empreinte d'une atmosphère de chaleur humaine d'excellent augure à l'approche de la période des fêtes.

Ceci complète ma rétrospective de l'année 2003. Je demeure toujours disponible au point de services pour vous rencontrer et discuter des sujets qui vous tiennent à cœur.

Fabien Hovington
Conseiller Municipal, District No 8
Ville de Saguenay



Gala Méritas de la SADC du Haut-Saguenay

FINALISTES:

*Cercle des Fermières de Shipshaw
Comptoir vestimentaire de Shipshaw
Festival Forestier de Shipshaw*

LAURÉAT:

Cercle des Fermières de Shipshaw

M. Fabien Hovington, Conseiller de Ville Saguenay, secteur Shipshaw, Mme Sylvie Arseneault, présidente du Cercle des Fermières de Shipshaw et Mme Jocelyne Girard Bujold, députée de Jonquière.

Contact Paroisse

St-Léonard
St-Jean-Vianney



Un oubli de ma part

Dans la Vie d'Ici de décembre dernier, en nommant les personnes qui composent l'équipe pastorale, j'ai oublié d'inscrire le nom de Claire Tremblay. Je m'excuse auprès d'elle de cette erreur mais la connaissant, je suis déjà assurée de son pardon.

Je profite de l'occasion pour remercier Claire de sa grande générosité et du beau travail qu'elle accomplit pour notre communauté.

*Monique Jomphe,
Équipe pastorale paroissiale*

Attention ~ Attention ~ Attention Nouveaux parents ou futurs parents Patorale du Baptême :

Vous pensez demander le baptême pour votre enfant?
L'équipe de la pastorale du Baptême vous offre l'opportunité de vous ressourcer.

Chaque couple aura à participer à deux (2) rencontres lui permettant de retrouver les racines de son propre baptême.

Pour vous inscrire ou pour toute interrogation, n'hésitez pas à communiquer avec une personne responsable de cette démarche.

Calendrier des prochaines rencontres prévues en 2004:

Dates : 1^{er} groupe les 17 février et 2 mars

2^e groupe les 20 avril et 4 mai

Lieu : sous-sol de l'église Saint-Jean Vianney

Heure : 19h30

Contactez -nous sans tarder, il n'est jamais trop tôt!

Annie Belisle 695-0235

Giovanna Verdone 547-7504



Moment de Réflexion

À notre baptême, nous avons été plongés dans la mort et la résurrection du Christ. Nous sommes devenus enfants de Dieu, frères et soeurs en Jésus Christ.

Le baptême prend tout son sens lorsqu'il est vécu avec et par des gens qui sont croyants. Par le baptême le petit enfant reçoit le don de Dieu, mais c'est l'éducation qu'il reçoit de ses proches qui permettra le développement de la foi afin que celle-ci parvienne à maturité.

Comment réagissez-vous à ce texte???



SOUHAITS PARTICULIERS

Micheline Compertino

BAPTÊMES - MARIAGES
ANNIVERSAIRES - DÉCÈS



Baptêmes & Naissances

Le temps des Fêtes est une période propice pendant laquelle les gens s'échangent des bons vœux de bonheur, d'amitié, de joie, de santé et d'amour. N'y a-t-il pas plus belle preuve d'amour entre deux êtres que la naissance d'un petit enfant?

*Félicitations et meilleurs Vœux
aux heureux parents de:*

Marie-May,

enfant de Ianick de Launière
et de Mélissa Audet

Klara,

enfant de Nicolas Lavoie
et de Karen Tremblay

Lydia,

enfant de Éric Larocque
et de Sonia Coulombe

Élisa,

enfant de J-François Brousseau
et de Karen Tremblay

Décès

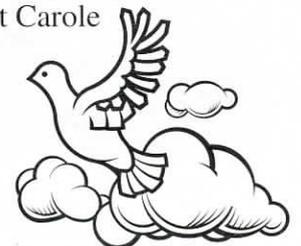
Notre coeur s'emplit de tristesse au départ d'un être cher pour son dernier voyage. Mais la vie

continue... et autour de chacun de nous vivent d'autres êtres qui ont besoin de notre présence, de notre amour. Malgré notre peine, il faut continuer...

Nos plus sincères condoléances aux familles éprouvées par le départ de:

Lucie Gravel Ouellet

épouse de Jean-Marie Ouellet
et mère de Sylvie, Francine,
Daniel et Carole



Vos deux bibliothèques vous informent



Depuis le **2 décembre 2003**, la bibliothèque du secteur du Rivage a fait le lancement de sa campagne promotionnelle intitulée: **VIENS RENOUER AVEC TA BIBLIO.**

Cette campagne s'adresse aux anciens comme aux nouveaux abonnés de leur bibliothèque. Le but de cette campagne est de profiter le plus possible de votre lieu culturel. Vous avez donc jusqu'au **18 décembre 2004** pour en profiter pleinement.

