



LE LOUP-MARIN

Le bulletin d'information du village de Pointe-Verte • Janvier 2015

Dusty sneakers

Depuis l'automne 2013, Dusty sneakers fait partie des nombreux regroupements du village. Il s'adresse particulièrement aux femmes et aux hommes de 50 ans et plus. Je choisis ce groupe pour débiter l'année puisque c'est le temps de prendre des résolutions.



Joanie Chalifour, directrice de la Maison de passage, et Lise Létourneau-Hallée

Tous les mardis et les jeudis à 10 h, une vingtaine de personnes se rencontrent à la salle municipale pour bouger pendant une heure. On peut aussi, si l'on veut, arriver plus tôt pour marcher autour de la salle. Les exercices sont légers et centrés sur les articulations. Ils incluent du cardio et de la relaxation, mais chacun y va selon ses capacités. C'est grouiller pour ne pas rouiller.



Mireille Frenette, représentante de la banque alimentaire Coup d'pouce, accompagnée de Lise Létourneau-Hallée

Il n'y a pas de frais d'admission, mais les participants peuvent faire une cotisation volontaire pour la banque alimentaire Coup d'pouce de Petit-Rocher et la Maison de passage située à Bathurst. Ainsi, le groupe est fier d'avoir recueilli cette année un montant de 1300 \$, qui a été partagé entre les deux organismes. ◀

Claudine Arseneau Roy

CONCEPTION

IMPRESSION



APPELEZ AUJOURD'HUI
afin qu'on vous
remarque demain

Impression
Imprimerie et design • Printing & Design

237, av. King,
Bathurst, NB E2A 1N9
506.546.1707
Fax: 506.546.8588

Retrouvez-nous sur



impressionprinting.com

PROTÉGEZ L'AVENIR de VOTRE FAMILLE et le VÔTRE dès MAINTENANT

Il est important de revoir vos besoins en assurance de personnes à différentes étapes de votre vie afin de vérifier si ceux-ci répondent toujours à vos besoins.

Par l'entremise de votre **Caisse populaire des Fondateurs**, monsieur **Michel Thériault**, conseiller en sécurité financière, se fera un plaisir de vous rencontrer, et cela, sans frais. Il possède l'expertise pour effectuer une analyse complète de vos besoins en assurance de personnes afin de vous proposer des stratégies adaptées à vos besoins et vos attentes.

GAMME DE PRODUITS DISPONIBLES

- Assurance vie
- Assurances maladies graves, invalidité et santé
- Assurance accident

**Prenez rendez-vous
dès maintenant**
506 783-4241



**Caisse populaire
des Fondateurs**



Dans ce numéro de décembre vous trouverez :

J'améliore mon français	2	Calendrier communautaire	6, 7	Pensée du mois	9
Chronique du conseil municipal	3	Club amical de l'âge d'or	8	Coin Séjour-Jeunesse	10
Chronique santé	4	Corrigé J'améliore mon français	9	On m'a raconté	11
Info	5	Info	9		

J'améliore mon français

Des « homophones » sont des mots qui ont la même prononciation, mais pas le même sens. À l'aide des homophones présentés, compléter les phrases suivantes. Vous trouverez les réponses à ce jeu-questionnaire à la page 9 du *loup-marin*.

1) ver – verre – vers – vert

Les yeux tournés le ciel, Gaston récitait des quand, voulant boire une gorgée d'eau, il s'aperçut qu'un s'était glissé dans son, qu'il avait posé sur le gazon.

2) sang – sens – sans – s'en

Depuis des mois, la chambre d'Éric était dessus dessous, mais Éric ne faisait pas. Jusqu'au jour où il faillit perdre son- froid en se rendant compte qu'il n'arrivait même plus à retrouver Samson, son poisson rouge, dans un tel désordre. Éric décida de s'attaquer au rangement plus tarder.

