

le PIERRE - BRILLANT

MENSUEL D'INFORMATION.



Inauguration de la Marina

Le 24 juillet dernier, le député-ministre de Matapédia Matane, M. Pierre De Bané, venait faire l'inauguration de la Marina de Val-Brillant. Le ministre a souligné d'une façon particulière les efforts et la détermination des divers intervenants régionaux dans ce dossier. Il est à noter que le projet Marina a été rendu possible grâce à une subvention du gouvernement

fédéral, son programme de développement communautaire et le concours de la station de ski Val d'Irène. Ont également participé à la cérémonie de coupure du ruban, l'épouse du ministre Madame Elisabeth Bélanger, le préfet du comté de Matapédia M. Philippe Marquis, les maires de Val-Brillant et St-Pierre du Lac MM. Gérard Morin et Richard Sirois.

Autres photos en page 6.

Régate amicale

La régata amicale du samedi 24 juillet constitue une première dans l'histoire des loisirs sportif dans la vallée. Le talent des organisateurs et les bonnes conditions de vent sont à la base du grand instant suscité par les deux premières courses de bateaux à voile à avoir lieu sur le Lac Matapédia. La population a grandement apprécié le spectacle et son caractère amical. Voir le classement officiel des participants à cette première compétition à la page 15.

ce mois:

Loisir, responsabilité
municipal P.4

Communication municipal
P.6,7

Deux recettes P.8

Histoire P.10

Economie d'Energie P.11

Nous et P.13

Les handicapés P.14

page deux

Le Festival des Foins de Val-Brillant



Lucien Bélanger, président Yolande Perron, vice-prés.

— REMERCIEMENT AUX LIONS ET AUX BENEVOLES

Le Festival des Foins est déjà terminé. Les organisateurs méritent une grande appréciation de la part de la population de Val-Brillant.

Le calendrier des activités a été bien pensé et respecté.

Je désire remercier du fond de mon coeur, tous les Lions et Lionnettes qui, près ou de loin, directement ou indirectement, vis-à-vis les jeunes, les adultes ou l'Age d'Or, ont bien voulu s'impliquer de bonne grâce et bénévolement, dans le déroulement du Festival des Foins.

La demande était faite sur une base volontaire et beaucoup ont répondu.

Un gros merci à tous les bénévoles qui se sont impliqués.

A tous les Lions de Val-Brillant: dès que nous aurons eu notre prochain C.A. avant la fin du mois, nous serons en mesure de discuter des horaires des soupers, des oeuvres dans lesquelles nous nous impliquerons et de nos activités pour 82-83.

Encore une fois: merci à tous d'avoir répondu à l'appel qui vous a été fait.

Léopold D'Amours
Club Lions de Val-Brillant.

le

PIERRE-BRILLANT

MENSUEL D'INFORMATION

Publié par

JOURNAL DE VAL-BRILLANT

C.P. 67

VAL-BRILLANT

GOJ 3LO

REDACTION

Rédacteur

AUCLAIR Marcel

Adjoint

AUCLAIR Gabriel

Responsables de page

D'AMOURS Léopold

LEVESQUE Gilberte C.

MORIN Gérard

PELLETIER Françoise

PERRON Yolande

PICARD Monique

RINGUET France

TURCOTTE Françoise

RIVARD Bérangère

Photographie

LEVESQUE Elizabeth

Collaboration

Spéciale

CLOUATRE Yves

LAUZIER Juliette

PELLETIER Rita

ROY Alma

PRODUCTION

Directeur

BROWN Garry

Composition

TURCOTTE Denise

DISTRIBUTION

LEVESQUE Gilberte C.

TURCOTTE Denise

TURCOTTE Françoise

742-3831

TURCOTTE Valère

IMPRESSION

LITHOGRAPHIE

DE LA VALLEE

25 de l'Aréna

Amqui, GOJ 1B0

TIRAGE: 700 copies

ABONNEMENT: 6,00\$ année

DEPOT LEGAL: QUEBEC

CANADA

COURRIER 2 ième CLASSE

ENREGISTREMENT: 5 5 6 8

LES FERMIERES

Le cercle de fermières de Val-Brillant a comme par les années passées organisé un dîner traditionnel à la Cédrière sur l'habile direction de Madame Irène Soucy. Grâce à la collaboration de nos dévouées fermières et à la participation de nos citoyens de Val-Brillant et des environs tout c'est terminé par un franc succès. Merci à tous.

Les 18 et 19 août se tiendra à la Cédrière l'exposition annuelle. Nous recevrons les exhibits le 18 à partir de 19 hrs à 22 hrs. La journée du lendemain sera employée au jugement. L'exposition sera ouverte à la population à partir de 15 h 30 et la soirée suivra avec la vente de légumes et d'Arts culinaires.

Vous êtes tous invités à venir passer une agréable soirée en notre compagnie.

Peut-être que quelques-uns se demande à quoi sert les revenus de ces activités. Voici ces deux activités sont à peu près les seuls moyens à notre disposition pour nous faire des revenus pour pouvoir fonctionner pendant l'année. Nous sommes une association à but non lucratif, tout de même il est nécessaire d'avoir des revenus pour payer les dépenses lors des congrès, journée d'information, exposition et d'achat de matériel, etc.

En plus de cela, il nous arrive d'être sollicité par d'autres associations de la paroisse et même des environs pour leur venir en aide, ceci n'est pas notre rôle quoique nous étudions les cas et il est décidé après, s'il nous est possible de répondre à leur demande. Cette année nous

en avons laissé en attente car nos avoirs étaient très minces. Peut-être que bientôt il nous sera possible de donner suite à leur demande.

