

L'Arrivage

LA COOPÉRATIVE DE
SOLIDARITÉ
RÉCRÉOTOURISTIQUE
DU MONT ADSTOCK
AURA SON
NOUVEAU
CHALET D'ACCUEIL
DÈS 2023 !



L'événement *Adstock en couleurs* au Mont Adstock se poursuit. Il ne reste que quatre jours pour participer à cette activité, le 1^{er}, 2, 8 et 9 octobre 2022, de 10h00 à 16h00. Plus de détails en page 7

DE BONNES NOUVELLES POUR LE CHALET DU MONT ADSTOCK !

C'est maintenant officiel, la Coopérative de solidarité récréotouristique du Mont Adstock aura un tout nouveau chalet d'accueil dès 2023! L'entrepreneur général a été sélectionné par un processus rigoureux d'appel d'offres au plus bas soumissionnaire et c'est l'entreprise Groupe Excel qui a été retenue.

Choix du partenaire - Les critères supportant le choix de l'entrepreneur étaient les suivants: respect du budget, que les plans proposés par l'architecte Lemay Côté soient respectés à la lettre et le respect des conditions du prêt d'Investissement Québec. Ces critères ont été transmis à tous les soumissionnaires de façon transparente et équitable. Groupe Excel a rencontré 100% de ces critères en plus d'inclure 80% de sous-traitants qui proviennent de la MRC des Appalaches.

Échéancier - Le début de la construction se fera après la saison de ski, soit à la fin du mois d'avril 2023. Cela permettra alors à la clientèle de retrouver leur chalet d'accueil, qui date de plus de 60 ans, pour une dernière saison. « Il était important pour la Coopérative d'avoir un chalet afin d'accueillir les skieurs et les amateurs de plein air pour l'hiver 2022-2023. Considérant le délai d'approvisionnement des matériaux, il est impératif de débiter les travaux au printemps 2023. Ça nous permet ainsi de retrouver notre fidèle clientèle pour une dernière belle saison de ski dans notre chalet «vintage» » mentionne Daniel Martineau, président de la Coopérative de solidarité récréotouristique du Mont Adstock.

LE COMMUNAUTAIRE SOULIGNE

LA SEMAINE DE SENSIBILISATION AUX MALADIES MENTALES

Les trois organismes communautaires œuvrant auprès des personnes vivant avec un trouble mental ou leur proche dans la MRC des Appalaches souligneront pour la 28^e année, la semaine de sensibilisation aux maladies mentales entre le 2 et le 8 octobre 2022.

Le 5 octobre prochain, Florence K, musicienne et écrivaine, viendra partager avec

la population, son expérience personnelle avec la maladie mentale.

CONFÉRENCE BUENA VIDA

MENER LA DANSE AVEC UN TROUBLE DE SANTÉ MENTALE

Mercredi, le 5 octobre à 19h00
Espace Le Vitrail (Thetford)

Admission : 10 \$ -
Réservation auprès des organismes ou à la porte

« Il y a de ces moments où l'on peut avoir l'impression de patauger dans une boue solide, presque opaque, à travers laquelle la lumière peine à passer. Et pourtant, lorsqu'on s'y attarde un peu, combien de fois ferons-nous nos initiatives les plus courageuses, nos créations les plus belles, nos décisions les plus sages au moment où nous sommes nous-mêmes couverts de boue, lorsque nous nous retrouvons dans la merde jusqu'au cou? » Ces mots sont ceux que j'ai choisis dans mon livre **Buena Vida** (Libre Expression, 2015) pour parler de mon expérience personnelle de la maladie mentale. Fin 2011, au sommet d'une carrière artistique prometteuse, jeune maman d'une petite fille, j'ai fait connaissance bien malgré moi avec l'insomnie chronique, l'anxiété puis avec la dépression majeure et la psychose. Cette période de ma vie, que je surnomme « l'abysses », me mène jusqu'à l'hospitalisation, puis sur le long chemin du rétablissement et enfin de l'équilibre.

