

L'Arrivage

d'Adstock

UN NOUVEAU NOM POUR LA BIBLIOTHÈQUE

La Municipalité d'Adstock et l'équipe de bénévoles de la bibliothèque municipale ont dévoilé, le 12 janvier dernier, le nouveau nom de la bibliothèque. La bibliothèque municipale de Saint-Méthode a vu le jour le 22 janvier 1987 dans un local du Centre communautaire sous le nom de Bibliothèque l'Avenir. Près de 33 ans plus tard, les bénévoles en place ont décidé de rendre hommage à un bénévole en renommant la bibliothèque en son nom. Le maire de la Municipalité d'Adstock, monsieur Pascal Binet, ainsi que la responsable de la bibliothèque municipale, madame Linda Roy, étaient heureux d'annoncer que dorénavant la bibliothèque portera le nom de : **BIBLIOTHÈQUE JEAN-GUY-MAROIS**.



Le maire de la Municipalité d'Adstock, monsieur Pascal Binet, mesdames Paulette Mathieu, épouse de monsieur Jean-Guy Marois et Linda Roy, responsable de la bibliothèque, en compagnie des conseillers municipaux, messieurs Jean Roy, Michel Rhéaume et Pierre Quirion.

LA BIBLIOTHÈQUE L'AVENIR DEVIENT LA BIBLIOTHÈQUE JEAN-GUY-MAROIS!

ÉMILIE MARCOUX-MATHIEU

La Municipalité d'Adstock et l'équipe de bénévoles qui composent la bibliothèque municipale d'Adstock, ont récemment procédé au dévoilement du nouveau nom de l'établissement. Portant autrefois le nom de la Bibliothèque l'Avenir, celle-ci devient la Bibliothèque Jean-Guy-Marais, en l'honneur de ce bénévole dévoué qui a développé cette infrastructure au cours des 30 dernières années.

C'est dans un local du Centre communautaire qu'a vu le jour la bibliothèque municipale de Saint-Méthode en janvier 1987. Parmi les bénévoles présents lors de l'ouverture, monsieur Jean-Guy Marois y était en tant que responsable. Accompagné de son épouse et d'autres bénévoles, monsieur Marois a travaillé au fil des ans afin de dénicher les premiers livres, élaborer le fonctionnement, participer à la comptabilité et rechercher annuellement des commanditaires. Il était présent à la bibliothèque pour discuter avec les utilisateurs, mais il aimait surtout les conseiller.

Décédé il y a maintenant un an, c'est en présence de la famille de monsieur Marois que la communauté d'Adstock a tenu à lui rendre hommage en attribuant son nom à la bibliothèque municipale. « Son héritage, ses actions ainsi que ses réalisations sont bien tangibles dans différents domaines de l'aspect social et communautaire de Saint-Méthode et a marqué plusieurs générations. Jean-Guy n'aimait pas les hommages, mais il a quand même reçu le titre de bénévole émérite de la Municipalité en 2014 et il a été récipiendaire de la médaille du lieutenant-gouverneur en 2018. Il a maintenant son nom consacré à la bibliothèque municipale, une action nécessaire en raison de ses nombreuses années de participation active auprès de la communauté adstockoise », souligne avec émotion le maire de la Municipalité d'Adstock, monsieur Pascal Binet.

« La bibliothèque était la deuxième maison de monsieur Marois. Il y était tout le temps. Il améliorait sans cesse le service afin d'offrir une bibliothèque unique aux usagers. Tout était dans sa tête et il savait où il s'en allait. Son départ a laissé un grand vide à la bibliothèque, mais avec cet hommage nous avons l'impression qu'il est toujours parmi nous », d'indiquer madame Linda Roy qui a travaillé avec monsieur Marois et qui lui a succédé à titre de responsable.

Afin de se souvenir d'un homme passionné et généreux, une plaque hommage est installée à l'intérieur des murs de la bibliothèque. Maintenant située dans le Complexe sportif Mariette et Joseph Faucher, la bibliothèque Jean-Guy-Marais compte 200 membres et offre une grande variété de livres ainsi qu'un coin de divertissement pour les jeunes.



Mesdames Paulette Mathieu, épouse de monsieur Jean-Guy Marois, Linda Roy, responsable de la bibliothèque, en compagnie des enfants de monsieur Marois: Mario, Ghyslain et Nathalie.

L'Équipe

L'ARRIVAGE

73, RUE PRINCIPALE OUEST
ADSTOCK G0N 1S0
TÉL. : 418 422-2272
lisonturcotte55@gmail.com

MEMBRES:

JESSIE JACQUES
FRANCINE MARCOUX
LINDA ROY
LISE TURCOTTE

RÉDACTEUR EN CHEF :

RICHARD SAMSON

GRAPHISME ET IMPRESSION:

IMPRIMERIE GINGRAS

PUBLICITÉ:

BERNADETTE LAMBERT
418 338-2531

NOTES AUX LECTEURS:

DANS LE SEUL BUT D'ALLÉGER
LA LECTURE DE NOS TEXTES,
L'EMPLOI DU MASCULIN COMPREND
ÉGALEMENT LE FÉMININ.

L'AUTEUR D'UN ARTICLE ASSUME
L'ENTIÈRE RESPONSABILITÉ
DE SES ÉCRITS.

ABONNEMENT
EXTÉRIEUR
PAR LA POSTE : 20 \$

AMECQ
ASSOCIATION DES MÉDIAS ÉCRITS
COMMUNAUTAIRES DU QUÉBEC

Tirage
certifié
AMECQ

Culture
et Communications

Québec



Leucan est fière d'annoncer qu'une nouvelle montagne s'ajoute au Défi ski Leucan, présenté par Fenplast! Les skieurs et planchistes sont invités à venir dévaler les pentes, le **samedi 21 mars 2020 de 10h00 à 18h00 au Mont Adstock.**

Le Défi ski Leucan, c'est des heures de ski, de planche à neige ou de sports d'hiver sur six montagnes au Québec en soutien aux enfants atteints de cancer ainsi que leur famille. Il s'agit d'une journée conviviale, familiale et participative à la portée des gens de tous âges. La montagne s'engage à vous faire vivre une journée mémorable avec de la musique, de l'animation, des kiosques gourmands et plus encore.

UNE PREMIÈRE ÉDITION AU MONT ADSTOCK

Pour cette première édition, les participants devront faire une descente à l'heure pendant 8 heures afin de compléter le défi. Les équipes familiales bénéficient d'une formule écourtée et devront, quant à elles, skier pendant 6 heures. Sans être une compétition, chaque équipe aura le plaisir d'apprendre à la fin de la journée le nombre de descentes que l'équipe a réalisées. Un volet corporatif est également offert permettant ainsi de créer des équipes de quatre à huit personnes et participer à une excellente activité de teambuilding! Ce volet est plus que du ski, c'est un parcours en raquette, des défis sportifs à réaliser et des compétitions amicales à réussir.