Ceci était pour votre information.
D'une fermière reconnaissante

Rita Pelletier Présidente

Fêtes des Pères à l'Age d'Or

Dimanche, le 20 juin dernier, le Club de l'Age d'Or de Val-Brillant soulignait la Fête des Pères. La réception sous la direction des mères fut conduite de main de maître. La soirée fut agrémentée par un vin d'honneur, un goûter et par des danses variées. En l'absence de Mme Donat Paquet Mère de l'année '82, le cadeau souvenir fut remis à l'heureux élu Père de l'année, Monsieur Bertrand Boucher par Madame Donia Michaud, mère de l'an passée.

Félicitations au Père de l'année '82 et merci à tous ceux qui contribuèrent au succès de la fête, en particulier à Madame Armand D'Amours et à son équipe.

Alma Roy, présidente



Les assurances
LA MUTUALITÉ

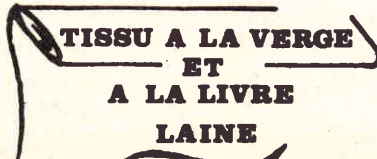
Représentante:

ANNE-MARIE ST-ONGE

VAL-BRILLANT

742-3555

**Mme Armand
D'Amours**



**TISSU A LA VERGE
ET
A LA LIVRE
LAINE**

VAL-BRILLANT 742-3561

CARON & BOUCHER Inc



C.P. 144 Val-Brillant
GOJ 3LO



TEL: 742-3814

LE DEVELOPPEMENT DU LOISIR, UNE RESPONSABILITE MUNICIPALE.

Le Programme

M. Lucien Lessard, ministre du Loisir de la Chasse et de la Pêche, rendait public en mai dernier le nouveau programme de soutien aux activités de loisir municipal.

Désormais, tout organisme qui voudra bénéficier d'un soutien financier gouvernemental devra passer par sa municipalité; et cette dernière doit s'inscrire à ce programme avant le 30 septembre 1982. Cette inscription ne se fait pas sans quelques exigences:

- 1- La municipalité devra posséder une structure ou un mécanisme de consultation de la population.
- 2- Etablir un programme annuel de loisir.
- 3- Identifier, pour les trois (3) prochaines années, les objectifs d'action que veut atteindre la municipalité.

En fait, nous retrouvons dans ces trois (3) exigences gouvernementales les politiques, les stratégies et les structures, énoncées dans le Livre Blanc sur le loisir publié en 1979. Mais le Livre Blanc est devenu un programme auquel il faut se conformer avant le 17 décembre 1982 pour pouvoir bénéficier de l'aide gouvernementale.

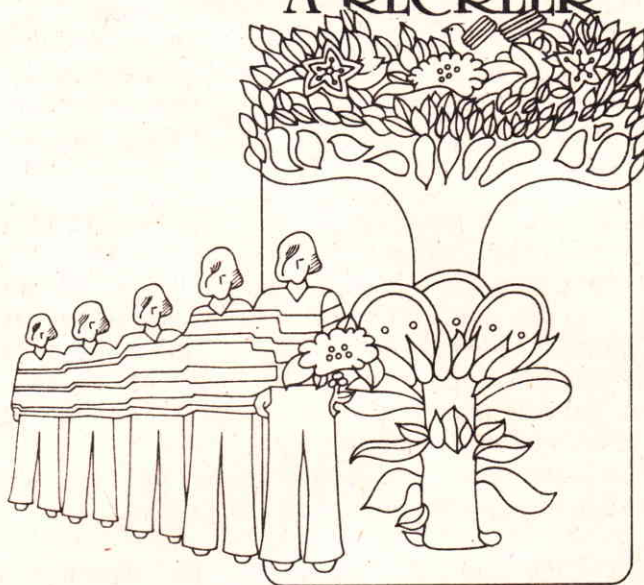
Les Options

Les options fondamentales sur lesquelles la politique gouvernementale est basée sont:

- 1- Le citoyen est le centre et la priorité de la politique du loisir.
- 2- La municipalité devient le maître d'oeuvre du développement et de l'organisation du Loisir.

Ainsi, à partir de ces deux données, la nécessité d'une consultation entre le citoyen et la municipalité apparaît évidente pour le développement des priorités locales du loisir. Pour citer le Livre Blanc: "Bien plus, les projets municipaux de loisir devraient finalement être ceux que les groupes voudront bien se donner. (On a un monde à recréer. Livre Blanc sur le loisir au Québec, page 38)"

ON A UN MONDE À RÉCRÉER



LIVRE BLANC
SUR LE LOISIR AU QUÉBEC
1979
Le ministre Claude Charron



Gouvernement
du Québec

Le Comité de consultation

Le comité de consultation en loisir, appelé couramment dans certaines régions le comité des Loisirs, devrait constituer une commission du conseil municipal. Ses pouvoirs sont d'ordre consultatif, le conseil municipal gardant l'entière autorité de décider de la nature et de l'importance des programmes de Loisir.

Le Livre Blanc suggère que les membres de ce comité de consultation soient nommés par le conseil municipal pour un mandat renouvelable d'un an et que toutes ces personnes soient de l'extérieur du conseil municipal à l'exception du président de cette commission qui devra être un membre du conseil municipal. Ces membres pourraient être nommés à partir d'une liste constituée lors d'une assemblée publique de personnes intéressées au Loisir.



Le Mandat du Comité

La tâche du comité comporte trois (3) volets:

- 1- Rechercher au niveau des citoyens et des groupes les priorités et les moyens d'action nécessaires au développement du loisir qui soit conforme aux aspirations de ces individus ou organismes.
- 2- Préparer le plan triennal demandé par le gouvernement pour pouvoir bénéficier des programmes.
- 3- Transmettre au conseil municipal des avis sur l'état et les besoins de loisirs dans la municipalité.

La municipalité et les Loisirs

Si, selon les nouvelles politiques gouvernementales et les exigences des programmes qui en découlent le développement et l'organisation des Loisirs relèvent de la municipalité, le programme annuel de loisir de la municipalité ne doit être que le reflet des initiatives des différents groupes ou individus de la municipalité.