Les règlements du concours sont très simples:

- Se présenter à votre bibliothèque;
- Être inscrit ou faire renouveler votre carte de membre (depuis une semaine);
- Prêt de documents.

* *Chaque visite vous donne droit à un coupon de participation.*

PRIX À GAGNER

Un sac à dos (Valeur de 12.00\$)

Un sac de toile (Valeur de 10.00\$)

A vous de choisir dans laquelle des deux boîtes vous désirez mettre votre coupon.

Ne manquez pas ta chance de venir renouer avec ta biblio.

BONNE CHANCE

Les bénévoles de la bibliothèque du secteur de la Rivière ont choisi, comme lecteur de l'année 2004, M. Daniel Belley.

Pour le secteur du Rivage, le ou la gagnant(e) sera choisi(e) en janvier. Vous aurez la chance de connaître son nom dans le journal du mois de février. En attendant félicitations à M. Belley.

Bibliothèque de la Rivière

Expositions:

Volumes: Albert Jacquard

Peintures: Rythmes des 4 saisons

Bibliothèque du Rivage

Expositions:

Volumes: Le monde médiéval

Peintures: Les inspirations québécoises

HORAIRE DES BIBLIOTHÈQUES:

BIBLIO. DE LA RIVIÈRE

Mardi: 13h30 à 15h00

18h30 à 20h30

Mercredi: 18h30 à 20h30



BIBLIO. DU RIVAGE

Mardi: 13h00 à 15h00

Mercredi: 18h30 à 20h30

Vendredi: 18h30 à 20h30

Samedi: 13h00 à 15h00



*Lyne Racine
Secteur du Rivage.*

DÉFINITIONS:

Autobus Véhicule qui roule deux fois plus vite quand on court après que lorsque l'on est assis dedans.

Baby-Sitter Adolescents devant se conduire comme des adultes pour que les adultes qui sortent puissent se conduire comme des adolescents.

Synonyme Mot qui remplace celui dont l'orthographe nous échappe.

Banquier Personne qui serait d'accord à vous consentir un prêt à la condition que vous lui apportiez la preuve que vous n'en avez pas besoin.

Poisson Animal dont la croissance est excessivement rapide entre le moment où il est pris et le moment où le pêcheur en fait la description à ses amis.

Vedette Personne qui travaille dur pour être reconnue et qui porte ensuite de grosses lunettes noires pour ne pas être reconnue.



Madeleine Gagnon
MASSOTHÉRAPEUTE

Massage suédois • Massage californien • Touché thérapeutique

• Maux de dos
• Nerf sciatique
• Migraine

Membre
de la F.Q.M.

Sur rendez-vous
542-3977
Shipsaw

«*Notre santé physique émotionnelle
et financière nous tient à cœur*»

**LA SANTÉ EST NÉCESSAIRE
POUR UN BON
ÉQUILIBRE DE VIE.**

Les produits magnétiques et à infrarouge lointain combattent la fatigue et le stress. Le corps a besoin de récupérer la nuit: c'est la base d'une santé équilibrée tant physique que mentale. Dormir sur un matelas magnétique, c'est un espoir pour une vie meilleure. Dans le Journal de Québec, on parlait d'un joueur des Expos, Rondell White; ce dernier a sauvé son genou grâce au port de semelles magnétiques: celles-ci lui ont permis de jouer à nouveau dans l'équipe. Ces produits performants présentent une opportunité d'affaires car ils fonctionnent à 100%. Nous parlons ici d'une entreprise japonaise en pleine expansion, mise sur pied depuis 24 ans et offrant un plan de rémunération exceptionnel. Nous sommes à la recherche de personnes autonomes, sérieuses, désirant s'épanouir dans cette entreprise. Prendre rendez-vous du lundi au vendredi entre 9h.00 et 17h.00.

Madeleine Gagnon



DANIEL MARCHAND
PHARMACIEN
547-9375

Livraison à Shipshaw

1858, Ste-Famille, Jonquière, Qc

SANTÉ Services

SAVIEZ-VOUS ...

- ⇒ qu'il y a 8 aliments qui regroupent 80% des allergies alimentaires: mollusques, crustacés, arachides, noix, lait, soya, poisson, blé et oeufs;
- ⇒ que n'importe quel aliment peut entraîner une réaction allergique;
- ⇒ qu'il existe aujourd'hui plusieurs médicaments qui agissent pendant 24 heures et qui ne causent pas de somnolence.