3) air – aire – ère – erre – erre (du verbe « errer »)

- Elle depuis hier dans l'appartement avec un sombre.
- Près de la garderie, on a aménagé une de jeu pour les enfants.
- L'.... du Verseau a beaucoup fait parler les astrologues.
- Le navire continuait sur son; le capitaine en profita pour fredonner un petit

4) sou – sous – soûl – soue

... le soleil depuis cinq heures, il se sentait étourdi, presque, Quelles vacances! Ce n'était pas la peine d'avoir épargné par pendant toute l'année pour échouer dans une auberge aussi propre qu'une

Cet exercice est tiré de l'ouvrage « Les Exercices du multi dictionnaire de la langue française » (2011) de Liliane Michaud, sous la direction de Marie-Èva de Villers.



LE LOUP-MARIN

Janvier 2015 • volume 12 numéro 1

Le loup-marin : c'est le bulletin d'information municipal de Pointe-Verte.

Le Cap loup-marin : c'est le rocher que l'on peut voir, même à la marée haute, à l'entrée est du village. À une autre époque, on pouvait y voir des loups marins s'y réchauffer au soleil. C'est aussi là que l'on pêche des moules (mouques) sous la glace.

Périodicité : mensuel

Adresse postale :

La rédactrice
375, rue Principale
Pointe-Verte, NB E8J 2S8
Téléphone : 542-2606
pverte@nbnet.nb.ca



Rédactrice en chef : Mireille Arseneau

Président du comité de rédaction : Euclide Chiasson

Distribution : Mireille Arseneau

Montage : Imprimerie Impression

Équipe : Claudine Arseneau-Roy, rédactrice principale

et chronique *On m'a raconté* ;

Nathalie Gauthier, chronique *Santé* ;

Jeanne Lanteigne, chronique *J'améliore mon français*

et correctrice.

Membres du conseil municipal

Maire : Normand Doiron

Maire adjoint : John Kowtaluk

Conseillers : Michel Haché, Marc Arseneau, Alvine Haché

Directeur général : Vincent Poirier

www.facebook.com/village.pointe.verte

www.pointe-verte.ca



On m'a raconté...

Les histoires des derniers mois ainsi que celle-ci m'ont été rapportées par Patricia Roy (Frenette) d'Amherst, en Nouvelle-Écosse. Elle est la fille d'Émile et d'Albina Roy de Pointe-Verte. Il me reste un dernier de ses souvenirs, que je vous raconterai en février. J'espère toujours recevoir vos souvenirs et anecdotes afin de pouvoir continuer cette chronique.

Neige au goût de sucre



Dans l'ancien temps, les routes n'étaient pas ouvertes comme aujourd'hui et la souffleuse ne passait pas avant mars ou avril. Les chemins restaient bloqués et on ne pouvait y circuler qu'à pied, avec ou sans raquettes, en traîneau tiré par un cheval, si on était assez chanceux d'en avoir un, ou alors en traîne tirée par un chien.

Ce jour-là, Foda (Florida Arseneau) demanda à sa fille Alma d'aller chercher du sucre blanc au magasin chez Joe Roy, le magasin général du *boutte* d'en bas. Alma et son amie Patricia laissèrent leurs jeux de fillettes et attelèrent Boxer, le gros chien blanc et noir de la famille, pour se rendre chercher cette denrée fort précieuse à l'époque. Il est facile d'imaginer les deux amies filant aussi vite que Boxer pouvait les amener sur la route enneigée.

Malheureusement, sur le chemin du retour, la traîne se renversa et Boxer continua son chemin,

laissant ses passagères derrière. Les fillettes se retrouvèrent assises dans la neige, riant à chaudes larmes jusqu'à ce qu'elles se rendent compte que le sac avait déchiré et que le sucre se retrouvait mélangé à la neige. Aussi difficile à ramasser que de trouver une aiguille dans une botte de foin!

Conscientes que la famille n'avait probablement pas assez d'argent pour en acheter d'autre, elles durent tout de même se résigner à retourner à la maison. À leur arrivée, elles trouvèrent Boxer déjà allongé dans sa cabane, comme s'il avait compris qu'il avait failli à la tâche et ne tenait pas à se faire réprimander. Il se pourrait aussi qu'il était satisfait d'avoir accompli sa mission en terminant son trajet aller-retour. Allez donc savoir ce qui s'était passé dans la tête de Boxer! ◀

Claudine Arseneau Roy

Coin Séjour-Jeunesse

Noël

Nous tenons à remercier les bénévoles qui ont rendu possible notre dîner de Noël, et les parents et gens de la communauté qui sont venus manger avec nous. Merci également à tous ceux et celles qui se sont déplacés pour venir voir notre spectacle de Noël, et surtout à M. Jacques Boudreau, enseignant de musique, sans qui ce spectacle n'aurait pas eu lieu.