Par exemple, dans un programme annuel de loisir, il est normal de voir l'horaire de

la bibliothèque municipale. Si, en fait, c'est un comité qui s'occupe de la bibliothèque, cette activité de loisir fait partie de développement et de l'organisation des loisirs municipal. Il en reste ainsi des loisirs organisés par l'Age d'Or, les Fermières, la Cédrière, le Festival des Foins pour n'en nommer que ceux-là. D'où la nécessité d'une consultation valable auprès de tous les organismes, le loisir n'étant pas l'apanage d'une seule organisation.

Un autre aspect majeur du mandat municipal au niveau du loisir est l'aménagement et la gérance des espaces et équipements de loisir. Les municipalités sont déjà habituées à gérer des équipements, pourquoi pas ceux des loisirs.

En terminant, à la page 37, du Livre Blanc sur le Loisir, nous pouvons lire ceci: "D'ailleurs, ce n'est pas sans raison que, aux yeux de beaucoup de citoyens, les programmes de loisir de leur ville sont souvent le baromètre d'une bonne ou d'une mauvaise administration municipale".

Marcel Auclair



Valenciel Inc.

Poste de
conditionnement

Semences
Pédigrées

742-3405



GARAGE

Louis Savard

spécialités:

►DEBOSSAGE

►PEINTURE

742-3333

Entreprise Benoit D'Amour enr.

-Entrepreneur Artisan



- Menuiserie générale

- Ebénisterie

- Pose de céramique

87 rue ST-PIERRE

VAL-BRILLANT 742-3883

COMMUNICATIONS MUNICIPALESde ST-PIERRE-DU-LAC

Avis à la population de St-Pierre-du-Lac que le bureau de la secrétaire-trésorière est maintenant situé au 11 St-Pierre Ouest 2ième étage. Le bureau est ouvert le jeudi et le vendredi.

Un avis de motion a été donné par monsieur le conseiller Gérard Blouin à l'assemblée régulière du conseil municipal du 3 août dernier que mardi le 7 septembre prochain à une séance régulière qui sera tenue à 20.00 heures à la salle municipale, il présentera un règlement concernant l'installation des fosses septiques.

Voici une liste de fosse septiques décertifiées par le bureau de normalisation du Québec.

ACIER

Soudures F.M. Welding Inc.	Montréal
Cie d'Ingénierie Brock Ltée	Montréal
Rainville & Fils Inc.	St-Gabriel
Réservoirs d'acier Granby Inc.	Granby

PLASTIQUE AVEC FIBRE DE VERRE

Fibre Amos	Amos
------------	------

BETON ARME

Ciment Vaillancourt Inc.	Danville
Les Industries Lépine Ltée	Lac-des-Plages
Casselman Cement Ltd	Casselman
Les Cimentiers de St-Flavien	St-Flavien

Pour de plus amples informations, vous pouvez venir consulter la liste à mon bureau.

L'INAUGURATION OFFICIELE DE LA MARINA.

Le maire de Val-Brillant Monsieur Gérard Morin s'adressant à la population lors de la cérémonie d'inauguration. A l'arrière plan, le ministre De Bané et son épouse Madame Elisabeth Bélanger.



Le Ministre De Bané rappelant les mérites de la concertation régionale et la participation active de nombreux intervenants régionaux. A l'arrière plan, les maires de Val-Brillant et St-Pierre du Lac Messieurs Gérard Morin et Richard Sirois.

RAPPORT MENSUEL DU MAIRE DU VILLAGE

A tous et à chacun, salut, déjà un été qui touche à sa fin, et qui va devoir céder sa place à une saison automnale que plusieurs aiment mais qui nous fait passer à la rude saison d'hiver qui s'en vient.

Comme vous aimez avoir le compte rendu en général des activités de votre municipalité, en juillet il y en avait tellement ici et aux environs, que plusieurs fois, il aurait fallu se fendre en deux comme on dit pour pouvoir participer à tout, mais, je sais que vous comprenez les situations embarrassantes que quelquefois on est encerclé.

Au conseil municipal de juillet assez de pain sur la planche. La lecture de plus d'un procès-verbal depuis la dernière assemblée prouve l'ouvrage que doit abattre le conseil durant le mois, et tout ce qui se présente pour le mois à venir. La correspondance assez intéressante ce mois-ci mais très longue que voulez-vous. Une résolution concernant les déchets sanitaires préférant à continuer de fonctionner notre dépotoir actuel, fut adressé à la M.R.C. de Amqui. Une soumission pour le revêtement de la rue St-Pierre fut adressée à Mont-Joli pavage; excusez si vous avez eu un peu de difficultés sur nos chemins du village mais, cela va se réparer peut-être un peu tard pour vous.

On a dû aussi voir à ce que quelques signalisations qui avaient été déplacées soient réparées. Une résolution a été passée pour remercier le député M. Léopold Marquis pour le bel octroi que nous avons obtenu.

L'inspecteur municipal a présenté un rapport bien monté à mon goût à savoir l'ouvrage fait et celui à faire et des chiffres concernant des coûts approximatifs des dépenses.

Aux questions: La propreté sur les terrains près dulac, le nettoyage après usage, pour feu de camp ou autres. Information sur les H.L.M. où on est rendu. Après cela il a été mentionné de respecter la place de la Fabrique, de lui garder le nom de propriété réservée au culte et de se rappeler que ce lieu terrain et maison de Dieu devraient être tenus à perfection et lui donner la place qui lui appartient.

Voici un bref aperçu de ce que notre conseil municipal de Val-Brillant fait et beaucoup de choses ne sont pas mentionnées faute d'espace.

A tous, bonne chance et au mois prochain.

Gérard Morin, Maire

Pour rendez-vous
Val-Brillant Tél.: 742-3268

Marielle Claveau, D.D.