Daniel Marchand L ph



**Petites
annonces**

**4630, rue St-Léonard
Shipsaw**

Dans l'édition de décembre nous avons fait paraître une petite annonce pour une dame qui offrait des skis alpins à vendre. Malheureusement une erreur s'est glissée dans le numéro de téléphone. Nous nous en excusons.. Dès que nous avons eu l'information de celle-ci, nous avons communiqué avec la personne dont le numéro était publié pour l'en aviser afin qu'elle puisse diriger les appels vers le bon numéro. Encore une fois, mille excuses pour les désagréments causés par notre erreur. Voici ce que nous aurions du lire:

À vendre:

Skis alpins pour dames de marque "Volk" incluant fixations et bottes de grandeur 8, en excellente condition. Prix 75\$ l'ensemble.

Information: 542-8545

À louer:

À Shipshaw, logement à louer sur la route Coulomb; 5½ tout rénové. Libre à partir du 1^{er} février

Nadine Lapointe: 547-5971



**Donner du sang,
une question de vie.**

Info-Collecte
(418) 650-7230
1 800 761-6610

Site Internet:
www.hema-quebec.qc.ca



Nouveau
Le poulet
à son meilleur



FRITOU



Service d'essence

547-0121



Épicerie Boucherie Culinaire

POUR LA SAISON ESTIVALE

- Viande marinée
- Saucisses fraîches
- Plusieurs variétés
- Tournedos de poulet, boeuf

- Carte V.T.T.
- Vidéo
- Viande Fraîche
- Vin
- Nettoyeur
- Comptoir postal
- Mets cuisinés pour emporter
- Charcuterie fait maison

Lundi au Vendredi: 6h à 23h
Samedi: 7h à 23h
Dimanche: 8h à 23h

4500, Rte Mathias Shipshaw,



**Société
Canadienne
des postes**

SHIPSHAW

Ça suffit les singeries ~ Commandez dès aujourd'hui

*2004 est l'année du Singe, selon l'horoscope chinois, et prévoit une année de plaisir et d'espièglerie. Les timbres de 2004 sont inspirés de la légende du Roi Singe telle qu'elle est racontée dans le conte chinois: **Le voyage vers l'Occident***

☰ Nouveaux tarifs en janvier. Le 12 janvier prochain le prix du timbre passera de 48 à 49 cents, celui des États-Unis à 80 cents et celui de l'international à 1.40\$. Malgré l'augmentation, le Canada jouit du tarif le moins élevé du monde industrialisé.

☰ Postes Canada présente sa formation LNH 2004. Elle comprend les membres du Temple de la renommée, Johnny Bower, Larry Robinson, Marcel Dionne, Ted Lindsay, Milt Schmidt et Brad Park. Ensemble commémoratif: 89.99\$, Cartes à collectionner: 9.99\$, Dessous-de-verre: 7.99\$, Lithographies: 12.99\$ et Ensemble timbre et chandail: 9.99\$.

☰ Postes Canada ne peut accepter ni traiter **d'envois inadmissibles**, c'est-à-dire tout envoi qui est interdit par la loi ou qui renferme des produits ou substances pouvant mettre une personne en danger ou endommager le courrier ou le matériel postal. **Envois inadmissibles non transmissibles**: Les produits dangereux sont interdits parce qu'ils peuvent compromettre la santé de ceux et celles qui traitent le courrier

ainsi qu'endommager le matériel postal. Sont au nombre des envois interdits des produits d'entretien ménager, produits automobiles, produits pharmaceutiques et chimiques. **Envois interdits**: parfum, crème à main, l'huile à friture, l'alcool et les cigarettes.

☰ On peut se procurer le Répertoire des codes postaux canadiens 2004 au coût de 21.95\$. Il est offert également sur CD-ROM.

☰ Le service de routes rurales: L'hiver est bien installé et nos boîtes aux lettres ont besoin d'entretien. Vous devez voir à ce que la neige et les déchets, les véhicules ou autres obstructions n'empêchent pas l'accès à la boîte car l'entrepreneur n'est pas tenu de quitter son véhicule pour desservir une boîte postale rurale. Le détenteur doit veiller à ce que la boîte et le poteau soient toujours en bon état. Tous les articles déposés dans la boîte doivent être retirés régulièrement afin de faciliter la livraison postale. Merci.

Nadia Touzin

Bureau de Poste Tél :547-5523

LA GUIGNOLÉE ~ LA GUIGNOLÉE ~ LA GUIGNOLÉE

Voici les résultats de la collecte de la GUIGNOLÉE DU 7 DÉCEMBRE 2003

Vos dons = 3209\$ + denrées alimentaires 500\$

Grâce à votre générosité, vous avez permis à 40 personnes de vivre une plus heureuse période des Fêtes

Merci de votre générosité et un merci spécial aux bénévoles et aux Chevaliers de Colomb pour leur excellente collaboration.

