

415 Collard O.  
Alma Qc G8B 5W1  
Tél: 418 668-2148



# Service budgétaire Lac-Saint-Jean-Est



Chers membres,

C'est avec plaisir et fierté que je prends le flambeau de madame Thérèse Gagnon à la coordination du Service budgétaire Lac-Saint-Jean-Est. Après avoir été intervenante ici pendant cinq ans, j'ai réellement à cœur la mission et les valeurs de l'organisme. De plus, je souhaite ardemment contribuer au bon fonctionnement de celui-ci. J'ai un intérêt particulier pour la défense des droits, l'éducation populaire et le développement de l'organisme. Je suis une personne dynamique et pleine d'idées. Au plaisir de faire votre connaissance!

Je vous souhaite une bonne lecture et vous invite fortement à participer à notre déjeuner-causerie pour la campagne : Dans la marge jusqu'au cou!

Sophie Racine

Coordonnatrice

*Une ressource de choix  
dans une société de  
consommation*



- La campagne "Dans la marge jusqu'au cou" aura lieu du 21 au 25 novembre.
- Déjeuner causerie jeudi le 24 novembre à 10h00. Votre présence serait grandement apprécié.
- Surveillez les "Info consommation" diffusés sur les ondes de Radio-Canada.

## Programme de recyclage de vieux véhicules



**Recyc-auto** est un recycleur de véhicules automobiles principalement intéressé par les métaux dont ils sont composés. De ce fait le prix est déterminé par le poids du véhicule ainsi que le prix de la ferraille sur le marché. Les composantes importantes pour le recyclage sont: le moteur et la transmission; les roues et les pneus; le catalyseur; la batterie; le radiateur.

Qu'ils soient sur la route ou condamnés, tous les véhicules sont éligibles. Recyc-auto couvre la presque totalité du Québec, sauf la Côte-Nord et les Îles-de-la-Madeleine.

Lors de votre inscription, vous devrez avoir en main le numéro de série de votre véhicule (celui-ci comporte 17 caractères et est inscrit sur le certificat d'immatriculation de votre véhicule. Vous devrez ensuite fournir le nom de la municipalité où votre véhicule doit être ramassé. Selon la région où celui-ci devra être récupéré, votre véhicule sera pris en charge.

Vous pouvez adhérer au programme en téléphonant au 1 855 421-2886 ou aller sur le site internet [www.recyc-auto.com](http://www.recyc-auto.com)

---

*Saviez-vous que votre véhicule de 1997 ou d'une année antérieure émet jusqu'à 39 fois plus de pollution qu'un modèle 2004?*

---

### Faites de l'air et Toyota

Faites de l'air et Toyota sont maintenant partenaire avec le programme de recyclage de vieux véhicules polluants.

Désormais les gens qui choisissent de se départir de leur "bazou" pourront bénéficier d'une remise d'argent pouvant atteindre 1 500\$ à l'achat d'un véhicule **neuf ou usagé de 4 ans** et moins, certifié pour ses faibles émissions de polluants.

Le montant exact de la remise sera déterminé en fonction de la pollution évitée.

Contactez un concessionnaire Toyota près de chez vous pour plus de renseignements.

### Faites de l'air

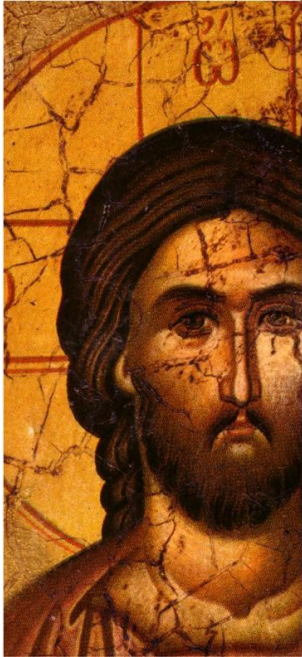
Vous avez un vieux véhicule de l'année-modèle 1997 ou plus ancien? Vous souhaitez le recycler de façon écologique.