Denturologiste

VAL-BRILLANT, Cté Matapédia, P.Q.

G0J 3L0

Jules inc.
Fournier

VAL-BRILLANT

CONTRACTEUR
GENERAL
742-3227

CHARLES ST-AMAND
Fer Ornemental



VAL-BRILLANT

742-3225



CLAUDE MALENFANT
R.R. 2 Val-Brillant,

FRUITS CROUSTILLANTS

- 2 Boîtes de fruits diète de 14 onces
- 1c. à table de jus citron
- 2/3 tasse de farine
- 1/4 de tasse desucre
- 1/2 c. à thé de canelle
- 1/4 c. à thé de sel
- 3 c. à table de beurre

Egouter les fruits les déposer dans un moule carré de 8 pouces arroser de jus de citron et du sucre. Mélanger les ingrédients secs y couper le beurre. Soudruler ce mélange sur les fruits. Cuire au four à 375 degré pendant 30 minutes (portions 8)

JAMBON AUX LEGUMES

- 1 Jambon avec corde, en tranche de 1/2 à 3/4 po d'épaisseur
- 1 Navet coupé en tranche
- 8 Carottes coupées en deux
- 1 Oignon coupé en morceau

Dans un poëlon placer les tranches de navets et carottes et mettre par-dessus les tranches de jambon, ajouter l'eau et faire cuire environ 20 minutes à feu doux à surveiller parce que ça peut coller.

Juliette Lauzier

NOS GENEREUX DONATEURS

- M. Léo D'Amours
(Ontario)
- M. Yvon Bélanger
(Montréal)
- Mme Danielle D'Amours Fournier
(Laprairie)
- M. Antoine Tremblay
(Cowansville)
- M. Richard Pelletier
(Chibougamau)
- Mme Diana Michaud
(St-Jean Baptiste)

- M. Jean-Marie Bélanger
(Québec)
- Mme Lorraine Fournier
(Ste-Foy)
- M, Mme Isaac Blouin
(Val-Brillant)
- Mme Ginette Boissonneault
(Fabreville)
- M. Jean-Guy Bélanger
(Ville Mercier)

MERCI!

Spéciaux
du jeudi
inclus

EPICIER

VOTRE
RENDE
QUOT

MARCHÉ LI

Biere

742

5, rue St-
Val-Brilla

GARAGE
Jacques Levesque

— TUNE UP —
— TRANSMISSION —
AUTOMATIQUE

ROUTE NATIONALE
VAL-BRILLANT
742-3785

CANTINE LA
PAYSANNE



Val-Brillant

Dimanche: cipaille

Spécialité: SOUS-MARIN

T-EL: 742 - 3422

OBJET à V
LOC

Tarifs: \$1.00 po
po

s'adresser:

Mme Franco

742-3

PETITES NOUVELLES, PETITES ANNONCES.....

NOUVELLES:

Décès: Est décédé accidentellement le 9 juillet, Marcel Beaulieu 25 ans 11 mois fils de feu Oscar Beaulieu et de Cécile Santerre. Il était le frère de Monique (Mme Gaétan Ruest), Thérèse (Mme Jacques Morin), Françoise (Mme André Truchon) de Jules, Raymond, Pierrot, Mario, René et Julie Beaulieu, tous de notre paroisse.

- Est décédé à l'hôpital de Québec le 29 juillet Henri Brochu 54 ans époux de Jacqueline Côté de Les Boules. Il était le neveu de M & Mme Auguste Côté et de Mme Emile D'Amours et aussi le beau-frère de M & Mme Lauréat D'Amours (Gisèle Côté) de notre paroisse.

Sincères condoléance aux familles éprouvées.

MARIAGES: Le 10 juillet a eu lieu le mariage de Hervé Lavoie fils de M & Mme Didier Lavoie et de Marise Lamarre fille de M & Mme Jacques Lamarre (Noëlla Pigeon).

- Le 16 juillet a eu lieu le mariage de Claude Michaud fils de M & Mme Donia Michaud (Jeannette Lévesque) et de Martine Sirois fille de M & Mme Richard Sirois (Georgette Santerre).

- Le 22 juillet a eu lieu le mariage de Jules Beaulieu fils de Mme Oscar Beaulieu (Cécile Santerre) et de Marjolaine Malenfant fille de M & Mme Pierre Malenfant (Madeleine Migneault).

- Le 22 juillet a eu lieu le mariage de André Truchon fils de M & Mme Raoul Truchon de Sayabec et de Françoise Beaulieu fille de Mme Oscar Beaulieu (Cécile Santerre).

- Le 23 juillet a eu lieu le mariage de Rock Lévesque fils de M & Mme Ghislain Lévesque de Sayabec et de Suzanne Rioux fille de M. Omer Rioux et de feu Madeleine Langlois.

- Le 4 août a eu lieu le mariage de Renaud Charest fils de Mme Charles Charest de Amqui et de Gisèle Harrison fille de M & Mme Ghislain Harrison (Cécile Bélanger).

Voeux de bonheur aux nouveaux époux.

ANNONCES:

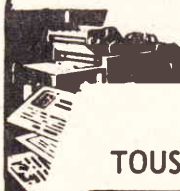
Gardiennne: Serais à la recherche d'une jeune fille demeurant à Val-Brillant pouvant garder un bébé de 5 mois à partir du 1er septembre 82, si intéressée, communiquer au No Tél: 742-3571.

SALON FRANCINE

MME FRANCINE SANTERRE, prop.
9, St-Raphael, Val-Brillant

- . Coiffure esthétique
- . Traitement capillaire
- . Soins de la peau

A votre service: 742-3740
mardi-jeudi 9 à 18 h
merc.-vend. 9 à 21 h
samedi 7 à 13 h



NOUVEAU: ARTICLES (418)
DE PUBLICITE DIVERS 629-2575

TOUS GENRES D'IMPRESSIONS

lithographie de la vallée, inc.