Dans le **volet participatif**, en équipe d'une à quatre personnes, les participants de tous les âges et de tous les niveaux sont invités à amasser un minimum 500 \$. Dans le **volet corporation** (ski ou raquette), les participants sont invités à amasser un montant minimum de 1500 \$ par équipe.

Dans la région, l'événement pourra compter sur l'implication de son enfant porte-parole, Mika Dorval, 22 mois, de sa famille et de son président d'honneur, M. Mathieu Desmarais, directeur général du Mont Adstock. M. Desmarais sera également le coprésident d'honneur de la campagne du Défi têtes raséesMD Leucan présenté par PROXIM dans la région de Thetford Mines, en compagnie de M. Anthony Croteau-Leblanc, coordonnateur du CAPS du Cégep de Thetford. Le lancement de la campagne sera annoncé sous peu. « C'est avec fierté que nous organisons pour la première édition le Défi ski Leucan au Mont Adstock. Leucan est une cause qui nous tient à cœur et nous trouvons important de nous impliquer pour aider les enfants atteints de cancer et leur famille », affirme M. Desmarais.

Pour tous les détails, visitez le <https://www.defiski.com/fr/montagnes/mont-adstock/>.



ASSEMBLÉE ANNUELLE CHANTAL CLOUTIER, DIRECTRICE GÉNÉRALE

L'assemblée générale annuelle devrait avoir lieu à la fin du mois de mars. Si vous avez de l'intérêt à poser votre candidature comme administrateur n'hésitez pas à communiquer avec la

direction afin d'avoir d'autres informations. Veuillez noter que les postes de Messieurs Bertrand Tardif et Jacqueline Pépin seront en élection cette année et qu'ils sont rééligibles.

Voici un rappel important de la procédure pour la **mise en candidature d'un poste d'administrateur** : toutes les candidatures pour la mise en nomination d'un poste d'administrateur en élection devront, pour être recevables lors de l'assemblée générale, être acheminées au préalable à la direction générale de la Co-

opérative à l'aide du formulaire prescrit endossé par deux membres ou représentants de personnes morales et de sociétés membres de la Coopérative avant midi (12h00) le quinzième jour précédant immédiatement l'assemblée générale où ce poste d'administrateur doit être comblé.

Surveillez notre page Facebook, votre courriel, l'affichage à notre quincaillerie et à notre épicerie ainsi que les principaux points de service dans la municipalité afin de prendre connaissance d'informations complémentaires concernant l'assemblée générale annuelle incluant l'avis de convocation officiel.



Les inscriptions pour la 7^e édition de Défi 4 Vents, qui aura lieu le **samedi 6 juin 2020**, sont maintenant ouvertes. Le comité invite les participants à s'inscrire en grand nombre et rapidement, car les prix augmenteront le 4 mai.

NOUVEAUTÉ CETTE ANNÉE

Nous sommes à la recherche du coureur ou de la coureuse le/la plus rapide de la région. Seras-tu le plus rapide à courir une distance de 100 mètres? Tu crois être le plus rapide? Alors, inscris-toi dès maintenant au Sprint 100 m du Défi 4 Vents.

- Limite de 50 participants
- Le participant doit être inscrit à un autre parcours pour pouvoir participer au sprint
- Seulement 5 \$

Distances offertes:

- 100 m sprint
- 1 km - marche
- 2 km – course
- 5 km – course
- 10 km – course
- 21.2 km – course familiale (jeunes)

Veuillez noter qu'il n'y a pas de 42.2 km cette année.

Une superbe médaille sera remise à tous ceux et celles qui termineront leur parcours!

Invitez vos parents et amis, formez une équipe, on vous attend le 6 juin, pour le plaisir du dépassement! Inscription : www.inscriptionenligne.ca/defi-4-vents/



NOUVEAU RÔLE D'ÉVALUATION 2020-2021-2022

QUELQUES EXPLICATIONS

La MRC des Appalaches a déposé au cours de l'automne dernier notre nouveau rôle triennal d'évaluation. Aucune surprise en vous mentionnant qu'il est à la hausse. Les évaluateurs ont pris le soin, avant de nous le remettre, de revoir certains secteurs qui sont fortement à la hausse. Il sera valide pour les années ci-haut mentionnées. La législation exige que les évaluations foncières soient établies sur la base de la valeur réelle des immeubles.

J'aimerais vous rappeler que la Municipalité d'Adstock n'a aucun contrôle sur ces évaluations. Elle n'intervient pas dans cette opération qui est une compétence de la MRC des Appalaches. La Municipalité n'utilise ces données que pour les fins de taxation.

Une hausse du rôle d'évaluation signifie que la Municipalité est en croissance. Contrairement à d'autres municipalités qui reçoivent une péréquation (un programme gouvernemental de soutien aux municipalités dont le potentiel fiscal est relativement peu élevé à offrir les services de base à leurs contribuables sans imposer un niveau de taxation excessif), ce n'est pas notre cas. La Municipalité possède un potentiel d'attraction, car les propriétés se vendent à bon prix et ne demeurent pas longtemps sur le marché. Si l'inverse se produisait, nous serions en mauvaise posture et nous devrions notamment hausser le taux de taxation. C'est pourquoi nous pouvons le maintenir autour des 0,80 \$ du 100 \$ d'évaluation depuis plusieurs années.

Toutefois, il faut poursuivre nos actions pour maintenir cette attraction, en développant nos secteurs et en investissant intelligemment. Plus la richesse foncière de notre municipalité s'accroît, plus nos propriétés auront de la valeur, plus le taux de taxation sera bas, plus de gens habiteront notre territoire et plus nous serons pour nous diviser la facture.

Peu de placements offrent un rendement de plus de 10% en trois ans. C'est le cas des propriétés moyennes sur notre territoire. Évidemment, le propriétaire n'en profite que lors de la vente de sa propriété; mais il en est autant de vos REER lors de votre retraite.

À travers les années, nous reconnaissons un écart de la richesse foncière de notre Municipalité entre les communautés riveraines et les communautés villageoises. Ce qui est étonnant dans ce nouveau rôle, ce sont les augmentations inégales des périmètres urbains et des zones de villégiature entre eux.

Lors de l'adoption de son budget, le conseil municipal a abaissé de manière significative son taux de taxation pour tenir compte de la hausse de son rôle d'évaluation. Et même si ce taux est abaissé, nous savons que certains contribuables auront quand même un compte de taxes à la hausse. La moyenne des valeurs des propriétés du dernier rôle a passée de 146 564,92 \$ à 163 584,96 \$.

FAITS SAILLANTS DU NOUVEAU RÔLE D'ÉVALUATION

Depuis le dépôt du dernier rôle, le nouveau rôle d'évaluation a augmenté de 11,89%.