Heureuse Année 2004

La Saint-Vincent de Paul



École de Danse Jocelyne & Denis

Début des cours de danse sociale le 18 janvier

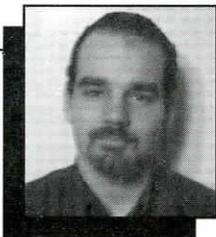
*Professeurs: Carole Ouellet
Jocelyn Fournier*

542-7792

Au Chevaliers de Colomb, 4140 des Ormes Shishaw

la
**TECHNO
Chronique**

Alexandre Jean



La plupart des gens croient que les raccourcis ne sont jamais vraiment pratiques puisque les embûches et les problèmes que l'on y rencontre font en sorte qu'il aurait été préférable d'utiliser le chemin le plus long. Cependant, certains raccourcis peuvent être extrêmement utiles si l'on sait comment les utiliser. C'est d'ailleurs le cas des raccourcis clavier que «Microsoft Windows» offre et dont je vais faire la description de quelques-uns des plus pratiques.

Ces raccourcis se divisent en deux parties. La première concerne les raccourcis spécialement conçus pour les claviers avec la touche «Windows» et la seconde partie concerne tous les claviers. (Il se peut que les raccourcis diffèrent selon la version de Windows)

Raccourcis	Résultat
[Win] + E	Ouverture de l'explorateur Windows
[Win] + R	Ouverture du panneau d'exécution
[Win] + U	Ouverture du gestionnaire d'utilitaire
[Win] + D ou [Win] + M	Abaisse les fenêtres pour accéder au bureau
[Win] + F	Ouverture de l'outil de recherche
[Win] + L	Permet de verrouiller l'ordinateur (WinXP)

La seconde partie concerne les raccourcis qui sont souvent utilisés pour accélérer le travail.

Raccourcis	Résultat
[ALT] + [TAB]	Passé d'une fenêtre à une autre
[F2]	Permet de renommer un fichier
[CTRL] + X	Coupe la sélection et la garde en mémoire
[CTRL] + C	Copie la sélection en mémoire
[CTRL] + V	Colle le contenu de la mémoire

Raccourcis	Résultat
[CTRL] + Z	Annule la dernière action
[CTRL] + P	Envoie un document à l'impression
[ALT] + [F4]	Ferme l'application en cours
[CTRL] + A	Sélectionne tout le contenu d'un document
[CTRL] + S	Sauvegarde le document en cours
[CTRL] + F	Permet de rechercher dans une page
[CTRL] + [SHIFT] + [Flèche]	Se déplace en sélectionnant du contenu
[CTRL] + [Flèche]	Permet de se déplacer rapidement dans un document
[CTRL] + [ESC]	Permet d'ouvrir le menu « Démarrer »

Parmi ces touches, vous apprécierez certainement la composition de plusieurs raccourcis afin de faciliter votre travail. Par exemple, vous pouvez utiliser les raccourcis de sélection pour sélectionner du texte et ensuite utiliser les touches « Copier / Couper / Coller » pour l'insérer ailleurs dans votre document. Bien entendu, ces touches ne remplacent pas la souris, mais après quelque temps, vous serez habitué à ces méthodes et pourrez les utiliser efficacement et elles deviendront des automatismes.



Gérant : Bertrand Boily

RONA
L'express

3490, rte Saint-Léonard
Shipshaw
542-7005

PRODUITS DISPONIBLES EN
MAGASIN

- Électricité
- Plomberie
- Peinture Crown Diamond
- Peinture Rona
- Toutes les huiles à moteurs
- Nourriture pour animaux
- Terreau d'emportage
- Outillage
- Matériaux de construction

Parlons Santé

Johanne Lefrançois



Saviez-vous que la principale particularité de cette discipline est de soustraire l'homme aux contraintes de la pesanteur ?

La natation est une activité physique largement pratiquée quel que soit l'âge. Elle est qualifiée de complète et riche de nombreux bienfaits sur l'organisme. Elle peut être pratiquée par tous en loisir et par certains en compétition. C'est un sport modulable dans la durée et dans l'intensité, donc permettant à chacun de pratiquer selon ses propres capacités.

La natation présente des bienfaits au niveau de nombreux appareils de notre corps. Par exemple, l'appareil pulmonaire, car elle permet de rythmer la respiration sur les mouvements respiratoires. L'essoufflement à l'effort est retardé

La natation

(meilleure tolérance). Elle est recommandée pour les asthmatiques en raison de l'humidité ambiante. Pour ce qui est de l'appareil locomoteur, l'organisme étant en apesanteur relative, les articulations ne sont pas en charge et n'ont pas à supporter le poids du corps comme dans les sports pratiqués debout.