25, DE L'ARENA • AMQUI • C.P. 877

JEAN-YVES, NORMAND, CHARLEY

Nous apprenions au début de l'été que le gouvernement du Québec avait répondu favorablement à une requête du conseil municipal du village de Val-Brillant demandant un octroi pour la réparation du revêtement de la rue principale du village. Nous sommes tous, piétons et automobilistes à même de constater que cette route est dans un fort piteux état sur pratiquement toute sa longueur et que la réparation souhaitée tarde à venir.

La décision quant à la nature ou l'ampleur des travaux de réparation relève du conseil municipal. Le retard, si l'on peut dire, dans la prise de décision peut s'expliquer par l'importance des implications financières et le fardeau fiscal à faire porter aux contribuables de la seule localité du village. Cependant, les raisons qui militent en faveur d'une réparation prompte et permanente sont multiples et fondées. Qu'elles soient d'ordre sécuritaire, esthétique ou hygiénique, les raisons qui amènent les contribuables à réclamer une amélioration de route sont aussi vieilles que les routes elles-mêmes. Judgez-en par vous-même en lisant dans ce qui suit la reproduction intégrale du procès-verbal d'une séance du conseil municipal, tenue en 1930 et spécialement convoquée pour discuter du problème auquel nous faisons face encore une fois.

Lundi le quinzième jour du mois de juin (1931) mil neuf cent trente et un la séance commencée le premier du même mois est continuée. Sont présents, Monsieur Jos Drolet maire, MM. Arthur Côté, Georges-Henri-Nolin Auguste Côté et Georges Paradis tous conseillers de cette municipalité formant quorum de ce conseil sous la présidence du maire.

Il est proposé par Monsieur Georges-Henri Nolin secondé par Monsieur Georges Paradis il est unanimement résolu que ce conseil après avoir pris connaissance d'une répon-

se du Ministère de la voirie au sujet d'un pavage permanent, ce conseil décide et autorise le secrétaire-trésorier à transmettre au Ministre de la voirie, les demandes suivantes. Il y a quelques mois, ce conseil vous demandait bien humblement que la route nationale comprise dans les limites du village de Val-Brillant soit couverte de bitume et votre lettre, en réponse, nous mentionnait que notre demande serait considérée; nous revenons encore à la charge et pour plusieurs raisons:

- 1) Notre route nationale dans les limites du village est dans un bien triste état et il faudrait la réparer nécessairement;
- 2) Un trottoir en ciment de quatre pieds de largeur longe cette route dans les limites du village;
- 3) De l'avis même de notre ingénieur, M. Pellerin, ce serait la route de village la moins dispendieuse à faire en bitume parmi toutes celles sur la liste, étant donné qu'elle est droite et presque à niveau ayant de plus une couche profonde très solide en "Macadam" ne subissant aucun effet de la gelée sur toute sa longueur, soit environ vingt-cinq arpents;
- 4) Il est pratiquement impossible de faire la ventilation nécessaire au logement sur tout le parcours de ce village à cause de la poussière qui s'élève partout d'où plainte du département d'hygiène.

En conséquence, Monsieur le Ministre, ce conseil vous demande et ose même insister auprès de votre département que sa demande, d'ailleurs bien légitime, soit menée à bonne fin et ce aussitôt que possible dans l'intérêt de tout.

Assurés, Monsieur le Ministre, de votre attention immédiate dans notre cas, nous demeurons vos dévoués,

Le conseil municipal de Val-Brillant.

**Société Mutuelle
d'Assurance
Contre l'Incendie
de Bonaventure
et de Matapédia**

Services offerts :
Assurance Maison
Loyer
Ferme
Automobile
Société Gaspésienne à 100%

**MICHEL HALLE 536- 3328
JEAN- GUY BEAULIEU 536- 5710**

GABRIEL AUCLAIR

LA

CONSERVATION

DE

L' ENERGIE

En matière de conservation d'énergie, il n'a qu'un facteur sur lequel vous avez un contrôle parfait, c'est vous et votre famille. Vous avez mis une bûche de trop: vous devez ouvrir une fenêtre, vous laissez une porte entreouverte, vous avez placé le thermostat de votre chauffe-eau trop haut: une température de 62°C est suffisante pour faire fonctionner efficacement un lave-vaisselle, vous laissez le thermostat de votre chambre trop haut et vous avez de la difficulté à dormir: une couverture de plus coûte moins cher sur une longue période qu'un degré au-dessus de 20°C: tout degré au-dessus de 20°C coûte proportionnellement beaucoup plus cher que le même degré en bas de 20°C.

Vous avez plus ou moins de contrôle sur les autres facteurs: vitrage double ou triple aux fenêtres et portes, isolation des murs, des plafonds, des contre-portes, contre-fenêtres, efficacité du système de chauffage, etc... Vous pouvez exercer une planification à l'achat ou au renouvellement, mais non à tous les jours.



Il existe quelques trucs pour tromper l'impression de froid: réduire le taux d'humidité dans la maison, l'air plus sec est plus facile à chauffer et donne une impression de chaleur à un degré moindre, porter un vêtement plus épais: vous vous chauffez avec la chaleur dégagée par votre corps, poser des tapis sur vos planchers: le tapis absorbera un peu de l'humidité ambiante et il est toujours plus facile de se sentir au chaud quand les pieds ne sont pas gelés, vous pouvez en trouver d'autres en y pensant un peu.

La suite de cet article paraîtra dans le numéro de septembre.

Dites-vous toujours, qu'il est plus facile d'économiser l'argent qu'on dépense pour des produits de qualité qui semblent plus chers au début, que de lésiner pour ne pas dépenser quelques sous de plus.

