



## SOURIRE SANS FIN

### Vente à 5\$

Le **jeudi 5 avril**, comme à tous les premiers jeudis du mois, la Boutique du Babin vous propose de remplir un sac brun de vêtements pour seulement 5\$. Des rayons garnis de vêtements femmes et enfants propres et bien classés vous attendent. Informations : **450 454-5747**.

### Camp débrouille-atout

Camp thématique pour filles et garçons de 6 à 12 ans. Du 2 juillet au 3 août. Tous les jours, du lundi au vendredi de 8h30 à 16h00. Selon l'horaire de son groupe, votre enfant sera appelé à participer en demi-journée camp de jour et en demi-journée thématique (atelier de création, bois, cuisine et petits génies). Période d'inscription : **du 9 avril au 8 juin**. Par téléphone ou en personne au **450 454-5747** ou au 2A, rue Sainte-Famille.

## CENTRE DE FEMMES LA MARG'ELLE

### Déjeuner collectif

Du nouveau pour les déjeuners avec des menus plus variés, des thématiques plus légères, des mini capsules santé, mais toujours la même ambiance décontractée, chaleureuse, conviviale et propice à créer des liens. Venez commencer la journée avec nous et échanger sur divers sujets. Le **mercredi 4 avril de 9h00 à 11h30**. Animatrice : Nancy Mailly. Coût : 4\$/membre et 7\$/non-membre. Informations : **450 454-1199**.

## RAPPEL DES ORGANISMES

### UN SALON DE L'EMPLOI À SAINT-RÉMI

Un **Salon de l'emploi** aura lieu à Saint-Rémi, le **mercredi 18 avril** prochain, organisé par un regroupement de 9 organismes en employabilité financés par Emploi-Québec. Toutes les entreprises de la région peuvent y tenir un kiosque afin de recruter des chercheurs d'emploi. Si vous êtes un employeur intéressé, vous pouvez communiquer, le plus tôt possible, avec le Carrefour jeunesse-emploi au **450 454-5814**.

### DISCO JEUNESSE POUR LES JEUNES DE 9 À 15 ANS

Organisée par le Club Optimiste et le Club Opti-Jeunes; venez danser au son du DJ : Philippe Groulx, au centre communautaire de Saint-Rémi. Les **vendredis 6 avril et 11 mai** (spécial Gala appréciation de la Jeunesse) de **19h00 à 23h00**, au coût de 6\$. Prix de présence. Vestiaire gratuit. Informations : Josiane au **514 572-7628**.

### Dates à retenir

- Les soirées country **tous les vendredis de 20h00 à 23h00** au local des Chevaliers de Colomb. Bienvenue aux amateurs.
- Les bingos **tous les mardis à 19h15** au centre communautaire. On vous attend en grand nombre.
- Du **17 avril au 15 mai** inclusivement, cinq cours de yoga sur chaise : 50\$ pour la session donnée par le Cercle de Fermières. Informations : Nicole au **450 454-9990**.

Pour plus d'informations : [www.ville.saint-remi.qc.ca](http://www.ville.saint-remi.qc.ca)

**L'Écho** DE SAINT-RÉMI



**Prochaine séance du conseil municipal**  
16 / 04 / 2018  
20h00

**Prochaine séance de la Cour municipale**  
12 / 04 / 2018  
13h00 et 18h00

**Mairie**  
450 454-3993  
105, rue de la Mairie,  
Saint-Rémi (Québec)  
J0L 2L0

**Heures d'ouverture**  
du lundi au jeudi de  
8h00 à 12h00 et de  
13h00 à 16h30  
Vendredi de 8h00 à  
13h00

**Bibliothèque**  
**Heures d'ouverture**  
du mardi au vendredi  
de 14h00 à 21h00  
Samedi de 13h00 à 16h00

**Écocentre**  
**Heures d'ouverture**  
Mercredi de 18h à 21h  
Vendredi de 13h à 21h  
Samedi de 9h à 17h  
Dimanche de 10h à 16h

**Loisirs / Réservation de salle centre communautaire**  
450 454-3993 poste 5345

**En cas d'urgence**  
En dehors des heures  
d'ouverture, composez le  
9-1-1

# L'Écho

## DE SAINT-RÉMI

Le 29 mars 2018  
VOL. 22 NO. 12

## LA VILLE VOUS INFORME...

### FERMETURE POUR LE CONGÉ DE PÂQUES

Prenez note que les bureaux municipaux seront fermés **les 30 mars et 2 avril**. Également, la bibliothèque sera fermée du **jeudi 29 mars au lundi 2 avril** inclusivement. Des travaux informatiques seront effectués durant cette période et l'accès à la bibliothèque numérique sera impossible. Nous vous remercions pour votre compréhension.