La natation fait travailler pratiquement l'ensemble des muscles du corps: membres supérieurs et inférieurs, abdominaux, muscles qui soutiennent la colonne vertébrale. Ils ne travaillent que contre la résistance de l'eau qui est relative et qui permet une musculation douce. À bonne température l'eau permet d'assouplir les articulations, c'est le principe de l'aquagym et de la rééducation en piscine.

La natation est également intéressante sur le plan psychologique car elle permet une bonne relaxation, notamment chez les sujets nerveux, irritables et impulsifs. Elle procure aussi une "bonne" fatigue physique

qui favorise le sommeil, (contrairement à la fatigue psychologique qui, elle, l'empêche).

Les bienfaits de l'eau ne sont pas réservés aux personnes sachant nager. Il suffit de rester dans les zones où la personne a pied dans la piscine et sans courant dangereux, si l'on est en rivière ou en mer. Il ne faut surtout pas oublier les consignes de sécurité qui s'appliquent en tout temps, lors d'une simple baignade comme pour une compétition de natation. Si vous êtes présentement sous traitement médical, il serait approprié d'en parler avec votre médecin avant de débiter toute activité physique.

**UN, DEUX, TROIS...
À L'EAU!!!**

N.B. Santé Canada a rendu disponible sur Internet, sans aucuns frais, un "Guide de l'activité physique" incluant un "Guide d'accompagnement".
www.guideap.com

Réponse Centre Mot-à-Mot

Villes de la Rive Nord	
1.	Tadoussac
2.	Saint-Rose-du-Nord
3.	Saint-Fulgence
4.	Shipshaw
5.	Alma
6.	Delisle
7.	Saint-Henri-de-Taillon
8.	Péribonka
9.	Sainte-Jeanne-D'Arc
10.	Mistassini

Villes de la Rive Sud	
1.	Anse-Saint-Jean
2.	La Baie
3.	Chicoutmi
4.	Jonquière
5.	Alma
6.	Métabetchouan
7.	Chambord
8.	Roberval
9.	Saint-Félicien
10.	Dolbeau

Mentyx enr.

Services Informatiques
Développement Logique

4630 St-Léonard
Shipshaw, Québec
G7P 1H2
Tél. : (418) 542-6375
Fax. : (418) 542-0850
mentyx@videotron.ca

Développement Logiciels adaptés

Développement Internet

Services Techniques

Contactez-nous
Pour connaître nos services
Pour une estimation gratuite
Pour de plus amples informations



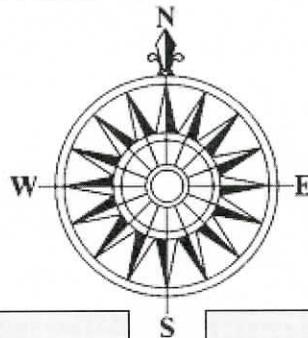
Gardez le cap sur le Saguenay-Lac-Saint-Jean

Notre région est, bien évidemment, majoritairement concentrée autour du lac et de la rivière portant les mêmes noms que celle-ci. De ce fait, les principales villes sont regroupées tout le long de la rivière et contournant le lac. Mais la situation géographique de ces villes est parfois confuse, considérant qu'elles se situent l'une à la suite de l'autre, en partant du fleuve Saint-Laurent jusqu'à la Rivière Mistassini.

Il est important de connaître la situation des villes par rapport au lac et à la rivière, autant pour ses connaissances personnelles que pour se diriger en route à l'intérieur de la région ou pour en sortir tout bonnement. Ainsi, dans la liste qui suit, vous trouverez les villes de la rive nord et de la rive sud du Saguenay, et les villes qui font le tour du lac Saint-Jean. Classez-les en deux colonnes et numérotez-les de 1 à 10, sachant que Dolbeau et Mistassini sont les dernières villes incluses et que Alma fait partie des deux rives.

BONNE CHANCE!

Péribonka
Anse-Saint-Jean
Shipshaw
Métabetchouan
Tadoussac
Roberval
Chicoutimi
Saint-Henri-de-Taillon



Saint-Félicien
Saint-Fulgence
Sainte-Jeanne-D'Arc
La Baie
Delisle
Sainte-Rose-du-Nord
Chambord
Jonquière

<i>Villes de la Rive Nord</i>	
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	Alma
6.	
7.	
8.	
9.	
10.	Mistassini

<i>Villes de la Rive Sud</i>	
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	Alma
6.	
7.	
8.	
9.	
10.	Dolbeau

MAISON des jeunes



**Andrée-Ann Robert
Stéphanie Larouche**

Bonjour à tous les lecteurs et lectrices de La Vie d'Ici. La Maison des Jeunes de Shipshaw profite de l'occasion pour vous souhaiter une Bonne Année 2004. Par la suite, nous ouvrons nos portes pour la session d'hiver le mardi 6 janvier 2004. Ainsi les jeunes auront une place pour se divertir.