Faites de l'air!, le programme de recyclage de vieux véhicules, financé par le gouvernement du Québec, initié et géré par l'Association québécoise de lutte contre la pollution atmosphérique (AQLPA), **visé à réduire la pollution émise par les véhicules âgés et à encourager l'utilisation de modes de transports plus durables.**

Le programme favorise moins les régions, dû au fait que nous n'avons pas le transport en commun comme dans les grandes villes. Par contre "Faites de l'air" peut offrir des rabais sur certaines marques de vélos ou vélos électriques peu importe l'usage que vous en faites (loisir).

Sur leur site vous pourrez prendre connaissance des critères d'admissibilité du programme ainsi que les récompenses offertes et les partenaires de l'AQLPA dans notre région.

[www.faitesdelair.org](http://www.faitesdelair.org)



*Ou ai-je dit  
qu'il fallait  
acheter tant de  
choses pour  
souligner mon  
anniversaire?*

## Simplifiez le temps des Fêtes

À l'origine, la Fête de Noël était un évènement où les Chrétiens célébraient la naissance de Jésus-Christ. Puis, le personnage de Saint-Nicolas a fait son apparition, d'abord en Europe, puis aux États-Unis au XVIIe siècle. Les Américains l'ont appelé Santa Claus et la folie des jouets, des cadeaux, des dépenses a commencé.

Noël étant traditionnellement une fête de partage et de fraternité, comment retrouver le plaisir de nous préparer et perpétuer les traditions sans tomber dans l'excès ou nous laisser envahir par le stress?

Il faut d'abord établir nos priorités ou cerner ce qui nous stresse particulièrement dans le temps des Fêtes. Songez au dernier Noël que vous avez passé et posez-vous les questions suivantes:

Ai-je célébré le temps des Fêtes conformément à ce qui est le plus important pour moi?

Qu'est-ce qui serait le plus facile à modifier dans les choses qui ne me plaisent pas?

Quelles sont les tâches reliées au temps des Fêtes qui me stressent le plus? Pourrais-je en déléguer à d'autres membres de la famille? Qu'est ce que je pourrais éliminer complètement?

Quelles sont les activités qui mériteraient que je leurs consacre plus de temps?

Si vous voulez apporter des changements aux célébrations dans votre famille, parlez-en longtemps à l'avance et tentez de faire comprendre votre point de vue. Incorporer graduellement de petits changements. Les plus récalcitrant se laisseront souvent séduire.

Source: Simplifiez le temps des Fêtes adaptation de Viviane Blais

### Idées cadeaux simples

Pour bien des gens, ce qui les pré-occupent le plus dans le temps des fêtes c'est de dépenser plus d'argent qu'ils n'en possèdent.

Il est recommandé de ne pas dépasser 1% de notre salaire annuel pour les dépenses du temps des fêtes ou de limiter les dépenses à ce que nous avons les moyens de payer sans l'aide d'une carte de crédit .

Si votre budget ne vous permet pas de cadeaux dispendieux voici quelques suggestions qui pourraient être grandement apprécié

#### Un cadeau de temps

Il consiste à donner un certificat fait par vous indiquant une activité ou un service que vous vous engagez à fournir à la personne . Exemple: gardiennage d'enfants, d'animaux, congé de vaisselle, accompagnement à des activités sportives etc...

#### Cadeaux fait à la main

Remplir un panier en osier de nourriture que vous avez préparé.

Confection d'un album photos

Offrir une compilation de vos recettes familiales favorites.

Vêtement confectionné par vous (tricot ou couture).

Offrir d'enseigner vous-même une de vos habileté comme couture, tricot, menuiserie ,informatique,jardinage.

Les idées sont à l'infini . À vous de trouver celle qui vous convient.