La Croisée: 418 335-1184 | c'est un regroupement d'information, de support et d'accompagnement pour les familles et les proches des personnes atteintes.

Le Havre: 418 335-6989 | c'est un regroupement d'entraide pour les personnes atteintes.

L'Intervalle : 418 338-1694 | c'est un organisme d'hébergement et de transition pour les personnes atteintes d'un trouble mental.

Bienvenue à tous !



NOTRE ÉQUIPE

L'Arrivage

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

MEMBRES

JESSIE JACQUES
FRANCINE MARCOUX
ÉMILIE MARCOUX-MATHIEU
LINDA ROY
CLAUDE TRÉPANIÉRI
LISE TURCOTTE

RÉDACTEUR EN CHEF

RICHARD SAMSON

GRAPHISME & IMPRESSION

JIMMY BRETON
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
PAR LA POSTE : 20 \$



Culture et Communications
Québec



À VOUS LA PAROLE !

Comme prévu au plan de travail 2022 du conseil municipal, la Municipalité entame une démarche de révision des limites de vitesse sur les rues et chemins municipaux. Vous êtes ainsi invités à prendre quelques minutes pour compléter un sondage en ligne et donner votre avis. Fait à noter, vous pouvez répondre seulement aux questions qui vous interpellent directement. Notez que la révision des limites de vitesse ne concerne que les chemins municipaux et non pas les routes appartenant au ministère des Transports du Québec.

Ces données seront compilées et serviront d'analyse au conseil pour adopter un nouveau règlement sur les limites de vitesse en 2023 sur son territoire.

Pour donner votre avis, rendez-vous sur le site Internet de la Municipalité à l'onglet *Vie municipale* où vous trouverez la page *Consultations citoyennes* [<https://www.adstock.ca/consultations/>]. La date limite pour répondre au sondage est le 31 octobre. Merci de votre participation!



PARCE QUE JE VEUX
CONSERVER
MES SERVICES DE PROXIMITÉ ET
GARDER
MON MILIEU VIVANT !

« Depuis plusieurs années, j'encourage à chaque semaine l'épicerie Bonichoix de La Coop de St-Méthode et je serais bien malheureuse de devoir aller à l'extérieur. L'achat local c'est tellement important, et je vous invite à utiliser les services de proximité comme l'épicerie et la quincaillerie afin de les conserver le plus longtemps possible dans notre municipalité. »

France Bolduc, fidèle cliente de La Coop St-Méthode

« Dans quel monde on s'en va, là est la question? Depuis cinq ans, des commerces commencent à fermer dans notre village : L'Agora, le restaurant Rivana, la pharmacie et... la Caisse Populaire ! Pour sauver quelques dollars, les citoyens vont faire leurs achats dans les grands centres. Mais peut-être que pour sauver sur le prix de l'essence, pour préserver nos services de proximité, on se doit tous de faire notre part. Pensez-y tous avant qu'on devienne un village fantôme sans aucun service! »

Mélissa Huard, administratrice de La Coop

VÉLO DE MONTAGNE AU MONT ADSTOCK

C'EST PARTI!

C'est le 10 septembre dernier que la piste de vélo de montagne au Mont Adstock a été inaugurée. Cette toute nouvelle offre de service pour la station récréotouristique est l'aboutissement de deux étés de travail. Ce sont plus de 250 cyclistes, petits et grands, qui ont apprécié cette journée qui était fortement attendue par les adeptes de ce sport, venant de partout au Québec.



Cet automne

Le développement du nouveau service se déroule en plusieurs phases successives, étalées sur les prochaines années. Pour l'ouverture de la saison 2022, près de 5 km de sentiers de vélo de montagne ont été développés dans le versant nord-est de la montagne, et près de 4 km dans le versant sud. Le profil de ces versants garantit beaucoup de sensations aux amateurs d'enduro et de cross-country tout en alliant des pistes très « flowy ». La première phase d'aménagement fut consacrée à aménager les sentiers les plus accessibles, ceux

destinés aux familles et aux cyclistes débutants à intermédiaires.