Nous sommes à la recherche de personnes bénévoles pour siéger à notre C.A. étant donné le départ de deux personnes. Nous profitons de l'occasion pour leur dire un beau gros merci pour leur longue implication au sein de notre organisme.

Pour les jeunes, nous organisons une sortie à Val Cartier pour la session hiver. Les jeunes intéressés doivent se présenter à la Maison des Jeunes pour avoir les informations nécessaires pour partir avec nous. L'activité aura

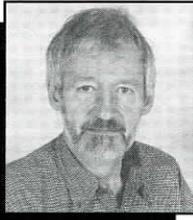
lieu si nous avons un nombre raisonnable de jeunes.

Pour les parents qui désirent visiter l'endroit ou leur jeune passe ses soirées ou qui bientôt auront l'âge d'y venir, une soirée portes ouvertes se tiendra le 12 janvier 2004 de 18h30 à 21h. Il sera possible de voir les lieux, quelques bénévoles et, bien sûr, les deux coordonnatrices. Nous vous invitons en grand nombre.

**Les coordonnatrices
Véronique Dufour
Karyne Tremblay**

Saviez- Vous Que

Denys Claveau



Auto destruction...

Marcellin m'a bien averti : "Il n'y a rien de drôle dans cette anecdote!" Donc, chers lecteurs, je vous demanderais de vous abstenir de tout soubresaut intempestif, que dis-je, de tout frémissement des lèvres. Il faut quand même être respectueux, surtout au début d'une nouvelle année, et donner sa chance au "reculeur", bon!

Donc notre ami Marcellin fait la navette de la rue Bellevue à Shipshaw jusqu'à l'usine Alcan d'Alma depuis de nombreuses

années, soir et matin. Un certain soir de décembre 2003, notre ami monte dans sa Hyundai pour son quart de nuit. Par mesure d'économie, mais aussi de prudence surtout en



hiver, Marcellin fait du covoiturage avec Gino Lapointe de la rue L'Espérance à St-Ambroise. Parvenu chez Gino, Marcellin stationne son auto de reculons pour être prêt à repartir le lendemain et se dirige vers la voiture de son ami à qui c'était le tour de prendre son véhicule. Mais comme il fait très froid, Gino dit à Marcellin de tourner son auto d'avant et de l'avancer jusqu'au garage pour la

brancher. Ce qu'il fit. Puis ils montent à Alma pour leur nuit de travail. Le lendemain, de retour chez Gino vers 6:00 du matin, Marcellin démarre sa voiture qui n'hésite pas malgré le froid. Après avoir dégagé les vitres de la petite neige nocturne, il commence la manœuvre de reculer jusqu'au chemin. Son attention est entièrement fixée sur la voiture de Gino qui est également dans l'entrée étroite. La manœuvre semblait parfaitement réussie jusqu'à ce que la tête de notre infortuné conducteur parte soudainement à grande vitesse vers l'appuie-tête. Le pare-chocs arrière venait de s'emboutir dans le poteau d'éclairage de la rue L'Espérance. De toute façon après le bruit de casse parvenu aux oreilles de Marcellin, il n'y avait plus rien à espérer. Après avoir bondi hors du véhicule, Marcellin constata les dégâts : pare-chocs en accordéon, feu arrière droit éteint à tout jamais et lampadaire absolument intact. En principe la lampe adhère au poteau mais pas les bagnoles. Ce test de résistance des matériaux, tout à l'honneur d'Hydro-Québec, discrédite par ailleurs entièrement la Corée du Sud. Gino avait bien tenté d'avertir Marcellin du danger par quelques signaux utilisés à l'Alcan, mais notre ami, après une nuit d'ouvrage, n'est plus en mesure de les capter. Coût estimé de la réparation environ 2000.00\$ C'est là que ce n'est plus drôle.

À sa décharge, il faut dire que Marcellin chez lui se stationne toujours de reculons pour partir d'avant. Il n'est donc pas habitué de reculer chez lui. (Hélène son épouse ne serait sûrement pas d'accord avec cette affirmation, m'enfin). Il me semble que Marcellin avait moins de malchances du temps qu'il écrivait sa chronique, "Gens prudents" dans La Vie d'Ici. Tout se paie, c'est sûr!

Le piton de fiston.