# Campagne nationale de sensibilisation au crédit et à l'endettement

## « Dans la marge jusqu'au cou! »

Cette année, nous participerons à la 8<sup>ème</sup> campagne de sensibilisation au crédit et à l'endettement qui se tiendra du 21 au 25 novembre 2011.

Le slogan de cette nouvelle édition est « Achetez maintenant, payez longtemps » et cible principalement les 31-45 ans .

Vous pourrez consulter dès le mois de novembre le site web de la campagne au [www.danslamargejusquaucou.com](http://www.danslamargejusquaucou.com) afin de consulter une multitude de conseils et d'informations de même que prendre connaissance de notre sondage sur les impacts de l'utilisation des paiements virtuels.



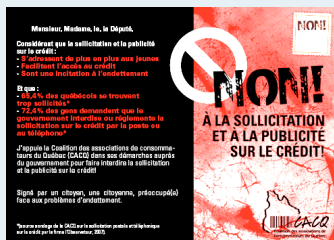
Achetez maintenant, payez longtemps

Vous avez des réactions et des questionnements face à la thématique de la campagne? Il y a une nouveauté cette année, le site permettra aux consultants budgétaires et aux consommateurs d'avoir un lien direct par l'intermédiaire d'un blogue .

## Carte virtuelle et autocollants

Nous vous invitons, encore cette année, à signer notre carte virtuelle sur le site web contenant un message pour que le gouvernement interdise la publicité sur le crédit.

Vous pouvez également vous procurer l'autocollant « Non à la sollicitation et à la publicité sur le crédit! » que vous pouvez apposer sur les formulaires d'offre de crédit que vous recevez par la poste et retourner le tout avec l'enveloppe préaffranchie. Il en coûtera près de 2\$ à la compagnie pour apprendre que vous n'êtes pas intéressé!



Venez nous rencontrer en grand nombre.

Date : jeudi 24 novembre

Heure : 10h

Endroit : Sous-sol de la

Maison 415

Veuillez nous aviser de votre présence avant le 15 novembre

## Déjeuner-causerie

Le Service budgétaire désire inviter ses membres à un déjeuner-causerie pour le lancement de la campagne. Sur place, une présentation interactive des activités, l'annonce des résultats du sondage effectué ainsi que de l'information sur le crédit . Les outils de la campagne 2011 vous seront remis en plus d'un bon déjeuner.

## INFO CONSOMMATION

Info consommation est un projet porté par les Services budgétaires de la région en collaboration avec l'Office de la protection des consommateurs. Inspiré des changements apportés à la Loi de la protection des consommateurs en vigueur depuis le 30 juin 2010, les Services budgétaires ont tenu à faire connaître les nouveautés de la Loi.

Quatre publicités ont été conçus .

**Achat à distance:** nous explique qu'il est plus sécuritaire de payer nos achats à distance avec une carte de crédit car nous sommes désormais protégés par le service de rétro-facturation.

**Service de télécommunication:** Il est désormais interdit pour les commerçants de renouveler un contrat automatiquement. Cette loi s'applique sur les contrats de téléphone, de câble, d'internet et de cellulaire.

**Les garanties:** Saviez-vous que le vendeur **est dans l'obligation** de vous informer sur la garantie légale et celle du fabricant, avant de vous proposer la garantie supplémentaire.

**L'endettement :** L'illusion du crédit nous sensibilise sur les intérêts payés lorsque nous effectuons simplement le paiement minimum.

*Portez attention aux capsules consommation qui sont diffusés sur les ondes de Radio-Canada.*

*Des questions?  
Consultez l'Office de la protection du consommateur au:*

*418-695-8427*

*« Saviez-vous que tous les services que nous offrons sont gratuits »*



### Coopérative d'habitation

Qu'est ce qu'une coopérative d'habitation?

C'est un regroupement de personnes qui sont à la fois locataire de leur logement (avec bail de location) et collectivement propriétaire de l'immeuble où ils habitent. Lorsqu'un membre quitte la coopérative, son logement demeure la propriété collective de la coop et ne peut être vendu. Ce sont les membres qui administrent, gèrent et entretiennent l'immeuble.