### OUVERTURE DE L'ÉCOCENTRE

Veuillez prendre note que l'écocentre situé au 284, rue de l'Église ouvrira ses portes le **4 avril**. Les heures d'ouvertures sont :

- les **mercredis de 18h00 à 21h00**;
- les **vendredis de 13h00 à 21h00**;
- les **samedis de 9h00 à 17h00**;
- les **dimanches de 10h00 à 16h00**.

Pour tout savoir sur les matières acceptées et refusées, ainsi que les modalités, consultez le [ville.saint-remi.qc.ca/services-municipaux/ecocentre/](http://ville.saint-remi.qc.ca/services-municipaux/ecocentre/).

### APPELS DE CANDIDATURES

La Ville est à la recherche de :

- Technicien en génie civil, no AC-10-2018
- Journalier, classe A, no AC-15-2018
- Journalier, classe B, no AC-12-2018
- Journalier classe C, no AC-13-2018
- Commis réceptionniste à temps partiel no AC-14-2018

Les personnes intéressées par l'un de ces postes sont invitées à consulter les appels de candidatures détaillés en ligne à le [ville.saint-remi.qc.ca/offres/emploi](http://ville.saint-remi.qc.ca/offres/emploi)

### PROGRAMMATION DES LOISIRS – SESSION PRINTEMPS-ÉTÉ 2018

- **Erratum** : dans la Programmation régionale loisirs et culture, p.17, à la ligne « forfait 8 semaines » du tableau des inscriptions au camp de jour, nous aurions dû lire « 55 \$ de rabais » au lieu de 465 \$ et 505 \$ et « 25 \$ de rabais » au lieu de 135 \$
- Prendre note que le cours de Cardio-militaire va avoir lieu le **jeudi de 19h00 à 20h00** contrairement à ce qui a été publié dans la Programmation régionale loisirs et culture
- Les cours de danse découverte pour les groupes de 3 ans, 4 ans et 5-6 ans ainsi que le funky-jazz/hip-hop (7 à 12 ans) seront offerts le samedi aux mêmes heures que la session hiver 2018 du 7 avril au 19 mai (7 semaines, 28 \$ pour les résidents, 42 \$ pour les non-résidents). Vous devez vous inscrire sur le site de la Ville avant le 5 avril.



## AVIS PUBLIC - DEMANDES DE DÉROGATIONS MINEURES

Lors de sa séance ordinaire qui sera tenue à compter de **20h00, le lundi 16 avril 2018**, au 155, rue de la Mairie à Saint-Rémi, le conseil municipal se prononcera sur les demandes de dérogations mineures suivantes:

<b>Règlement visé</b>	De zonage no V 654-2017-00 et ses amendements	
<b>Emplacement</b>	44, rue Saint-André (lot 3 846 258)	
<b>Objet de la demande</b>	Permettre l'aménagement de 2 enseignes murales sur la façade avant du bâtiment principal.	
	<b>Dérogation demandée</b>	<b>Norme actuelle autorisée</b>
<b>Nature et effet</b>	Permettre :	<u>La réglementation permet:</u>
	- L'installation de 2 enseignes murales sur la façade donnant sur la rue Saint-André.  - Une superficie totale de 8.28 m <sup>2</sup> pour des enseignes murales.	- uniquement 1 enseigne murale sur une façade donnant sur une rue ou une allée véhiculaire (V 654-2017-00, chapitre 10, section 6, art. 10.6.3).  - une superficie totale de 8 m <sup>2</sup> pour des enseignes murales (V 654-2017-00, chapitre 10, article 10.6.3).