Ce sont les terrains qui ont subi une grande augmentation de leur valeur. Certains propriétaires tempêteront alors que d'autres jubileront (dont les propriétaires vendeurs). Pourquoi les terrains sont en forte hausse? Principalement à cause des ventes sur le marché immobilier. Il faut donc s'en prendre au marché des vendeurs et des acheteurs.

Certains périmètres urbains sont en augmentation et d'autres en stagnation. Il faut se pencher sur les interventions à faire pour améliorer la vitalité dans certains secteurs, car en opposition à d'autres secteurs, ils sont sollicités pour compenser les autres. Aussi, plusieurs bâtiments dans plusieurs secteurs ont diminué de valeur.

Pour connaître les variations de marché constatées et la méthodologie imposée aux fins de confection du nouveau rôle d'évaluation, la firme d'évaluation Évimbec Ltée, mandatée par la MRC des Appalaches, expose les éléments suivants :

- Les augmentations sont des moyennes, elles ne représentent pas un % exact pour chacune des propriétés individuellement.
- L'augmentation individuelle est variable en fonction de plusieurs facteurs possibles : correction de dossier suite à un maintien, localisation, âge, état, vacance, etc...
- Un redécoupage « modernisé » des unités de voisinage a été fait. Des variations à la hausse ou à la baisse des terrains sont visibles et possibles.
- Les terres n'ont pas fait l'objet de révision de l'usage des superficies depuis 30 ans. Une révision par géomatique via la cartographie du Ministère a été effectuée. Des variations sensibles sont notées.
- L'analyse du taux de variation de marché a été fait selon deux méthodes : la méthode des ventes et reventes et la méthode des ventes comparables (prix/m²).
- Le nouveau rôle illustre la variation du marché sur une période de trois ans en fonction d'une date de référence qui est le 1^{er} juillet 2018.
- Adstock comporte un grand territoire diversifié majoritairement en zone verte. Le marché immobilier le reflète bien avec un marché fluctuant d'un secteur à l'autre.
- Le coût des terres a fortement progressé. On dénote un attrait particulier pour les petites terres agricoles, les boisés ainsi que les érablières. Les acquisitions pour le loisir mettent une pression à la hausse des prix.
- Dans les généralités, on constate que les bâtiments non-résidentiels (commercial-industriel-institutionnel) oscillent à la hausse avec un faible 10%.
- Dans le cas des bâtiments agricoles, la tendance est à une faible augmentation sur les bâtiments.
- Pour le résidentiel, nous avons dû procéder à la baisse à un ajustement de plusieurs âges apparents suite au calcul modernisé.

**VOUS Y TROUVEREZ TOUTE L'INFORMATION SUR LES LOISIRS DE CHAQUE SECTEUR DE LA MUNICIPALITÉ.
N'HÉSITEZ PAS À M'ENVOYER VOTRE PUBLICITÉ POUR LES ACTIVITÉS DE LOISIRS.**



JOURNÉE MUNICIPALE DE GLISSE

La Municipalité d'Adstock invite ses citoyens et citoyennes à profiter des joies de l'hiver lors de sa traditionnelle « journée municipale de glisse à la Station récréotouristique du Mont Adstock ». Cette année, les adeptes de ski alpin, de planche à neige et de glissades sur tube pourront bénéficier des activités gratuites le **22 février** et ce, toute la journée.

Cette initiative, entreprise il y a plus d'une décennie, répond parfaitement à l'objectif de promouvoir l'activité physique inscrit dans la Politique des familles et des aînés, mise en place par la Municipalité d'Adstock. Bien que la journée de la glisse laisse davantage la place aux sports d'hiver, un après-ski est également organisé avec la présence d'un groupe musical à l'intérieur du chalet. Des prix de présence sont également attribués aux participants de la journée de glisse.

Afin de bénéficier de la journée gratuite, les résidents permanents et saisonniers du territoire d'Adstock doivent se présenter à la table identifiée « Adstock » à l'entrée du chalet entre 9h00 et 14h00 pour attester leur admissibilité avant de se rendre à la billetterie. Les citoyens doivent fournir une preuve de résidence (compte de taxes, permis de conduire, carte étudiante, etc.).

« En collaboration avec le service des loisirs et la Station récréotouristique du Mont Adstock, le conseil municipal est fier de poursuivre cette activité gratuite année après année et ainsi appuyer notre montagne. Cette journée est une belle façon de pratiquer un sport de glisse en famille, dans l'un des plus beaux attraits de la région. C'est en rendant accessible nos attraits que notre communauté s'appropriera ses lieux de divertissement et fréquenteront à nouveau les sites. », de commenter le maire de la Municipalité d'Adstock, monsieur Pascal Binet.

LIGUE DE HOCKEY – ENFANTS

Tu as 17 ans et moins et tu aimerais jouer au hockey ? Peu importe ton calibre, la ligue de hockey plaisir d'Adstock est pour toi. À chaque samedi matin de 9h00 à 10h00, tu auras la chance de pratiquer ton sport de façon encadrée, sécuritaire et surtout ... pour avoir du plaisir. La session de cours est déjà commencée depuis l'automne mais il y a encore des places disponibles.

Lieu : Complexe sportif Mariette et Joseph Faucher

Horaires : samedi – 9h00 à 10h00 • **Coût :** 10 \$ par cours

Note : l'équipement de hockey complet est nécessaire

LIGUE DE HOCKEY – ADULTES

Une ligue de hockey pour adultes a lieu à chaque dimanche après-midi. Tu dois avoir ton équipement complet. Tout le monde est le bienvenu.

Lieu : Complexe sportif Mariette et Joseph Faucher

Horaires : dimanche de 14h à 15h30 • **Coût :** 3\$

CAMP DE JOUR

SEMAINE DE RELÂCHE

Un camp de jour aura lieu pendant la semaine de relâche scolaire du **2 au 6 mars 2020** au Complexe sportif Mariette et Joseph Faucher. Nous prévoyons des ateliers, des activités sportives, culturelles, deux sorties et plusieurs activités amusantes pendant la semaine. Soyez assurés que ce camp de jour aura lieu peu importe le nombre d'inscriptions, le nombre d'animateurs sera ajusté selon le nombre d'enfants.

Activités : bubble foot, journée de glissade au mont Adstock, sortie à Parc-o-fun, construction de forts pour participer au Défi Château de neige, initiation à l'art, cuisine, patinage et hockey, film et plusieurs autres activités.

Tarifs :	Service de garde :
1 ^{er} enfant : 60 \$	AM : 7h30 à 9h00 - PM 16h00 à 17h30
2 ^e enfant : 50 \$	Pour la semaine : 25 \$
3 ^e enfant : 40 \$	À la journée 5 \$
À la journée : 15 \$ ou 20 \$ pour les journées de sortie	

Information et inscription : Justin Lessard Nadeau
418 422-2135 option 6 ou j.lessardnadeau@adstock.ca

OFFRE D'EMPLOI

MONITEURS(TRICES) POUR LE CAMP DE JOUR DE LA SEMAINE DE RELÂCHE.