Présentations : métiers

Merci aux pompiers de Pointe-Verte et à M. Denis Guitard, garde forestier, qui ont fait des présentations à nos élèves dans le cadre de la journée des métiers de décembre. Nous aurons d'autres présentations en février, avril et juin. Si vous aimeriez parler de votre métier à nos élèves, vous pouvez communiquer avec Marie-Christine Collin au 542-2415.

Présentation : la France

Merci à Mme Carole Tremblay-Carelus de l'Association multiculturelle et à son invitée, Mme Colette Savoie, pour leur présentation sur la France et les nouveaux arrivants.

Acadie Nouvelle

Mme Béatrice Seymour est venue passer du temps avec nos élèves pour en apprendre davantage sur notre jardin communautaire. Elle a écrit un article qui a été publié dans l'Acadie Nouvelle du 28 novembre 2014. Merci, Mme Seymour!



Coup d'oeur, Coup d'pouce Richelieu

Nous sommes heureux d'annoncer qu'encore cette année, quatre de nos élèves ont été parrainés à travers Coup d'oeur, Coup d'pouce. Nous tenons à remercier les membres de la communauté qui ont généreusement acheté des cadeaux de Noël à ces enfants, aidant ainsi des familles qui avaient besoin d'un coup de main pendant le temps des fêtes.

Lutte

Félicitations à Mathis, Benoît et Samuel Jean qui ont remporté deux médailles de bronze et une d'argent lors d'un tournoi régional de lutte à Montréal. Un bravo spécial à Mathis qui participait à son premier match de lutte.

Marie-Christine Collin
Agente de
développement communautaire

CHRONIQUE DU CONSEIL MUNICIPAL

Bonne année 2015 à tous! Le conseil municipal ainsi que les employés du Village de Pointe-Verte vous souhaitent une année remplie de santé, d'amour et de succès!

Nous entamons l'année avec un nouveau maire. En effet, M. Normand Doiron a été officiellement assermenté à ce poste le 9 décembre dernier. M. Doiron n'est pas nouveau au conseil municipal puisqu'il y était précédemment conseiller.

Le conseil désire également rappeler que le programme de recyclage de Pointe-Verte est toujours en cours. Un calendrier des collectes pour 2015 vous a été envoyé; vous le recevrez sous peu si ce n'est pas déjà fait. Le recyclage permet à la municipalité et à la région de faire des économies puisqu'il réduit les coûts d'enfouissement des ordures. C'est aussi la bonne chose à faire sur le plan environnemental. Nous avons au bureau municipal des dépliants expliquant ce qui est recyclable et ce qui ne l'est pas, ainsi que les catégories de recyclage. Si vous avez besoin d'information à ce sujet, n'hésitez pas à vous

procurer une copie du dépliant ou encore à poser vos questions au personnel municipal.

Vous aurez sans doute aussi remarqué dans les médias traditionnels et sociaux que nous sommes en train de procéder à l'embauche d'un coordonnateur pour le Parc Atlas. Cette personne sera responsable de gérer le site du Parc Atlas et ses opérations.

Le conseil municipal désire également vous rappeler que des réunions ordinaires et publiques se déroulent tous les derniers lundis de chaque mois à 19 h, sauf indication contraire. Ces réunions sont pour vous l'occasion d'en apprendre davantage sur les dossiers en cours. Les citoyens et groupes de citoyens peuvent également prendre la parole au cours de ces réunions en avisant le secrétaire municipal avant le jeudi précédant la réunion de leur désir de parler au conseil municipal. Vous pouvez aussi faire la demande par écrit en remplissant un formulaire à l'édifice municipal de 8 h à midi et de 13 h à 16 h 30, du lundi au vendredi. Ce formulaire sera ensuite présenté au conseil municipal. ◀



LE CONSEIL MUNICIPAL DE POINTE-VERTE

Normand Doiron (maire) • John Kowtaluk (maire-adjoint),
Marc Arseneau, Alvine Haché et Michel Haché (conseillers),
Vincent Poirier (directeur général).