Léopold D'Amours



SERVI



FERNAND COTE
ÉPICERIE LICENCIÉE

BOUCHERIE

742-3281

VAL-BRILLANT



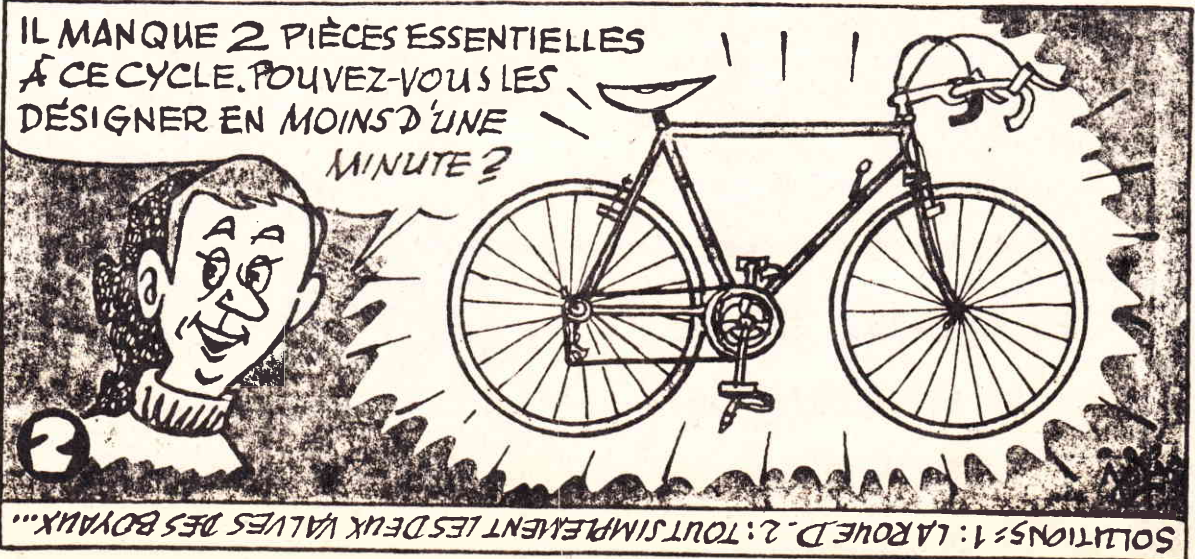
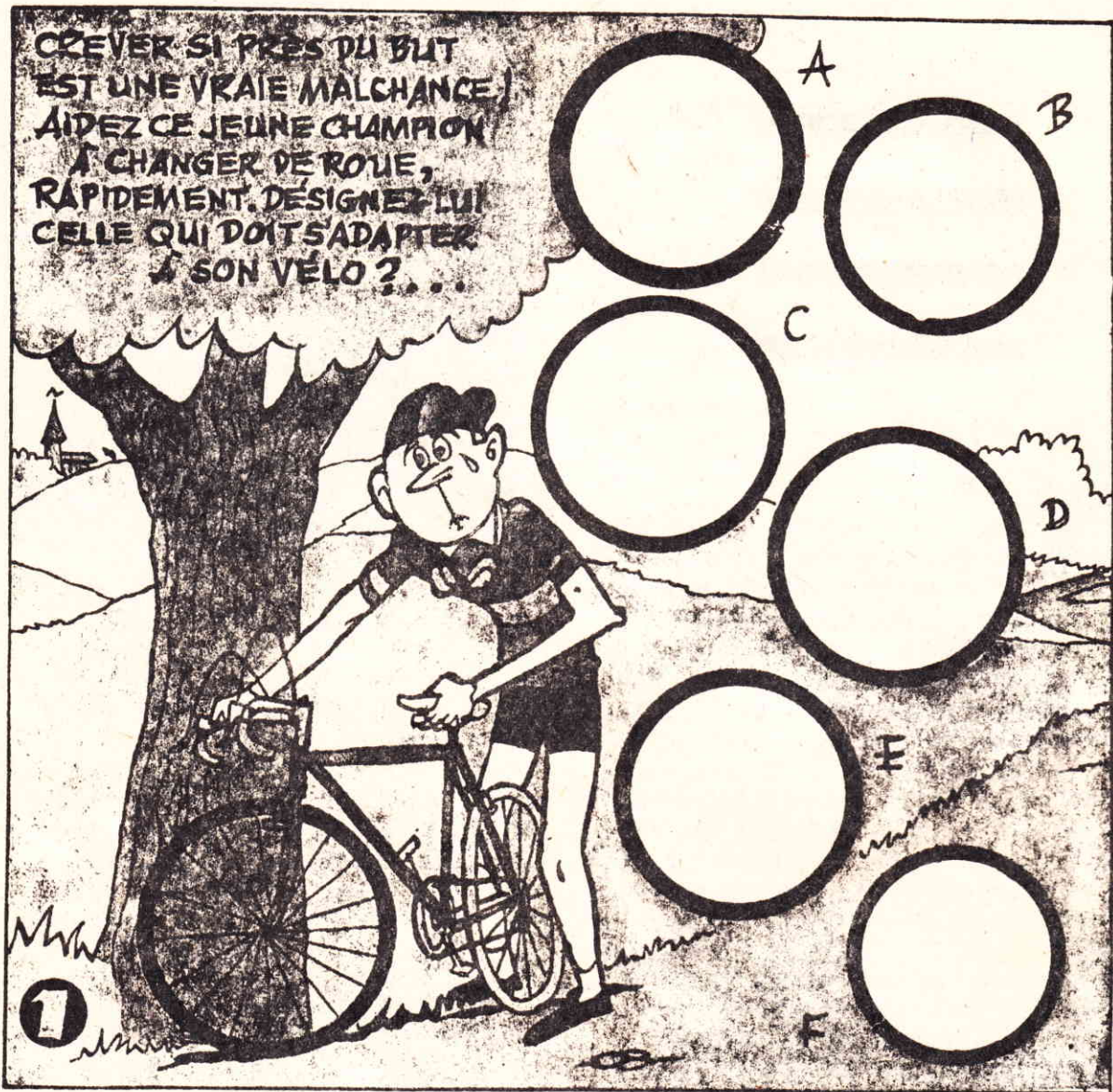
Spécialités:

◆fondue chinoise

◆rosbeef du Roy

◆steak du Roy

◆POULETS BAR-B-Q



LA CONSTIPATION

C'est un des problèmes préoccupants, fréquent à tout âge. On la rencontre chez les nouveaux-nés de même que chez les personnes âgées.