Il sera possible de poursuivre l'emploi à l'été 2020 comme moniteur du terrain de jeux estival.

Description de la tâche : planifier, organiser et animer des activités sécuritaires et adaptées aux programmes et aux groupes d'âge des participants, superviser et encadrer les groupes, intégrer les saines habitudes de vie dans ses animations et ses interventions, s'assurer du suivi avec les parents, assurer la sécurité des enfants et toutes autres tâches connexes.

Les candidats devront répondre aux exigences suivantes : avoir 16 ans et plus, aimer travailler avec les enfants, être dynamique, travaillant, fiable et responsable et être exempt d'antécédents judiciaires.

Réception des curriculum vitae : le service des loisirs de la Municipalité d'Adstock recevra les curriculum vitae, jusqu'au 7 février 2020, 16h00 par la poste (35, rue Principale Ouest, Adstock (Québec), G0N 1S0) ou par courriel au j.lessardnadeau@adstock.ca. Seuls les candidats retenus pour une entrevue seront contactés. Pour information : 418 422-2135 - option 6.

BIBLIOTHÈQUE JEAN-GUY-MAROIS

SAVIEZ-VOUS qu'il n'en coûte rien pour être membre de la bibliothèque municipale d'Adstock? En effet, que vous soyez de St-Méthode, de Sacré-Cœur-de-Marie, de St-Daniel ou du secteur des lacs, toutes les personnes qui résident sur le territoire d'Adstock peuvent venir à la bibliothèque, s'inscrire et se choisir un bon livre...

Mercredi soir : 19h00 à 20h00
Jeudi après-midi : 14h00 à 15h00
Téléphone : 418 422-2131
Courriel : bibliojpgmarois@gmail.com



MENSONGE (thriller)

JP Delaney

JP Delaney est le pseudonyme d'un écrivain qui a écrit plusieurs romans à succès sous d'autres noms. Son premier thriller psychologique, **La Fille d'avant**, paru en 2017 a été un phénomène mondial vendu à des millions d'exemplaires.

Étudiante en art dramatique, Claire finance ses cours de théâtre en jouant un rôle peu conventionnel : elle flirte, pour le compte d'un cabinet d'avocats spécialisés dans les divorces, avec des hommes mariés suspectés d'infidélité. Sa couverture fonctionne parfaitement... jusqu'à ce que l'une de ses proies soit soupçonnée de meurtre.

DES CŒURS EN EXIL (roman)

Claude Dion

L'auteur a développé une réelle passion pour l'histoire. Par son écriture aussi imagée que brillante, il dépeint des personnages forts, plus grands que nature. Après **Il était une fois à New York**, il nous revient avec un roman historique captivant et émouvant.

1863. Amélie et Youssef sont en fuite. Alors que leur petit commerce prospérait, ils ont dû tout quitter pour échapper à de redoutables contrebandiers qui imposent leur loi dans le secteur. Puis un jour, Youssef est rattrapé par ses antagonistes. Arrêté et emprisonné, il rêve à la vie qui aurait pu être la sienne s'il avait écouté sa douce.

UN VENT DE LIBRETÉ, tome 1 (série)

Agnès Ruiz

Auteure émérite, Agnès Ruiz s'est fait connaître dès son premier roman, **Ma vie assassinée**, vendu à plus de 150 000 exemplaires. Elle nous offre ici une nouvelle saga historique dépeinte avec élégance et sensibilité.

1862. Toute sa vie, Amandine s'est dévouée à son troupeau de moutons. Son désarroi est grand lorsqu'elle apprend que, faute d'argent, la bergerie familiale a été vendue à un être détestable et sans scrupule. Obligée de quitter sa terre, elle amorce une longue marche vers un avenir qu'elle souhaite meilleur. Lui sera-t-il possible de trouver sa place dans ce monde qui semble vouloir se liguer contre elle ?

CAPSULE SANTÉ

COMMENT BIEN GÉRER SON STRESS

collaboration de Mireille Lessard



Les événements marquants de notre vie, comme changer d'emploi, se marier ou devenir parent, peuvent engendrer du stress. Comme sources de stress, mentionnons les préoccupations constantes en ce qui concerne vos finances ou l'avenir de vos enfants, ou encore les désagréments quotidiens, comme avoir à faire réparer votre voiture ou arriver en retard au bureau.

Tous les événements qui provoquent du stress ne sont pas nécessairement négatifs. La manière dont nous composons avec ces événements influe grandement sur notre bien-être physique, mental et social. Nous pouvons voir ces événements comme des défis qui enrichissent nos vies, ou les voir comme des facteurs de stress qui nous empêchent de profiter de la vie.

Vous pouvez améliorer tous les aspects de votre vie en apprenant à gérer votre stress.

Les approches suivantes vous aideront à mieux faire face au stress dans votre vie :

- Créez un **équilibre entre le travail et les loisirs**. Organisez votre vie de façon à ne pas vous sentir coupable lorsque vous vous reposez et à ne pas vous amuser alors que vous devriez travailler.
- Prenez le temps de **rire**.
- Apprenez à **déléguer**; vous n'avez pas à tout faire vous-mêmes.

- Utilisez des techniques de **relaxation** comme le yoga ou la méditation. Élargissez votre horizon spirituel.
- Faites beaucoup d'**exercices**. S'il le faut, combinez-le avec des tâches physiques qui doivent être faites (jardinage, ménage, etc.).
- Apprenez à **gérer votre temps**. Dressez des listes de priorité.
- **Mangez sainement**. L'alcool, la caféine et les graisses rendent la gestion du stress plus difficile tandis que d'autres aliments comme les fruits, les légumes et les grains entiers la favorisent.
- Prenez du **repos** et obtenez le sommeil dont votre corps a besoin.
- **Discutez** ouvertement de vos problèmes avec vos amis, vos proches ou un conseiller.
- Prenez des **vacances** de temps à autre. Ralentissez un peu. Amusez-vous!
- Sachez qu'il n'est pas nécessaire de «gagner» toutes les disputes. Soyez **moins compétitifs**.
- **N'essayez pas d'être parfait** et ne vous attendez pas à ce que les autres le soient.

Source : <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/maladies-chroniques/maladie-mentale/comment-bien-gerer-son-stress.html>

CINQ PROBLÉMATIQUES PRIORITAIRES POUR LA GESTION DE L'EAU

Le Conseil de gouvernance de l'eau des bassins versants de la rivière Saint-François (COGESAF) est heureux d'annoncer les résultats du processus de concertation des acteurs de l'eau du territoire, qui a mené à l'identification de cinq problématiques prioritaires.