Les membres se réunissent au moins 1 fois par année (assemblée générale annuelle). Chaque membre a droit à un vote. Des comités sont formés afin de permettre un bon fonctionnement: finances, entretien, selection de nouveaux membres, etc. Les membres y participent selon leurs intérêts et compétences. De plus, la coopérative se dote d'outils importants pour son fonctionnement: règlements, politique et procédures, plan de gestion, cahier de membre etc..

Vous pouvez consulter au verso la liste des coopératives de la région.

#### Quels sont les avantages de l'habitation coopérative?

- Logement de qualité
- Bon prix
- Sécurité d'occupation à long terme
- Prise en charge de son milieu de vie
- Participation à la gestion de la coop

#### Comment devenir membre?

La plupart ont des listes d'attente pouvant contenir plusieurs noms.

# Liste des coopératives d'habitation Septembre 2009

## **Coop La Concorde**

24 logements  
3.5 pièces, retraités  
1712, ave. Du Pont Nord  
Alma, G8B 5G3  
M. Janic Laforest  
Tél : 418-669-0759

## **Coop Nolin**

13 logements  
4.5 pièces, mixte  
324, ave Nolin  
Alma, G8B 3N6  
Mme Johanne Gagnon  
Tél. : 418-662-3261

## **Coop Côte du collèe**

4 logements  
4.5 pièces, familles  
675, rue Côté  
Alma, G8B 1X4  
Mme Diane Morin  
Tél. : 418-480-2446

## **Coop quartier latin**

6 logements  
4.5 et 5.5 pièces, mixte  
320, Sacré-Cœur Ouest app4  
Alma, G8B 1L8  
Mme Alain Tremblay  
Tel : 418-487-1206

## **Coop le Hameau**

16 logements  
4.5 et 5.5 pièces, familles  
166, Plateau du Hameau  
Alma G8B 6Z9  
Mme Suzie Tremblay  
Tel : 418-480-2345

## **Coop La Croisée**

12 logements  
4.5 et 5.5 pièces, familles  
251, Alarie, app12  
Alma G8B 1B1  
M. Pierre Barrette  
Tel : 418-668-3246

## **Coop Loginaud**

12 logements  
4.5 pièces, mixte  
894, rue Armand Ouest  
Alma, G8B 4C3  
Mme, Hélène Tremblay  
Tél. : 418-662-3755

## **Coop le Carrefour**

24 logements  
4.5 et 5.5 pièces, familles  
856, ch. Du Pont Taché Nord-5  
Alma, G8B 5B8  
M Jean-Marie Lavoie  
Tél : 418-668-8597

## **Coop Dequen**

6 logements  
4.5 pièces, mixte  
160, Dequen Nord-4  
Alma, G8B 5N3  
M. Robert Duchesne  
Tél. :418-487-8257

## **Coop de l'île d'Alma**

11 logements  
3.5, 4.5 et 5.5 pièces, mixte  
C.P. 474  
Alma G8B 5V9

## **Coop quartier Naud**

269, rue Price  
Alma, G8B 5V9

## **Coop le manoir des pins**

16 logements  
4.5 et 5.5 pièces  
1120, rue Price oust  
Alma G8B 4T7  
Mme Michelle Phaneuf  
Tel:418-668-4460

## **Coop la Chaumière**

144, plateau du hameau  
Alma, G8B 6Z9

## SECTION MEMBRES

Dans le but d'un rapprochement avec nos membres, nous avons pensé réserver dans nos envois une section "Membres". Nous aurions besoin de témoignages, avis, opinions sur la consommation et la défense des droits.

Les membres qui seraient intéressés à recevoir l'envoi par courriel peuvent nous communiquer leur adresse au 418 668-2148 ou par courriel : [info@servicebudgetaire.com](mailto:info@servicebudgetaire.com)