Chronique santé

Comme vous le savez, je suis infirmière praticienne au Centre de santé Chaleur de Pointe-Verte. Les gens me posent souvent des questions sur mon travail.



“Moi, Docteur, je fais de l’insomnie depuis 20 ans et je dois prendre une pilule à chaque soir pour dormir. Sinon, je ne dors pas de la nuit”.

Parlons de l’insomnie (partie 1 de 2)

L’insomnie n’est pas une maladie mais plutôt un signal d’alarme de notre corps pour nous dire que quelque chose ne va pas. Pour certaines personnes ce sera une difficulté à s’endormir au coucher, pour d’autres ce sera plutôt des réveils durant la nuit avec difficulté à se rendormir et pour d’autres, ce sera un réveil trop tôt le matin. Les personnes qui souffrent d’insomnie se sentent souvent fatiguées, irritables, déprimées et ont de la difficulté à se concentrer. La plupart des adultes ont besoin en moyenne de 7 à 8 heures de sommeil par nuit. Une question simple à se poser : dormez-vous assez? Vous savez que vous avez assez dormi si vous n’avez pas envie de dormir le jour. Avec l’âge, les habitudes de sommeil changent. Les personnes qui font une sieste le jour dorment moins longtemps la nuit.

Les causes de l’insomnie sont nombreuses: stress, consommation de caféine (boissons gazeuses noires, thé, tisane, café, chocolat), d’alcool (vin, fort et bière), de tabac ou de certains médicaments, douleur, bruits, horaire de travail, par exemple. Il arrive que l’insomnie passagère se règle d’elle-même quand on a traité la cause. Dans d’autres cas, il est conseillé d’en parler à

votre professionnel de la santé. Il vous questionnera sur vos habitudes de sommeil, votre routine, votre stress, vos inconforts, afin de trouver la ou les causes et de les traiter. Si votre insomnie est reliée au stress et à l’anxiété, vous devrez les réduire et apprendre à les contrôler avec différentes techniques. Si vous vous sentez déprimé, votre médecin de famille ou infirmière praticienne pourrait vous conseiller un suivi en psychothérapie et vous prescrire une médication spécifique.

Dans la prochaine chronique, on abordera les médicaments et les suggestions pour avoir un meilleur sommeil. ◀

Nathalie Gauthier

Infirmière praticienne

Tiré d’un dépliant produit par le Collège des médecins de famille du Canada

Corrigé de l'exercice «J'améliore mon français»

1) *ver – verre – vers – vert*

Les yeux tournés **vers** le ciel, Gaston récitait des **vers** quand, voulant boire une gorgée d'eau, il s'aperçut qu'un **ver** s'était glissé dans son **verre**, qu'il avait posé sur le gazon.

2) *sang – sens – sans – s'en*

Depuis des mois, la chambre d'Éric était **sens** dessus dessous, mais Éric ne **s'en** faisait pas. Jusqu'au jour où il faillit perdre son **sang-**froid en se rendant compte qu'il n'arrivait même plus à retrouver Samson, son poisson rouge, dans un tel désordre. Éric décida de s'attaquer au rangement **sans** plus tarder.

3) *air – aire – ère - erre – erre (du verbe « errer »)*

- Elle **erre** depuis hier dans l'appartement avec un **air** sombre.
- Près de la garderie, on a aménagé une **aire** de jeu pour les enfants.
- L'**ère** du Verseau a beaucoup fait parler les astrologues.
- Le navire continuait sur son **erre**; le capitaine en profita pour fredonner un petit **air**.

4) *sou – sous – soûl – soue*

Sous le soleil depuis cinq heures, il se sentait étourdi, presque **soûl**. Quelles vacances! Ce n'était pas la peine d'avoir épargné **sou** par **sou** pendant toute l'année pour échouer dans une auberge aussi propre qu'une **soue**.