La démarche de concertation

Au printemps 2019, le COGESAF a rencontré les comités locaux de bassin versant (CLBV) pour réaliser une première phase de collecte de données concernant cette priorisation de problématiques. Dix rencontres de CLBV ont eu lieu, permettant de rencontrer plus d'une centaine d'acteurs de l'eau et ainsi cibler les problématiques principales concernant la zone de gestion intégrée de l'eau Saint-François. Une deuxième phase a consisté à rendre disponible un sondage en ligne permettant de rejoindre le grand public et les autres acteurs intéressés.

Au total, ce sont plus de 300 individus (des acteurs du milieu municipal, économique, gouvernemental et communautaire) qui ont participé à la priorisation des problématiques.

Il est à noter que cet exercice de priorisation des problématiques prioritaires est une exigence issue de la dernière convention financière unissant le ministère de l'Environnement et de la Lutte contre les changements climatiques (MELCC) et les organismes de bassin

versant (OBV). Cette priorisation vise à orienter les futures actions de la mise à jour annuelle du plan directeur de l'eau.

Les cinq problématiques retenues sont les suivantes :

1. présence d'une espèce exotique envahissante;
2. érosion des berges/érosion côtière;
3. destruction et/ou dégradation de la qualité des milieux humides;
4. eutrophisation/présence de cyanobactéries;
5. problème d'envasement, de sédimentation et/ou de comblement.

Tous les détails en lien avec les résultats globaux et les résultats par CLBV peuvent être consultés en ligne à l'adresse suivante :

<http://cogesaf.qc.ca/priorisation-des-problematiques/<https://cogesaf.us20.list-manage.com/track/click?u=de26c48839fd01aa6289f531f&id=ffb0c0d29&e=cf9a24b84f>>

«La grande participation des acteurs de l'eau du territoire à cette démarche de concertation démontre que les préoccupations en lien avec la ressource eau sont réelles. Toutefois, cela démontre également la volonté des gens issus de divers secteurs d'activités de travailler à l'amélioration et la préservation de la ressource eau en identifiant des pistes de solutions concrètes.», affirme Jean-Paul Raïche, président du COGESAF.

À propos du COGESAF

Le Conseil de gouvernance de l'eau des bassins versants de la rivière Saint-François (COGESAF) est l'un des 40 organismes de bassins versants du Québec reconnus et soutenus par le MELCC. Il regroupe les organismes publics, privés et communautaires des bassins versants de la rivière Saint-François et du fleuve Connecticut, afin de développer une approche de gestion intégrée de l'eau par bassin versant, dans une perspective de protection de l'environnement, d'aménagement et de développement durable du territoire. Selon la Loi affirmant le caractère collectif des ressources en eau et visant à renforcer leur protection, il a pour «mission d'élaborer et de mettre à jour un plan directeur de l'eau et d'en promouvoir et suivre la mise en œuvre» (Article 14.2.a).

LE PETIT COIN DES FERMIERES

FERMI-TRUCS • FERMI-RECETTES • FERMI-TRICOT



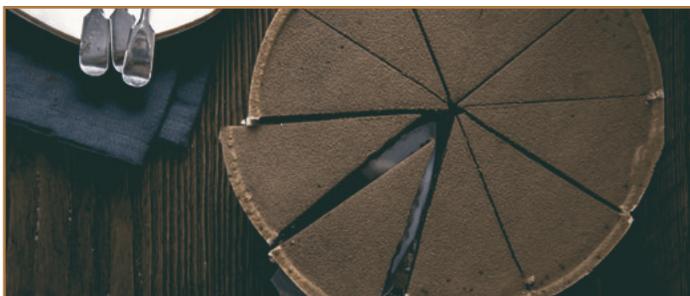
TARTE AU CHOCOLAT

- 5 tasses de cassonade
- 10 c. à table de farine (comble)
- 10 c. à table de beurre
- 4 tasses de lait
- 4 c. à thé de cacao
- 1 c. à thé de vanille

Mêler cassonade, farine et cacao. Ajouter le beurre et le lait.

Cuire à feu lent en brassant jusqu'à épaississement. Ajouter la vanille.

Donne 6 tartes



CROQUANT AU CAROUBE

- ½ tasse de caroube en poudre
- ½ tasse de miel
- ½ tasse de beurre d'arachide
- ½ tasse de graines de tournesol moulues
- ½ tasse de graines de sésame
- ½ tasse de germe de blé ou de farine de blé
- Noix de coco à saupoudrer sur le dessus au goût

Bien mélanger les ingrédients. Mettre dans un plat de pyrex rectangle. Bien étendre. Mettre au réfrigérateur. Servir.



Pour les personnes qui ne mangent pas de chocolat ou les sans-sucre...

TRUC :

Quand vous achetez un contenant de glaçage à gâteaux, fouettez le mélange avec une mélangeuse pendant quelques minutes. Ça fait DOUBLER le mélange. Vous pouvez faire plus de gâteaux avec le même montant. Et en plus, vous consommerez moins de sucre et calories.

LA MUNICIPALITÉ D'ADSTOCK MAINTENANT AU PETIT ÉCRAN AVEC « UNE ADSTOCK DE BELLE PLACE »

ÉMILIE MARCOUX-MATHIEU



En collaboration avec la télévision locale, NousTV, la Municipalité d'Adstock présentera au cours des prochains mois une série d'émissions qui mettra en lumière les bons coups réalisés par les citoyens, les entrepreneurs ou encore les organismes. « Une Adstock de belle place » traitera de divers sujets afin de démontrer que la Municipalité a beaucoup à offrir et se développe constamment sur le plan économique, social ou encore auprès des loisirs.

Tout d'abord présentés à la télévision locale, les reportages seront par la suite diffusés via les réseaux sociaux, puisque ceux-ci permettront de rejoindre un plus grand nombre de téléspectateurs. L'immigration, l'agriculture, les organismes communautaires, les comités de développement, les associations riveraines, les citoyens engagés, les entrepreneurs établis sur le territoire de même que les activités qui se démarquent à Adstock, les attraits touristiques et les projets qui sont en plein développement à Adstock seront les thèmes abordés au cours du projet télévisuel.

La réalisation des reportages est rendue possible grâce à l'aide technique de NousTV, mais également grâce à la contribution des participants qui acceptent sans hésitation de se prêter au jeu et de se présenter devant les caméras afin de faire connaître les différents aspects qui composent la Municipalité d'Adstock. Sans l'intervention des techniciens et des citoyens, cette série d'émissions ne pourra pas connaître le succès qu'on souhaite.

Pour le maire de la Municipalité d'Adstock, monsieur Pascal Binet, la série d'émissions est un beau clin d'œil pour notre communauté : « Nous cherchions un moyen novateur pour démontrer notre potentiel et illustrer le dynamisme des gens et de tout ce qui gravite autour de notre municipalité. Depuis les dernières années, nous connaissons une belle croissance sur le plan socio-économique et travaillons sur des beaux projets structurants dans le domaine agroalimentaire et touristique. Avec la participation de NousTV, nous réussissons ainsi à promouvoir notre communauté et faire reconnaître nos particularités en présentant les principaux acteurs de cette réussite, ses attraits et ses organismes. »

« Une Adstock de belle place » est présentée dès maintenant sur les ondes de NousTV au canal HD 555 de COGECO le mercredi à 18h30. Un rendez-vous à ne pas manquer à la télévision, mais également via la page Facebook de la Municipalité d'Adstock.