Cette nouvelle offre de service au Mont Adstock s'ajoute bien à l'offre de vélo de montagne déjà existante dans la région, avec l'AVMA qui s'occupe des sentiers au Parc du Sommet. Les deux offres se combinent à merveille, proposant des sentiers de vélo de montagne de différents styles.

Actuellement, à l'achat de leur abonnement de saison 2023, les utilisateurs pourront rouler gratuitement pour le reste de la saison 2022.



Ce mois-ci, nous en profitons, avec la campagne électorale provinciale, pour faire connaître les enjeux et certaines revendications qui ont des impacts non seulement dans la communauté, mais également dans la région.

Une décentralisation des pouvoirs pour faire des municipalités de vrais gouvernements de proximité!

- La consolidation des services de proximité, un meilleur soutien en matière de logement et en développement local et industriel, une offre bonifiée pour des soins à domicile et des nouvelles places en garderie assureraient la vitalité de nos milieux. Le conseil municipal souhaite que le prochain gouvernement procède à une vraie décentralisation des processus décisionnels et accorde le financement sous-jacent.

Il faut apprendre de ce qui s'est passé avec le réseau de la santé. La centralisation et les réformes mur à mur sans impliquer les intervenant locaux n'ont plus leur place, surtout en région. Nous voulons, avec les acteurs qui sont sur le terrain, être les décideurs chez nous. Nous sommes les mieux placés pour identifier et prioriser selon nos besoins.

Des programmes adéquats et des nouveaux outils réglementaires pour préserver nos plans d'eau!

- Tant les élus municipaux que les associations riveraines d'ici et d'ailleurs exhortent le futur gouvernement de contribuer pour s'attaquer notamment au fléau que ce sont les espèces envahissantes et pour simplifier la bureaucratie entourant les programmes de subvention en matière environnementale.

Alors qu'on entend de la part de certains partis politiques de rendre plus accessible les plans d'eau, les municipalités et les riverains payeurs de taxes sont laissés à eux-mêmes pour régler les problèmes environnementaux. Il nous manque des pouvoirs, des compétences et des moyens et ils se retrouvent au palier des gouvernements supérieurs. Le futur gouvernement doit également investir pour nous aider à préserver ce patrimoine et cette richesse naturelle.

Transformer le prêt du nouveau chalet d'accueil du Mont Adstock en aide financière!

- Le Domaine Escapad est débuté enfin! On peut se dire bravo collectivement, car c'est un beau projet pour notre région. Par contre, pour parachever la consolidation du pôle récréotouristique, il faudrait revoir les critères du Fonds de diversification économique de la région et convertir en aide financière le prêt de 8 millions de dollars accordé pour la construction du nouveau chalet d'accueil.

Imaginez pour une coopérative de solidarité avoir à payer un loyer d'environ 20 000 \$ par mois! Ça en prend des revenus générés par les opérations pour rembourser ça. C'est une épée de Damoclès qui plane au-dessus de la montagne. La diversification des activités est bien entamée, maintenant il faut revoir les paramètres du prêt pour assurer la viabilité de la station et ensuite ceux du fonds régional afin de permettre la réalisation de d'autres projets structurants dans notre MRC.

Au niveau régional : amiante, transport et révision du fonctionnement démocratique!

- Des évidences sont apparues au cours des dernières années et c'est le temps de les adresser et surtout les régler. D'abord, parlons du dossier de l'amiante.

Nous vivons avec depuis plus de cent ans et elle ne disparaîtra pas de notre décor, ni de notre sol et sous-sol. Nous reconnaissons l'importance entourant la sécurité, mais il faut redéfinir ensemble et rapidement la limite de ce qui est raisonnable et acceptable. Le gouvernement doit libéraliser les contraintes qui régissent ce dossier. Cela a des répercussions importantes et entraîne un fardeau fiscal inéquitable sur le plan économique pour nos municipalités.

Les sujets de mobilité, de transport et de cibles à atteindre sur le plan environnemental constituent une grande partie de la trame de fond de la présente élection. Or, la manière dont cette question est traitée sur le plan national n'est pas adaptée à la réalité de notre région et est à la limite discriminante.