▶ INFO

▶ ACTIVITÉ EN FAMILLE

Dans le cadre de la **Journée d'alphabétisation familiale**, le **CABC** (Conseil Alpha Bathurst Chaleur) organise une activité pour souligner l'importance de lire et de prendre part à des activités en famille. Parents, grands-parents, gardiennes, apportez vos enfants âgés de 8 ans et moins pour des jeux, du bricolage et un conte. Cette activité aura lieu le **samedi 24 janvier de 13 h 30 à 15 h 30 à la cafétéria de l'école Carrefour étudiant à Beresford**. Pour plus de renseignements vous pouvez rejoindre Yvonne Lavigne au 542-9575.

Pensée du mois...

Fais ce qui te rend heureux,
sois avec ceux
qui te font sourire,
ris autant que tu respires
et aime aussi longtemps
que tu vivras.



Club amical de l'âge d'or

Gagnant-e-s de la boule de l'âge d'or

27 novembre - #220	Simone Jean	58,50 \$	pas payé
4 décembre - #99	Monique Haché	147 \$	payé
11 décembre - #276	Luc Perron	81,50 \$	pas payé

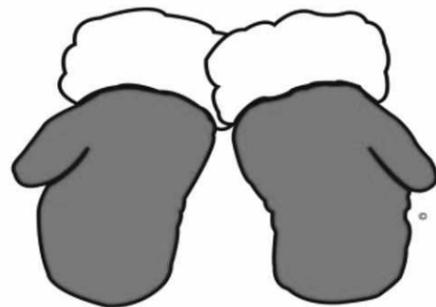
Notez qu'il faut avoir payé sa boule pour remporter le prix.

Assemblée annuelle

L'assemblée annuelle du Club amical de l'âge d'or se tiendra le dimanche 25 janvier 2015 à 18 h 30 à la salle du Conseil municipal de Pointe-Verte. On élira le nouveau comité lors de cette rencontre. Les personnes intéressées à faire partie du comité sont les bienvenues, ainsi que tous les membres du Club.

Bonne et heureuse année 2015 de la part du Club amical de l'âge d'or de Pointe-Verte.

La guignolée



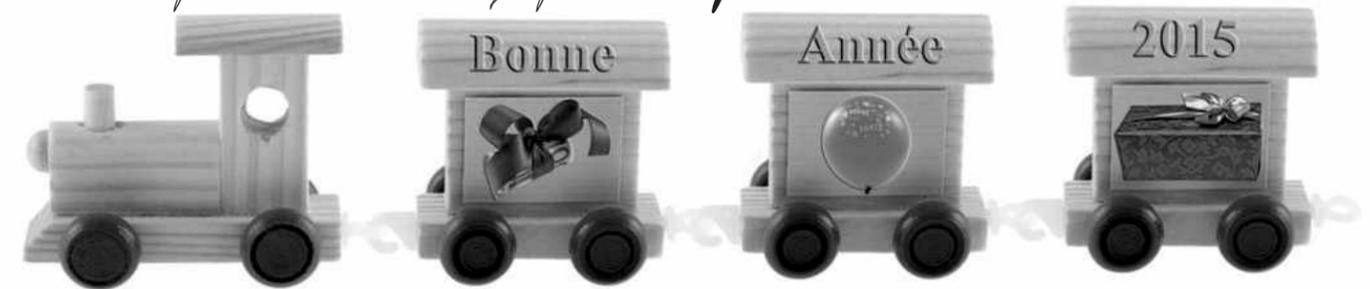
La guignolée de 2014 a encore une fois été un succès avec une récolte de 2270 livres de denrées non périssables et un montant de 2201,40 \$. Les Chevaliers de Colomb ainsi que la Brigade des pompiers volontaires remercient tous les bénévoles.

Pour la deuxième année consécutive, le Comité paroissial et le Comité de gestion de notre paroisse ont connu un succès avec le bingo organisé au profit de l'église. La somme de 4980,20 \$ a été recueillie; ce montant inclut les dons des commerçants et des résidents de la paroisse. Merci à tous les participants et participantes ainsi qu'aux organisateurs et organisatrices.