Les causes sont très variées, mais les points cruciaux toujours consistent en l'alimentation, l'hydratation et les habitudes de vie.

Chez le nouveau-né et le nourrisson, elle est souvent fausse, c'est-à-dire sans conséquence. Il faut savoir qu'un nouveau-né peut avoir plusieurs selles par jour (4 à 5) jusqu'à une selle par 5-6 jours et le tout peut-être normal, car souvent il ne mange pas de solides. Dans les cas de constipation, il présentera des maux de ventre, de l'irritabilité, un sommeil agité, des coliques plus fréquentes; le traitement habituel consiste en chaleur appliquée sur l'abdomen, une dilatation anale avec thermomètre ou suppositoire de glycérine, l'emploi de jus de fruits ou d'eau pour assurer une meilleure hydratation ou pour leur action laxative légère. Les laxatifs tel l'huile minérale sont plus rarement nécessaires.

Chez les enfants et les adultes de tout âge, elle est souvent reliée à une mauvaise alimentation. Il est bien connu depuis longtemps que certains aliments assurent une régularité de ce côté. Vient ici jouer le rôle des fibres alimentaires.

Nous savons que certains aliments tels les fruits, les légumes et les céréales, c'est-à-dire des végétaux que nous consommons, contiennent des fibres alimentaires, une

substance fibreuse non digérée par l'organisme mais, qui une fois rendue dans les intestins, attire l'eau, augmente le volume fécal et stimule les contractions intestinales. Donc, un individu qui boit beaucoup d'eau mais consomme peu de ces substances, ne favorise pas beaucoup une régularité de ses intestins.

Un autre point important pour éviter la constipation consiste à prendre des habitudes, et cela débute dès le tout jeune âge.

Certains individus par exemple, adoptent un genre de cérémonial de telle sorte que leurs intestins fonctionnent quotidiennement au lever, au coucher ou après les repas... D'autres n'ayant pas pris ces habitudes, vont irrégulièrement à la toilette avec ce qui s'en suit comme conséquences. En terminant, un mot sur les laxatifs. Ceux-ci contiennent des substances qui stimulent les intestins à se contracter, soit en les irritant, soit en attirant de l'eau dans les intestins, soit en augmentant le volume fécal, soit lubrifiant le passage intestinal. Les moins susceptibles de provoquer une accoutumance ou d'autres effets secondaires tels les douleurs abdominales, sont les laxatifs qui augmentent le volume fécal et ceux-là sont justement faits à partir de céréales pour la plupart.

Yves Clouâte md

5 rue de l'Eglise, Tél.: 536-3556
Sayabec, Qué. C.P. 99

PUBLICITÉ
VERRO ENR.

CALENDRIERS
NOUVEAUTES PUBLICITAIRES
CADEAUX COMMERCIAUX
ROGER VERREAULT, prop.



TEL.: 742-3259

ANDRÉ D'AMOURS ENR.
ENTREPRENEUR ELECTRICIEN
Spécialité: Chauffage Electrique
Installations de tous genres

11, ST-MICHEL
VAL-BRILLANT, P.Q.
G0J 3L0
C.P.: 216

C.P. 698

Tél.: (418) 629-4437

Librairie
D'Amqui Inc.

10, Boul. St-Benoît
AMQUI, Qué. G0J 1B0

EQUIPEMENT DE BUREAU
VENTE & SERVICE



COMITE DE VAL-BRILLANT

Longtemps rejetés par la société, les handicapés d'aujourd'hui qui font partie d'une minorité d'au-delà de 10 pour 100 de la population voudraient avoir la possibilité de devenir plus autonomes. Une grande partie des facilités que la société mettrait à leurs services, seraient pour eux une occasion de se découvrir et de s'accepter.

Un des grands problèmes que les handicapés physiques ont à résoudre c'est l'attitude que les gens ont envers eux. Posons-nous la question. Qui est le plus handicapé? Celui qui par son étroitesse d'esprit voudrait les confiner entre quatre murs où ils n'ont d'autre alternative que de s'apitoyer sur leur sort, ou bien celui qui souffrant d'une incapacité physique aurait le goût de s'intégrer à la société et de vivre pleinement sa vie.

En somme, ils ne demandent que peu de choses: se sentir acceptés, aimés par la communauté dans un environnement physique plus approprié et une technologie mieux adaptée à leurs besoins.

Le comité des handicapés fondé depuis environ dix mois veut éveiller chez la population le désir de faire davantage pour eux. Il envisage comme mesure concrète de demander aux propriétaires des endroits publics de faire en sorte que leurs établissements soient plus facile d'accès aux handicapés et aux personnes âgées.

Alain Couture

DECORATION INTERIEURE

- EBENISTERIE
- MENUISERIE
- CUISINES LAMTECH
- PEINTURE NATIONALE

CONSEILS ESTIMATIONS
PERMIS REGIE DES ENTREPRISES QUE.

DECORATION
AMOURS
INC.