Nous l'avons vu depuis plusieurs mois, le transport adapté est en crise dans notre MRC; les ressources financières ne suivent pas. Alors que tous nos contribuables financent à même leurs taxes et impôts de grands projets dans les centres urbains, qu'en est-il du retour pour pérenniser en région nos services de transport et développer des projets de développement durable?

Enfin, il faut réfléchir au problème d'inégalité démocratique à la MRC et se pencher sur une révision du fonctionnement. Et s'il le faut, solliciter même l'aide du législateur pour nous aider à avoir le recul pour régulariser quelque chose qui ne répond plus parfaitement au besoin de la communauté régionale.

Les choses ont bien évolué depuis la création des MRC dans les années 1980, surtout dans le contexte où de plus en plus de responsabilités tombent au niveau des MRC. Une municipalité à elle seule et en raison de son poids ne peut pas disposer de tout le pouvoir pour décider d'aller dans une direction différente de la majorité.

Une demande en agriculture! - La Municipalité d'Adstock a innové en travaillant en partenariat avec la MRC des Appalaches et le Comité de développement agroalimentaire pour développer un pôle structurant pour toute la région. La Municipalité fait sa part et croit à l'agriculture dans les zones désignées à cette fin et adhère aux nouvelles pratiques. Elle demande des assouplissements surtout quand il est question de permettre de consolider les noyaux villageois.

Il est toutefois incompréhensible que certaines lois permettent actuellement d'échanger des droits de culture d'une région à une autre, créant ainsi de la compétition malsaine. Nous avons un cas très précis pour lequel nous attendons que le gouvernement réaccorde le droit de produire à une terre située à l'entrée de la municipalité. Nous n'acceptons pas que celle-ci, qui est propre à l'agriculture et qui répondrait à des besoins agricoles, redevienne une terre en friche.

Les candidats des différents partis politiques sont sollicités afin qu'ils partagent leurs pistes de solution et surtout s'engagent clairement sur certains enjeux qui feront une différence dans le développement régional et celui de la Municipalité d'Adstock. L'heure est au choix, l'important est que vous fassiez votre propre idée et que vous alliez voter, c'est un exercice démocratique important dans notre société.

Pascal Binet, maire



Entrez dans la danse

Votre club FADOQ vous attend!

- ▶ **Activités et loisirs**
- ▶ **Plus de 1000 rabais et privilèges**
- ▶ **Défense des droits collectifs**

▶ **Devenez membre dès aujourd'hui!**
fadoq.ca/clubs



Club Amitié
St-Méthode d'Adstock
Québec et Chaudière-Appalaches



Club Tournesol St-Daniel
Québec et Chaudière-Appalaches

581 458-8002

418 422-5662



CONNAISSEZ-VOUS LA CARTE AVANTAGE ?

La carte Avantage, c'est une carte d'abonnement annuel au Complexe sportif Mariette et Joseph Faucher. Celle-ci donne accès gratuitement aux activités libres (patinage, hockey et gymnase libre) lors des heures d'ouverture du complexe sportif, alors que les usagers, qui ne sont pas membres de cette carte, doivent payer 3 \$ par personne à chaque utilisation. C'est pourquoi nous vous offrons la possibilité d'acheter cette carte, qui peut être vendue de façon individuelle ou familiale.

Les détenteurs de cette carte peuvent également profiter d'avantages supplémentaires. En effet, les membres ont droit à un rabais de 10% sur toutes les activités de loisirs admissibles organisées par le Service des loisirs. Aussi, elle vous permet de bénéficier d'un rabais de 50% sur un accès journalier individuel ou familial pour le ski du Mont Adstock (valable une seule fois durant la saison).

L'adopter, c'est économiser! Voici les détails des différents tarifs de la carte avantage

	CARTE AVANTAGE	GYMNASE SEULEMENT*	ARÉNA SEULEMENT*
Individuel : aînés et enfants (23 ans et moins)	80 \$	45 \$	60 \$
Individuel : adultes	90 \$	50 \$	70 \$
Familial	140 \$	80 \$	80 \$

* CES CARTES NE SONT PAS ADMISSIBLES AUX RABAIS DE LA CARTE AVANTAGE.