À vingt mois, Simon, le dernier-né de notre camarade journaliste Nathalie Blackburn, est déjà rendu un homme. Son passe-temps favori

pendant que la gardienne a le dos tourné, c'est de s'amuser avec le téléphone portatif. Dès que ses petites mains maîtrisent un peu le combiné, il s'empresse de peser sur le bouton de mise en ligne, puis son doigt enfonce la touche du numéro pré-programmé du téléphone de ses grands-parents. Ceux-ci vont répondre, mais dès que le "allo!" parvient aux oreilles de Simon, il coupe la ligne. Puis il recommence. Ce matin-là, après 5 coups de téléphone sans réponse, mais qui provenaient tous de chez Larry et Nathalie selon l'afficheur, les grands-parents étaient vraiment inquiets. D'autant qu'ils ne parvenaient plus à téléphoner à la gardienne, Simon ayant laissé la



ligne ouverte à la fin de son jeu. Ils appelèrent donc Larry au garage qui, lui-même, appela Nathalie à l'école. Finalement après des appels aux voisins, on découvrit le subterfuge. Heureusement que Larry n'a pas de ligne coquine à 35.00\$ la minute. Quant à Simon, il sera sûrement tenté un jour par les communications, comme maman qui, soit dit en passant, est enceinte de son 4^e enfant. Bravo Nathalie et vive les communications.

Je vous souhaite à tous une année 2004 amusante, tordante, délirante et des rates hypertrophiées à la fin de l'année. Pour cela il faut partager vos petits malheurs avec les autres. Au 542-8800, vous aurez toujours une oreille attentive pendant que l'autre fera autre chose.

Du Côté De Bois-Joli

Solange Routhier



Communication et ouverture sur le monde

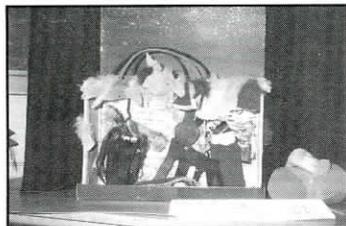
Des élèves du projet Arts visuels au 3^e cycle, animé par Madame Mireille Boivin, ont eu le privilège de participer à quatre enregistrements de l'émission télévisée «Le Faubourg du Père Noël».

Les jeunes avaient à présenter des objets décoratifs originaux (boules, guirlandes, bonhommes en pain d'épice et crèches) qu'ils ont confectionnés pour décorer le sapin.



Pour les crèches, toutes les classes de l'école ont collaboré en fabriquant une crèche aux couleurs du pays qu'elles avaient choisi de mieux connaître au cours de l'année. Ainsi, les élèves, guidés par leurs titulaires et l'enseignante en arts plastiques, madame Isabelle Bilodeau, ont mis leurs connaissances au service de leur créativité et de leur imagination en nous permettant d'admirer à l'église et à l'école des crèches à l'image d'Hawaï, du Mexique, de la France, de la Croatie, de l'Espagne, de l'Australie et de la Russie. Chaque classe était très fière de présenter sa réalisation... Des mentions spéciales furent décernées aux élèves de maternelle (Hawaï), du 2^e cycle (Mexique) et du 3^e cycle, an 2 (France).

Les jeunes qui ont représenté leur école aux différentes émissions ont relevé un défi de taille en plus de vivre une expérience médiatique des plus valorisantes. Merci à tous ceux et celles qui ont permis la réalisation de ce projet.



Projet «BAZAR PARTAGE»



En décembre, des élèves du 3^e cycle ont choisi comme projet de confectionner des objets décoratifs de Noël et de les offrir en vente au public lors d'un après-midi BAZAR. Trois équipes se sont mises à l'œuvre avec plaisir et entrain...

Dans l'esprit du Partage de Noël, les jeunes ont également souhaité faire cadeau de la moitié des profits à une famille défavorisée du milieu, l'autre partie servant à diminuer le coût des sorties éducatives de l'année. L'activité fut un succès et les jeunes ont amassé plus de 200\$.



Grâce aux conseils de Madame Charlotte Bouchard, bénévole très impliquée dans la paroisse, des équipes ont proposé une liste d'épicerie d'une valeur de 100\$. Les achats ont été réalisés avec les enseignantes et des bénévoles sont venus à l'école prendre la marchandise pour la remettre à une famille qui, nous l'espérons, a pu fêter Noël dans la joie et l'amour.

**Bravo! et Merci! aux élèves et à leurs enseignantes dynamiques,
mesdames Julie, Helen et Isabelle.**

Bonjour chers lecteurs,

Suite à notre dernier article vous présentant la présidente de l'école, nous voulons vous faire part qu'un conseil étudiant a été élu. Celui-ci est composé de Sarah Tremblay (502-602), Pier-Yves Plourde (601), Jean-Daniel Bilodeau (401-501), Mélissa Gilbert (402), Tommy Duperré (302) et Anne Sergerie (301). Le rôle de ce conseil est de participer à certaines décisions et projets de l'école.