<b>Règlement visé</b>	De zonage no V 654-2017-00 et ses amendements	
<b>Emplacement</b>	Lots 3 840 010 et 3 847 009 (îlot 15)	
<b>Objet de la demande</b>	Aménagement des stationnements, allées véhiculaires et entrées charretières pour un projet de construction de 3 habitations multifamiliales.	
	<b>Dérogation demandée</b>	<b>Norme actuelle autorisée</b>
<b>Nature et effet</b>	Permettre :	<u>La réglementation permet:</u>
	- 4 entrées charretières sur un lot ayant un frontage de 91.31 mètres.	- uniquement l'aménagement de 3 entrées charretières sur un lot de 50 mètres et plus de frontage (V 654-2017-00, chapitre 4, sous-section 3, art. 4.6.3.1).
	- 1 entrée charretière d'une largeur de 7 mètres donnant sur la rue Notre-Dame.	- des entrées charretières d'une largeur maximale de 5 mètres lorsqu'il y a 2 entrées charretières ou plus qui sont aménagées sur un même terrain (V 654-2017-00, chapitre 4, sous-section 3, article 4.6.3.2).
	- 1 entrée charretière d'une largeur de 6 mètres donnant sur la rue Faubourg Notre-Dame.	
	- 3 entrées charretières d'une largeur de 6.55 mètres donnant sur la rue Faubourg Notre-Dame.	- une distance de 15 mètres entre une entrée charretière et la rue Notre-Dame (V 654-2017-00, chapitre 4, sous-section 3, article 4.6.3.6).
	- l'aménagement d'une (1) entrée charretière à 7.13 mètres de l'intersection de la rue Notre-Dame.	
	- l'aménagement de 19 cases de stationnement sans terre-plein aménagé.	- l'aménagement d'un terre-plein pour chaque section de 10 cases de stationnement pour une aire de stationnement comprenant plus de 15 cases de stationnement (V 654-2017-00, chapitre 4, section 8, article 4.8.1.6).
	- un espace de 0.71 mètre entre une allée de circulation et un bâtiment principal.	- un espace de 3 mètres entre l'allée véhiculaire et un bâtiment (V 654-2017-00, chapitre 4, section 8, article 4.8.1.4).
- un espace de 0.83 mètre entre une allée de circulation et un bâtiment principal.		
- 2 allées véhiculaires à 6 mètres de largeur.	- une largeur maximale de 6.5 mètres pour les allées de circulation dans un projet intégré (V 654-2017-00, chapitre 4, section 8, article 4.8.1.6).	

Toute personne intéressée peut se faire entendre par le conseil municipal lors de cette séance.

Le présent avis public est donné conformément à l'article 145.6 de la *Loi sur l'aménagement et l'urbanisme*.

**Donné à Saint-Rémi, ce 29 mars 2018**

**Diane Soucy, OMA Greffière**

## DÉFINITION D'UN MODE DE VIE SAIN

Un mode de vie sain englobe divers comportements adoptés dans le but de favoriser la santé. La pratique régulière d'activité physique et une saine alimentation sont de bons exemples puisqu'ils permettent de maintenir une bonne santé ou de l'améliorer.

**Première étape : Décider de changer !**

### PRIORISER LES CHANGEMENTS SOUHAITÉS

Prendre la décision de changer un comportement ou une habitude afin d'améliorer sa santé est un bon pas dans la bonne direction. Toutefois, adopter un tel changement demande de la volonté et des efforts. C'est pour cette raison qu'il importe de bien cibler le comportement que l'on désire changer. Oubliez les objectifs impossibles à atteindre, priorisez un seul changement à la fois ou deux tout au plus.

### STRATÉGIES POUR RÉALISER LE CHANGEMENT

Plusieurs stratégies peuvent être utilisées afin d'aider à réaliser le changement :

- Identifier les raisons d'apporter ce changement, les écrire et les garder bien en vue afin de garder la motivation tout au long du processus. Ainsi, en relisant les raisons qui nous ont poussés à vouloir changer, on retrouvera ce regain d'énergie relié à la motivation du départ.
- Se faire confiance, être patient et croire que l'on peut y arriver.
- Prendre un engagement avec soi-même en se faisant un contrat écrit (et le signer).
- S'entourer de gens qui croient en nous afin d'obtenir du soutien et des encouragements.
- Tenir un journal de bord afin de mesurer les progrès réalisés.
- Décortiquer le changement en plusieurs petites étapes.
- S'accorder des récompenses lorsqu'une étape dans la réalisation du changement est franchie.
- Pratiquer la visualisation en imaginant sa progression vers la réussite du changement.
- Demander l'aide de professionnels (kinésologue, médecin, nutritionniste, etc.) si on en ressent le besoin.

## ACTIVITÉS DES ORGANISMES

### CLUB FADOQ SAINT-RÉMI

#### Soirée dansante

Le **samedi 7 avril** à la salle du Club au centre communautaire. Coût : 8\$ incluant collation et café. Professeure : Suzanne Drolet au **514 351-8586**. Bienvenue à tous les amateurs de danse en ligne.

#### Dîner à la Cabane

Le **mardi 10 avril** à la Cabane chez Midas à Saint-Chrysostome. Coût : 18\$. Apportez votre boisson. Bienvenue à tous!

### CERCLE DE FERMÈRES SAINT-RÉMI

Réunion mensuelle le **mardi 3 avril à 19h00** à la salle Saturne au centre communautaire. Notre invité : Stéphane Clément, massothérapeute spécialisé, hypnothérapeute consultant, nous partagera sa grande expérience. Au plaisir de vous rencontrer pour une soirée des plus agréables. Ne manquez pas ça et amenez une amie. Informations : **450 992-6120**.