FORMATION EN SECOURISME POUR ENFANTS +

Parmi les activités de la programmation des loisirs de l'automne 2022, deux formations en secourisme pour les enfants sont proposées. Voici les dates :

- **Cours Gardiens avertis** (18 novembre 2022)
- **Cours Prêts à rester seuls** (19 novembre 2022)

Ces formations permettront de former et d'équiper les jeunes québécois pour qu'ils puissent prendre soin d'eux et des enfants plus jeunes qu'eux. Vous pouvez vous inscrire directement en ligne sur le www.adstock.ca, section Loisirs et Vie communautaire, sous-section Programmation et inscription.

OUVERTURE DE LA PATINOIRE BERCOMAC

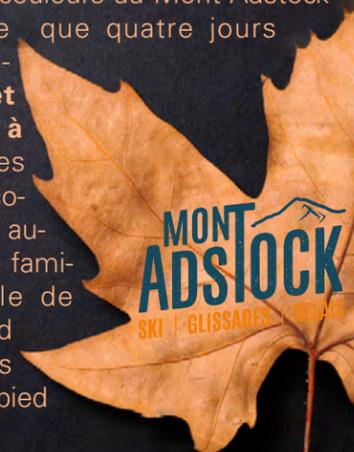


Veuillez noter que l'ouverture de l'aréna est prévue pour lundi le 17 octobre 2022. L'horaire officiel sera diffusé sur la page Facebook Loisirs - Municipalité d'Adstock ainsi que sur le site Internet de la Municipalité.

Adstock en couleurs

L'événement Adstock en couleurs au Mont Adstock se poursuit. Il ne reste que quatre jours pour participer à cette activité, soit les **1^{er}, 2, 8 et 9 octobre 2022, de 10h00 à 16h00**. Venez observer les magnifiques panoramas colorés du Mont Adstock en automne! Une belle activité familiale où il sera possible de monter la montagne à pied ou par le télésiège, alors que la descente se fera à pied pour tous.

Sur place: de la musique, des jeux gonflables, de la bonne bouffe et de la bière, ainsi qu'un gros feu de camp! Pour plus d'informations, consultez la page Facebook Mont Adstock, station récréotouristique ou par téléphone : 418 422-2242.



FÊTONS L'HALLOWEEN!

Les festivités de l'Halloween sont à nos portes avec l'arrivée du mois d'octobre. Surveillez la page Facebook Loisirs - Municipalité d'Adstock ainsi que notre site Internet pour connaître les activités proposées par le Service des loisirs. Lundi le 31 octobre 2022, Adstock sera en mode Halloween. Restez à l'affût!



INVITATION SPÉCIALE

M. Jean-François Nadeau du 40, rue Lachance au lac Jolicoeur vous invite à venir visiter les décorations qu'il installe depuis quelques années. Petit et grands sont invités, en soirée, à venir visiter sa maison hantée : plusieurs vilains électroniques, des animations monstrueuses par projecteur ainsi qu'une dizaine de citrouilles illuminées attendront les visiteurs.



GESTION IMMOBILIERE

ADSTOCK GIA
Membre du groupe SMC

Immeubles à revenus | Chalets à louer

9 rue de la Plage Est
Adstock (Québec) G0N 1S0
gja1@live.ca

418 422-5502

www.gestionimmobiliereadstock.com

UNIQUE & DIFFÉRENT

DANIEL BISSON

COURTIER IMMOBILIER
RÉSIDENTIEL

Daniel Bisson courtier immobilier inc.

C 418.334.4774

B 418.338.4220

daniel.bisson@royallepage.ca
royallepageblancetnoir.ca

ROYAL LEPAGE

BLANC & NOIR



MARCHÉ BONICHOIX



Coopérative de consommateurs
de Saint-Méthode-de-Frontenac

ON EMBAUCHE

Directeur(trice) général(e)

Vous êtes **passionné(e)** par le commerce de détail en **alimentation** et avez une **vision pour le développement stratégique** de la coopérative ?