Le premier mandat du conseil a été d'organiser et d'animer le concours de lipsing du 20 novembre dernier. Certains élèves ont donc pu démontrer leur talent de chanteur. L'expérience a été aussi enrichissante pour les animateurs (Sarah et Pier-Yves) que pour les participants. Nous pouvons vous affirmer qu'il y a du talent à l'école Bois-Joli.

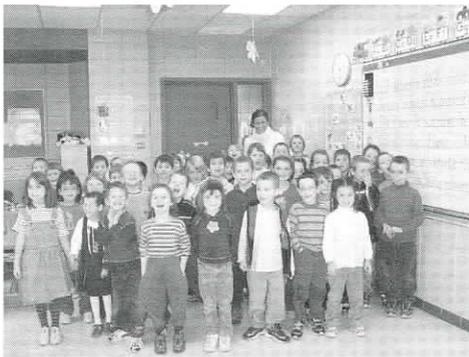
Le conseil étudiant souhaite à tous de passer de joyeuses fêtes.

Cette année les élèves de première année font le projet d'élève-vedette. Il y a un élève qui est pigé à chaque semaine de 5 jours. Ce dernier a alors le privilège de décider de ce qu'il veut présenter et partager avec les autres tout au long de la semaine. Il présente également un petit document qui apprend aux autres élèves à mieux le connaître. Il peut apporter des jouets, des objets précieux ou même inviter des personnes dans la classe.

Une des personnes qui est venue nous visiter est madame Nadia Touzin. Elle a pu expliquer aux enfants ce qu'est le travail à la poste et les services qui y sont offerts. Elle leur a également montré les différents timbres et expliqué leur usage. Nous avons été très contents de recevoir quelqu'un qui travaille parmi la communauté. Cela permet aux enfants de connaître davantage leur milieu.

Merci beaucoup madame Touzin de votre générosité!

Les amis de la classe de madame Janick



En lien avec le projet éducatif «**À la découverte de nos trésors**», les élèves de première année ont reçu la visite d'Ana.

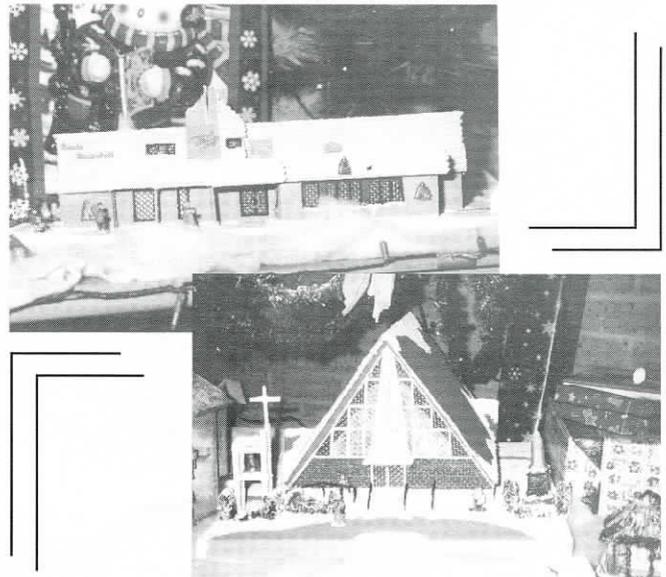
Cette jeune fille, originaire de la Croatie, est venue nous parler de son pays. Elle a discuté avec eux des différences et des similitudes entre les deux pays. Par exemple, elle a spécifié que les maisons en Croatie sont toutes blanches avec le toit rouge et que pour la période des fêtes, elles ne sont décorées qu'à l'intérieur. De plus, les gens se réunissent en famille dans une seule maison qu'ils décorent ensemble et les cadeaux ne sont pas à l'honneur comme dans notre tradition. Avant de partir, elle a eu la gentillesse de montrer aux enfants comment dire « Joyeux Noël » en Croate.

Merci et « Sretan Bozic »

*Les enseignantes de première année
Karine et Janick*

Un artiste de la miniature,

Monsieur Gervais Larouche, parent d'une élève de l'école, a su impressionner en nous offrant, pour Noël, une réplique miniature à l'échelle de l'école Bois-Joli et de l'église. Il a réalisé plusieurs autres églises de la région et s'amuse à faire des maquettes de résidences qui sont d'un réalisme saisissant. Quelques membres du personnel de l'école ont eu le privilège de recevoir leur maison en souvenir...





**L'ÉQUIPE DE LA VIE D'ICI
VOUS SOUHAITE...**