INVITATION AUX NOUVEAUX ARRIVANTS

de la MRC des Appalaches



ACTIVITÉ DÉCOUVERTE DE LA RÉGION GRATUITE

9 FÉVRIER 2020, ACCUEIL DÈS 7 H 30

(remis au 16 février en cas de fermeture de la montagne)

*** Réservation et dépôt obligatoire avant le 4 février 2020 ***

ACTIVITÉ GLISSE AU MONT ADSTOCK

Initiation au ski alpin | Cours avec moniteur | Billet d'une demi-journée en ski | Location d'équipement et billet glissade
Possibilité d'échanger une activité par de la raquette. Rabais de 15% sur le menu de la cafétéria.

Réserver auprès de France Vachon
par courriel : accueil@regionthetford.com
ou par téléphone : 418 338-2188, poste 236

Avec la participation financière de :



fadoq

MOT DU CLUB AMITIÉ FADOQ

RITA VIGNEAULT, SECRÉTAIRE (418 422-2067)

Le mois de janvier est déjà terminé et février prend son envol. Comme le mois de février est souvent plus difficile à vivre, n'oubliez que plusieurs activités s'offrent à vous afin d'en profiter le plus sereinement possible. Si vous désirez participer aux activités et que le transport est difficile, communiquez avec Yvon Grégoire, Jeannine Pomerleau ou Rita Vigneault et il nous fera plaisir de vous offrir un transport car en s'amusant le temps est moins long, on pense moins à nos problèmes. Attention aux chutes sur la glace et aux rhumes et gripes.

ACTIVITÉ SPÉCIALE

Le dîner festif du 12 janvier fut un merveilleux succès, et ce, grâce à votre participation, aux succulents desserts de nos cordons-bleus et à l'implication de nos nombreux bénévoles. Nous avons servi 177 repas en incluant les enfants. Les cartes vendues en prévente ont contribué à ce succès. Lors de ce dîner, en collaboration avec la Municipalité, nous avons accueilli les nouveaux arrivants qui sont venus s'installer à Adstock depuis janvier 2018 et les travailleurs étrangers qui avaient répondu à notre invitation. Les dépenses n'étant pas toutes compilées, nous vous ferons le détail dans la prochaine édition de L'Arrivage.

Encore une fois merci à nos généreux bénévoles car sans eux il serait impossible de faire une telle activité, merci à nos commanditaires et merci à vous tous qui vous êtes déplacés malgré la température incertaine. Nous pourrions encore une fois dire : «comme il fait bon vivre chez-nous».

FÊTE DE LA ST-VALENTIN

Notre club Amitié FADOQ soulignera la fête de l'amour **same-di le 8 février 2020** à l'Édifce Bernardin-Hamann. Un souper suivi d'une soirée dansante avec le duo Marcel Vachon agrémentera notre activité. Au menu : soupe, suprême de poulet, salade, desserts, café et thé. Le repas est servi par le restaurant Rivana au coût de 22 \$ en prévente jusqu'au jeudi le 6 février et 25 \$ à la porte. Bienvenue à tous!

ACTIVITÉS RÉGULIÈRES

Déjeuners rassembleurs mensuels : les déjeuners rassembleurs sont toujours le troisième vendredi du mois à 8h30. Pour ce mois-ci, ce sera le vendredi 17 février. Invitation spéciale à tous les clubs d'Âge d'Or d'Adstock à venir nous rencontrer lors de nos déjeuners.

Adstock s'active : l'activité a repris lundi le 6 janvier 2020. Surveillez votre Messenger pour plus d'informations.

Baseball-poches : le prochain tournoi de baseball-poches aura lieu le 14 février 2020 et l'après-midi de jeux le 26 février. Soyez au rendez-vous!

Danse : la danse a repris ses activités tous les lundis à 13h30.

RECRUTEMENT

Notre campagne de recrutement est toujours en vigueur, aussi nous invitons tous ceux et celles qui aimeraient rejoindre notre club, nous serons heureux de vous accueillir, nous souhaitons vous offrir ainsi qu'à toutes les personnes qui

veulent garder la forme des moyens faciles de garder notre santé et avoir des moments d'activités sociales. Les cartes de membres sont à 20 \$ par année. De nombreux avantages vous sont offerts si vous adhérez au club Amitié FADOQ : rabais dans plusieurs restaurants, en assurance et dans plusieurs commerces de la région. Plusieurs activités intéressantes pour tous. Vous pouvez vous informer aux membres du bureau de direction. Bienvenue à tous!

MAISONS INHABITÉES

QUELLES MESURES À PRENDRE EN PRÉVISION DE L'HIVER?

LA SOCIÉTÉ
D'HABITATION
DU QUÉBEC
VOUS INFORME

La Société d'habitation du Québec vous rappelle quelques précautions à prendre pour protéger l'intégrité de votre maison si cette dernière demeure inhabitée durant la saison froide.

Précautions générales :

- Vérifier l'état général de la maison régulièrement;
- Procéder au déneigement de la toiture si le poids de la neige (ou de la glace) est important;
- Pour la sécurité des personnes, déneiger et déglacer les stationnements, allées piétonnières, marches d'escalier et perrons;
- Déneiger le compteur à gaz, les événements d'appareils au gaz, les trappes d'aération et les fenêtres du sous-sol;
- Pour les maisons munies de réservoirs au mazout, ou alimentées par un réservoir de propane ou par un réseau de gaz naturel, les propriétaires auraient aussi avantage à fermer l'alimentation afin de réduire les risques de fuite.

Maisons sans chauffage ni électricité :

- Fermer le disjoncteur principal de la maison;
- Fermer la valve principale d'entrée d'eau et la protéger du froid à l'aide de couvertures et de matériaux isolants;
- Vider tous les tuyaux d'eau (chaude ou froide), incluant les systèmes de chauffage à eau chaude, le cas échéant;
- Vider le chauffe-eau;
- Ouvrir tous les robinets et actionner la chasse d'eau des toilettes à plusieurs reprises;
- Débrancher et vider les tuyaux d'alimentation d'eau de la laveuse et du lave-vaisselle;
- Verser 500 ml de produit antigel (à la rigueur, du lave-vitre anti-gel pour auto) dans la cuvette des toilettes, dans le renvoi des évier, des lavabos et des baignoires et dans le drain du plancher, et 1L dans le fond de la laveuse et du lave-vaisselle;
- Limiter les infiltrations d'air en obturant les entrées et sorties d'air (ventilation, sècheuse, hotte...) et permettre à la lumière du soleil de pénétrer par les fenêtres.