Ce poste est pour vous !

Informez-vous et postulez avant le 14 octobre 2022

www.ici.coop/dg-st-methode/



MOT DU CLUB AMITIÉ FADOQ ST-MÉTHODE

RITA VIGNEAULT, SECRÉTAIRE



Comme vous le savez certainement nous avons recommencé tranquillement nos activités. Vous verrez que je me ré-pète mais on doit tenir les gens informés sur nos façons de faire les choses. Les gens sont encore un peu frileux car la Covid est encore présente mais considérant que nous sommes pour la plupart triplement et même 4 fois vaccinés alors nous sommes plus en sécurité. Nous continuons de faire du mieux pour nous protéger et protéger les autres, aussi nous poursuivons obligatoirement la désinfection des mains.

Activités à venir

- **Voyage au salon FADOQ : samedi le 1^{er} octobre 2022**, départ 8h15 et retour vers 18h00.

Le voyage au salon est offert gratuitement aux membres de notre club, seulement le dîner est à nos frais. Il y a possibilité d'apporter votre dîner ou manger directement au Centre de foires. Il y a un service de repas sur place et pour y avoir déjà participé, le menu est complet et très bon.

Pour ceux des autres municipalités qui veulent se joindre à nous ou qui ne sont pas membres FADOQ le coût de l'autobus est de 20 \$. Tous sont invités au salon FADOQ, pas besoin d'être membres.

Donnez vos noms rapidement car les places sont limitées à Gisèle Perreault 418 422-5654, Rosianne Perreault 418 422-2974 ou Jeannine Pomerleau 418 422-2155.

- **Tournoi de baseball-poches** : à l'édifice Bernardin-Hamann (secteur St-Méthode) **vendredi, le 7 octobre 2022**. Notre premier tournoi de baseball-poches depuis la pandémie, le coût pour participer est de 20 \$ pour le dîner et baseball-poches et 8 \$ pour ceux qui souhaitent seulement le baseball-poches. Bienvenue à tous!
- **Après-midi de jeux** : une fois par mois, soit le quatrième mercredi du mois donc en octobre, ce sera mercredi le 26 octobre 2022. On vous attend nombreux!

Activités passées

Notre épiluchette de blé d'Inde du mercredi 14 septembre a été un succès avec 61 personnes qui ont participé. Ceux qui souhaitent jouer aux cartes ou au baseball-poches ou au bingo se sont amusés amplement et nous avons même de nouveaux joueurs pour le baseball-poches. Les membres du bureau de direction étaient contents de la belle participation. Nous avons eu aussi la visite de Mme Isabelle Lecours, candidate à la CAQ et de M. Normand Coté, candidat libéral.

Gagnants des prix :

Le moitié-moitié d'une valeur de 40 \$ a été remporté par Mme Ginette Lessard.

Prix de présence

Premier prix : Mme Gisèle Perreault, offert par Institut de Beauté Sonia Raby

Deuxième prix : Mme Gisèle Shink, offert par Salon Veilleux de Thetford Mines

Troisième prix : M. Antonin Breton, offert par Salon coiffure Libre Pauline Jacques

Quatrième prix : Mme Annette Doyon, offert par Salon Veilleux de Thetford

Cinquième prix : M. Maurice Gagnon, un magnifique sac à main fait et offert par Mme Gabrielle Dorval de notre club.

Mme Dorval confectionne ces magnifiques sacs à main pour en vendre si vous en désirez.

Merci à nos généreux commanditaires!

Nos déjeuners une fois par mois sont en préparation, il reste à trouver l'endroit, ne perdez pas espoir c'est pour bientôt.

Si vous avez des suggestions pour d'autres activités n'hésitez pas à communiquer avec nous : Gisèle Perreault 418 422-5654, Rosianne Perreault 418 422-2974 ou Jeannine Pomerleau 418 422-2155, nous essaierons de répondre à vos attentes. Les membres du bureau de direction sont attentifs à toutes vos suggestions et commentaires pour rendre votre club plus dynamique.