▶ INFO

De la part de toute l'équipe du loup-marin...



▶ Bureau municipal – congé des fêtes

Veillez prendre note que le bureau municipal sera fermé les 1er et 2 janvier.

▶ Collecte des matières résiduelles

3 janvier – collecte des matières recyclables
 8 janvier – collecte des déchets
 15 janvier – collecte des matières recyclables
 22 janvier – collecte des déchets
 29 janvier – collecte des matières recyclables

▶ SERVICE DE COLLECTE D'ORDURES

Veillez prendre note que durant la période des fêtes, la collecte des ordures ménagères se fera le samedi au lieu du jeudi, soit le 3 janvier 2015. Par la suite, les collectes reviendront à l'horaire normal, c'est-à-dire les jeudis. Merci de votre collaboration ! En ce qui concerne les arbres de Noël, le camion municipal passera les ramasser les jeudis 8 et 15 janvier 2014.

▶ Fourrière Béniro

Les licences pour chiens sont disponibles au bureau municipal.

▶ Cours de tai chi pour débutants

Un cours de tai chi pour débutants pourrait être offert à partir de janvier à la salle municipale de Pointe-Verte s'il y a un nombre suffisant de participants. Les personnes intéressées ou qui désirent plus d'information sont priées de communiquer avec Jean-Eudes Doucet au 783-8279. Le tai chi est un art qui vise l'amélioration de la santé.

▶ Brigade de pompiers

La brigade de pompiers désire aviser les citoyens que s'ils requièrent les services de la brigade, ils doivent composer le 911. Il est très important pour des raisons légales et d'assurances que la demande provienne du service 911 et non pas d'un appel personnel aux pompiers, conseillers ou employés. Il est aussi très important de vous assurer que votre numéro civique soit bien affiché sur votre maison. Il arrive parfois que les pompiers ou autres services d'urgence ne peuvent pas trouver l'endroit où ils doivent se rendre en situation d'urgence.

▼ Calendrier communautaire

janvier 2015

dimanche	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi
						3 Messe - 16 h
4	5 13 h Les fées des aiguilles Local des Chevaliers 18 h 30 - Jeu de pétanque Salle municipale	6 10 h Exercices pour les aînés (50 ans et plus) - Salle municipale Gratuit	7 13 h 30 à 15 h 30 Jeux de poches Salle municipale	8 10 h - Exercices pour les aînés (50 ans et plus) Salle municipale - Gratuit 19 h - Parties de cartes du Club Amical de l'âge d'or Salle municipale	9	10 Messe - 16 h Chevaliers de Colomb
11 10 h Assemblée des Chevaliers de Colomb - Local des Chevaliers	12 13 h Les fées des aiguilles Local des Chevaliers 18 h 30 - Jeu de pétanque Salle municipale	13 10 h Exercices pour les aînés (50 ans et plus) - Salle municipale Gratuit	14 13 h 30 à 15 h 30 Jeux de poches Salle municipale	15 10 h - Exercices pour les aînés (50 ans et plus) Salle municipale - Gratuit 19 h - Parties de cartes du Club Amical de l'âge d'or Salle municipale	16	17 Messe - 16 h
18	19 13 h Les fées des aiguilles Local des Chevaliers 18 h 30 - Jeu de pétanque Salle municipale	20 10 h Exercices pour les aînés (50 ans et plus) - Salle municipale Gratuit	21 13 h 30 à 15 h 30 Jeux de poches Salle municipale	22 10 h - Exercices pour les aînés (50 ans et plus) Salle municipale - Gratuit 19 h - Parties de cartes du Club Amical de l'âge d'or Salle municipale	23	24 Messe - 16 h
25	26 13 h Les fées des aiguilles Local des Chevaliers 18 h 30 - Jeu de pétanque Salle municipale	27 10 h Exercices pour les aînés (50 ans et plus) - Salle municipale Gratuit	28 13 h 30 à 15 h 30 Jeux de poches Salle municipale	29 10 h - Exercices pour les aînés (50 ans et plus) Salle municipale - Gratuit 19 h - Parties de cartes du Club Amical de l'âge d'or Salle municipale	30	31