Maisons chauffées et avec électricité :

- Dans le cas des bâtiments alimentés en électricité, évacuer tous les matériaux contaminés et assécher le bâtiment en maintenant le taux d'humidité relative intérieure entre 30 % et 50 %. Assurer une bonne ventilation et maintenir une température intérieure suffisamment élevée pour prévenir la formation de condensation sur les matériaux.

Info: www.urgencequebec.gouv.qc.ca



SUITE DE LA PAGE 4

NOUVEAU RÔLE D'ÉVALUATION: DEMANDES DE RÉVISION

La directrice des finances est la première répondante. Avant de formuler une demande de révision ou de faire une demande de validation, il est recommandé de communiquer avec la Municipalité. Il sera possible pour le contribuable d'obtenir des informations de base.

Motifs valables de demande de révision

Il ne suffit pas d'être en désaccord avec la valeur établie d'un immeuble pour effectuer une demande de révision : il faut pouvoir démontrer qu'elle est inexacte.

Voici des exemples de motifs pouvant être invoqués :

- défectuosité de l'immeuble (bris, vice de construction, etc.)
- nuisance (bruit, pollution, inondation, etc.)
- autre facteur basé sur des ventes de propriétés comparables, des dépenses élevées, etc.

En cas de doute ou si l'insatisfaction du contribuable persiste après avoir donné les informations, la direction de la Municipalité peut le référer au service d'évaluation de la MRC ou lui conseiller de formuler une demande de révision formelle.

Demande de validation **informelle**: jusqu'au **15 avril** - sans frais - non-facturable.

Demande de révision **formelle**: date limite **30 avril** - avec frais - facturable à la Municipalité.

LE COMITÉ CONSULTATIF SUR L'ENVIRONNEMENT RECRUTE

La Municipalité d'Adstock est à la recherche d'un citoyen afin de siéger comme membre du Comité consultatif sur l'environnement (CCE). Le comité a pour but de conseiller, d'émettre des avis ou faire des recommandations au conseil municipal sur les travaux, projets, activités ayant un impact sur l'amélioration et la préservation de l'environnement. Le CCE est également chargé de la réalisation de Politique environnementale de la Municipalité. Formé en 2014, le CCE aide le conseil municipal à rencontrer efficacement ses objectifs en matière d'environnement et de développement durable pour les générations futures.

Les personnes intéressées devront avoir :

- un intérêt marqué pour l'environnement ou les questions environnementales ou une expertise dans ce domaine;
- le temps et la disponibilité pour participer aux réunions (environ 6 par année) et consacrer le temps nécessaire entre les réunions pour prendre connaissance des sujets à discuter au comité;
- siéger à titre indépendant et non comme représentant d'un autre organisme dont il est membre ou employé.

La durée du mandat est de 2 ans et renouvelable par la suite. Une rémunération de 30 \$ chacun par séance à laquelle il assiste en plus d'un remboursement des frais de déplacement selon le tarif en vigueur de la Municipalité.

Les personnes intéressées devront faire parvenir leur candidature à monsieur Jérôme Grondin au j.grondin@adstock.ca au plus tard le **6 mars 2020**.

LE CONSEIL EN BREF

(JANVIER 2020)

- **Démissions** : Jessie Jacques, technicienne en bâtiment et en eaux usées et Francis Marois, journalier occasionnel.
- **Nomination** de Carl Binette à la direction des travaux publics.
- Appel d'offres lancé pour la **surveillance hivernale des chemins**.
- Autorisation de **signature de l'entente intermunicipale** pour l'application des règlements d'urbanismes et ceux relatifs à l'environnement entre la MRC des Appalaches, la Municipalité de Kinnear's Mills, la Municipalité de Saint-Pierre-de-Broughton et la Municipalité d'Adstock.
- Autorisation de vente et de signature concernant la **cession de lots** faisant partie de l'emprise du chemin des Cerfs aux propriétaires riverains au prix de l'évaluation municipale et à certaines conditions.
- Autorisation de **cession d'un ancien chemin** de colonisation à Pierre Quirion afin de régulariser le terrain.
- Modification au règlement 253-19 décrétant des travaux d'infrastructures, d'aqueduc et d'égout sur la rue Réjean afin d'en **diminuer l'emprunt** à une somme n'excédant pas 296 268 \$.
- **Adoption** du règlement 257-19 amendant le règlement de zonage afin d'encadrer la culture, la production et la transformation du **cannabis** ainsi que les **résidences de tourisme**.
- **Demande** de la Municipalité à la **CPTAQ** : résolution d'accepter l'orientation préliminaire de la CPTAQ relativement à l'autorisation quant à l'utilisation non agricole pour l'implantation d'un centre de transformation agro-alimentaire et de se désister de la demande d'exclusion pour le projet de développement résidentiel.
- Mandat donné à Aquatec Société de Gestion de l'Eau pour la réalisation du suivi des **eaux usées** municipales pour une durée maximale de trois mois (taux horaire de 79 \$).
- Autorisation de paiement (172 337 \$) à Terrapure - Revolution Environmental Solutions LP dans les travaux de pompage, déshydratation et disposition des **boues des étangs aérés** de St-Méthode.
- **Adhésion à l'entente** entre l'Union des municipalités du Québec et Énergir concernant les **compensations** lors de l'installation des réseaux du gaz naturel.
- Résolution d'appui et engagement de la Municipalité envers l'O.T.J. Saint-Méthode concernant le **projet d'implantation de jeux d'eau** dans le village de Saint-Méthode afin que ce dernier bénéficié de l'aide financière du ministère.
- **Autorisation de passage** donnée au Défi les De-mois/Ailes pour le 10 juillet 2020.
- **Mandat donné au service des loisirs** à prioriser les démarches pour ramener du hockey à l'aréna, d'augmenter l'utilisation, l'occupation et la rentabilité du Complexe sportif.

PETITES ANNONCES

CHALET à louer pour l'été 418 332-6693

PIANO bas en excellent état à vendre de marque Lesage
 – **VÉLO EXERCISEUR** – Magnifique **SET DE SALLE À MANGER AVEC BAHUT** – **SET DE CHAMBRE** vintage
 – Bas prix - INFO : Richard 418 338-1412

ATELIERS DE YOGA POUR LE CŒUR – SAMEDI LE 15 FÉVRIER 2020 – À ADSTOCK – 25\$/ATELIER OU 40\$/2 – Inscription : Chantal Poulin 418 222-1950

[AM] ATELIER DE GESTION DU STRESS PAR LA COHÉRENCE CARDIAQUE : dans la première heure j'expliquerai les bienfaits de cet exercice respiratoire si simple et si puissant à la fois. On peut s'en servir pour maigrir, arrêter de fumer ou de prendre de l'alcool, pour mieux dormir, mieux se concentrer, réduire l'anxiété et prévenir l'apparition de toutes les pathologies liées au stress. Les bienfaits sont si nombreux que je ne peux pas tous les nommer ! Et dans la deuxième partie de l'atelier, chaque participant pourra pratiquer avec un logiciel qui mesure la variabilité de la fréquence cardiaque pour vérifier si la technique est bien comprise. Cette technique est bienfaitante aussi pour les enfants. [Apportez votre liste de médicaments].