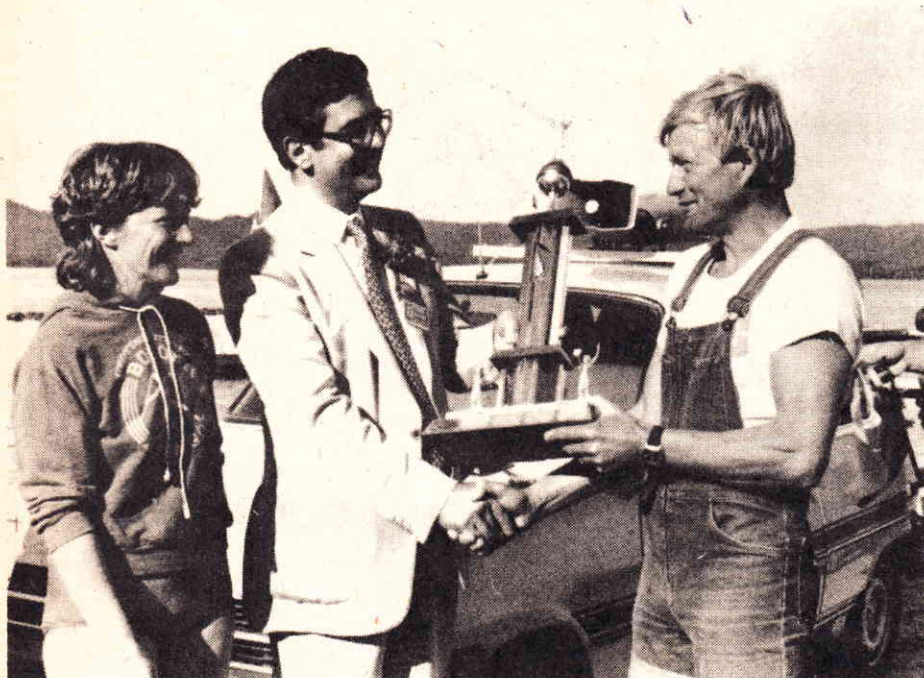
742-3736

VAL-BRILLANT

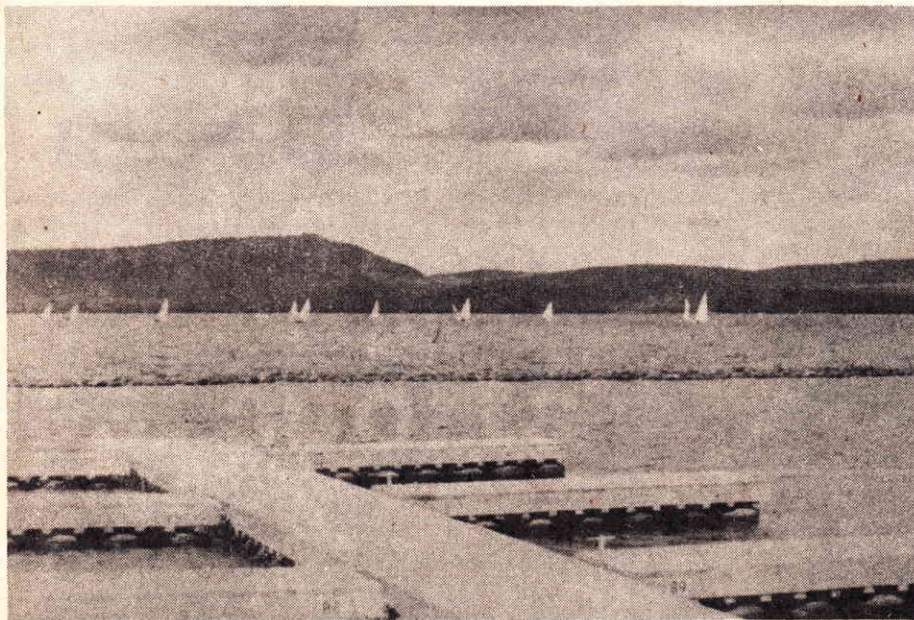
VENEZ FAIRE UN TOUR

JUSTE POUR VOIR

les sports



Gaëtan Dubé et Nicole Lévesque recevant leur trophée du Ministre Fédéral Pierre De Bané.



Les bateaux en course passant la boué du nord-est.

REGATE

RESULTATS

1. Gaëtan Dubé
Nicole Lévesque
(470)
2. Carl Brault
Jean Pelletier
(Laser II)
3. Jocelyn Leclerc
André Fournier
(Laser II)
4. Maurice Déry
Jocelyne Charest
(Katamaran)
5. Langis Caron
Johanne Couture
(Code 40)
6. Bernard Dionne
(Laser I)
7. Claude Santerre
(Invitation)
8. Daniel Girour
Danielle Beauchamps
(Flying Junior)
9. Gilbert Bérubé
R. Vaillancourt
(Bombardier 4.8)
10. Louis-Marie D'Amours
Jocelyne Ouellet
(Mistral 404)
11. Gilbert Paquier
(Laser I)
12. Bertin Denis
Diane Bélanger
(Laser)
13. Sylvain Boulianne
Julie Boulianne
(Laser I)

BAR SALON

au bar du lac

bar
danse
spectacles

ROUTE 132 EST

VAL-BRILLANT

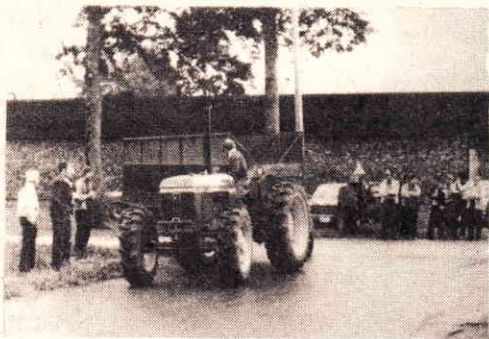
742-3877



Habileté à la brouette



Raymond D'Amours à l'accordéon



Habileté au tracteur



Bruno D'Astous, le roi de la fenaison et les deux faucheurs.



la
caisse populaire
de
val-brillant

9

ST-PIERRE OUEST

VAL-BRILLANT

742-3271