Yogini Chandrik, Chantal Poulin - professeure de yoga depuis 2006, diplôme de post-formation à l'enseignement

du yoga en 2013, cohérence cardiaque par Dr David O'Hare avril 2011 (gestion du stress), formation continue en yoga et Pilates 2006 à ce jour. Pré-natal à jeunes adultes, en lien avec le maintien de la santé, aqua-yoga, rencontre en individuel, enseignement des sutras de Patanjali, initiation à la méditation. Membre accrédité du centre de transmission du yoga (CTY), de la fédération francophone du yoga (FFY) et du programme d'enseignement sportif du Québec (P.E.S.Q).

[PM] ATELIER DE YOGA POUR L'OUVERTURE DU CŒUR

Le chakra du cœur, notre cœur énergétique, est le temple sacré de l'amour. Par un travail yogique bien précis, laissons le cœur s'ouvrir. C'est avec bienveillance que je vous offre cette intégration de l'âme, du corps et de l'esprit vers le cœur.

Yogi Jvan, Stéphane Lachance - formé entre autres dans la lignée du Viniyoga, cumulant plus de 2000 heures de formation, avec un cursus thérapeutique en continue. Enseignant de yoga certifié par la Fédération Francophone de Yoga (FFY), la Fédération Française des Écoles de yoga (FFEY), le Centre de transmission du Yoga (CTY), la Yoga Alliance (YA) et l'Association des Naturothérapeute du Québec (ANQ) & Yoga thérapeute certifiée par la FFY & secrétaire du CTY.

Offrez-vous de réaliser vos ambitions.

Découvrez nos REER / CELI.

Près
du monde

 **Desjardins**
Caisse de la Région de Thetford



BIBLIOTHÈQUE MUNICIPALE : : 5-6-12-13-19-20-26-27 février
Mercredi-19h/20h-jeudi 14h/15h

PROCHAINE ÉDITION

15 FÉV. 2020 DATE DE TOMBÉE POUR LES
 ARTICLES DE L'ÉDITION DE **MARS 2020.**

INFO: LISE 418 422-2272 OU BERNADETTE 418 338-2531

SEMAINE NATIONALE DE PRÉVENTION DU SUICIDE - 3 AU 9 FÉVRIER 2020

- 1** [Samedi] 18h00 : dégustation bières et saucisses au Centre intergénérationnel. DJ sur place. (25 \$)
- 3** [Lundi] Cueillette des ordures
- 4** [Mardi] 13h30 : après-midi de jeux du **Comité de bénévoles de St-Daniel** (shuffleboard, bingo, cartes) au sous-sol de l'église St-Daniel.
- 5** [Mercredi] 13h00 : les **Fermières St-Méthode** vous invitent à l'Édifice Bernardin-Hamann pour la réunion, suivra un après-midi récréatif et votre présence comptera pour le mois de février. Bienvenue à tous! La direction
- 8** [Samedi] 13h00 : les **Œuvres communautaires** (comptoir familial) d'Adstock vous invitent à l'Édifice Bernardin-Hamann à un après-midi d'activités : jeu de cartes, bingo et baseball-poches. A cette occasion nous fêterons la St-Valentin. Il y aura plusieurs prix de présence et un goûter sera servi. Prix d'entrée 2 \$. On vous attend en grand nombre.
17h30 : Le **Club Amitié FADOQ St-Méthode** vous invite au souper de la St-Valentin à l'Édifice Bernardin-Hamann.
- 10** [Lundi] Cueillette de la récupération
19h30 : **conseil municipal** au Centre intergénérationnel
- 11** [Mardi] 13h30 : après-midi de jeux du **Comité de bénévoles de St-Daniel** (shuffleboard, bingo, cartes) au sous-sol de l'église St-Daniel.
- 12** [Mercredi] 13h00 : le **Comité des bénévoles de St-Méthode** vous invite à son après-midi de jeux (cartes, bingo, baseball-poches) à l'Édifice Bernardin-Hamann. Un léger goûter sera servi. Bienvenue à tous! Info : Madeleine 418 422-5704
- 14** **À tous les amoureux, une JOYEUSE ST-VALENTIN**
[Vendredi] 8h00 à 16h30 : le **Club Amitié FADOQ St-Méthode** vous invite à son tournoi de baseball-poches à l'Édifice Bernardin-Hamann au coût de 15 \$ incluant le dîner. Inscription 8h00. Bienvenue à tous! Yvon Grégoire 418 422-2197
- 17** [Lundi] Cueillette des ordures
- 18** [Mardi] 13h30 : après-midi de jeux du **Comité de bénévoles de St-Daniel** (shuffleboard, bingo, cartes) au sous-sol de l'église St-Daniel.
- 21** [Vendredi] 8h30 : déjeuner de la **FADOQ** au restaurant Rivana. Prix de présence. Bienvenue!
- 22** **Journée municipale de glisse gratuite au Mont Adstock**
- 24** [Lundi] Cueillette de la récupération
- 25** [Mardi] 13h30 : après-midi de jeux du **Comité de bénévoles de St-Daniel** (shuffleboard, bingo, cartes) au sous-sol de l'église St-Daniel.
19h00 : l'**Association d'horticulture de Thetford Mines** vous invite à la Maison de la culture, local 125, à assister à la conférence donnée par les propriétaires du Verger Passion fruitée de St-Pierre-de-Broughton. Une nouveauté pour cette soirée, entrée gratuite pour un non-membre si accompagné d'un membre. Prix de présence. Bienvenue à tous!
- 26** [Mercredi] 13h00 : le **Club Amitié FADOQ** vous invite à son après-midi de jeux (cartes, bingo, baseball-poches) à l'Édifice Bernardin-Hamann. Un léger goûter sera servi. Bienvenue à tous! Info : Yvon Grégoire 418 422-2197
- 29** [Samedi] Échéance du 1^{er} versement de taxes municipales



FÊTE FAMILIALE SPÉCIALE — 29 FÉVRIER

Complexe sportif Mariette et Joseph Faucher.
 Célébration de la semaine de relâche

Activités sur place dès 11 h00 | Disco sur glace en après-midi
 Entrée : 2 \$

HÊ OUI, IL Y A
 UN 29 FÉVRIER
 CETTE ANNÉE!

Brunch bénéfique

Centre intergénérationnel
 de Sacré-Coeur-de-Marie

Le dimanche 16 février de 9 h à 12 h 30
 Coût : 5 à 9 ans 5\$ • 10 ans et plus: 12 \$



BIENVENUE À TOUS !