LA CATÉCHÈSE GINETTE FORTIN

Nous sommes heureux encore cette année de pouvoir offrir aux familles qui le désirent, le service de la catéchèse afin de faire la rencontre du Seigneur au cœur de notre vie et célébrer les sacrements de l'initiation chrétienne : le **Pardon, l'Eucharistie** (Communion) et la **Confirmation**.

Beaucoup de parents ont déjà inscrit leurs enfants lors du dimanche de la catéchèse. Cependant, certains n'ont pu se présenter. Vous pouvez encore le faire soit en communiquant avec nous par téléphone, par Internet ou en vous présentant à l'une ou l'autre de la première rencontre de parents et enfants.

Lors de cette rencontre nous remettons le document qui servira pour l'année, les informations concernant la catéchèse par Internet ainsi que le calendrier des activités.

Première catéchèse Pardon et Eucharistie (Communion) (8 ans minimum)			
Jour	Date	Heure	Lieu
Mercredi	5 octobre	18h45	Église St-Méthode
Jeudi	13 octobre	18h45	Église Immaculée Conception (Robertson)
Mardi	18 octobre	18h45	Église Sacré-Cœur-de-Jésus (East Broughton)
Le jeune doit avoir au moins 11 ans en septembre pour s'inscrire à la Confirmation			
Première catéchèse Confirmation			
Lundi	7 novembre		Église Sacré-Cœur-de-Jésus (EB)
Mardi	8 novembre		Église St-Méthode
Lundi	14 novembre		Église Immaculée Conception

INFO : Ginette Fortin 418 333-1364 / pastorale.amiante@gmail.com

Merci de nous aider à revitaliser notre club!

Forfait Renaud Doyon

Déneigement à contrat ou à la fois

418 422-2143 Laissez un message

382, 10^e Rang, Adstock (Québec) G0N 1S0

Chemin Sacré-Coeur (Est et Ouest), route du lac du Huit, St-Méthode, lac Jolicoeur, segment de la route 269

Christine Talbot
notaire inc.

Cessionnaire des greffes des notaires
M^{re} ANDRÉ AUCLAIR M^{re} GILBERT LACROIX
M^{re} DENIS BÉLANGER

560, 8e rue Est,
La Guadeloupe, Qc. G0M1G0
5, rue Principale Ouest Adstock G0N1S0

418 459-6438
christine.talbot@notarius.net

Des cours de cuisine sans quitter votre maison.

Profitez d'un accès Internet sans fil et sans aucune limite de données.

Quelle que soit votre passion, Xplore vous propose un accès Internet sans fil fiable et rapide qui saura répondre aux attentes de tout votre foyer.

LTE 25
69,99\$
mois
Pour les 12 premiers mois¹

- Téléchargements atteignant 25 Mbps²
- Absolument aucune limite de données
- Borne sans fil incluse

LTE 50
99,99\$
mois
Pour les 12 premiers mois¹

- Téléchargements atteignant 50 Mbps²
- Absolument aucune limite de données
- Borne sans fil incluse

Frais d'installation de 59 \$.³ Contrat d'un an obligatoire.

Appelez-nous au 1-866-676-0446 pour vous abonner.

Des possibilités sans fin. ➔ xplore.ca



Dans certaines régions seulement; le technicien déterminera si une connexion est possible lorsqu'il sera sur place. La promotion est offerte jusqu'au 30 novembre 2022 pour les nouveaux abonnés seulement. Taxes en sus. Sans le crédit promotionnel, le tarif mensuel est de 94,99 \$ pour le forfait LTE 25, et de 124,99 \$ pour le forfait LTE 50. Les frais de location du matériel sont calculés dans le tarif mensuel. ²Le débit Internet peut varier en fonction de votre configuration informatique, du trafic, du serveur et d'autres facteurs. Nos politiques de gestion du trafic s'appliquent; consultez le www.xplore.ca/fr/section-juridique pour en savoir plus. ³L'accès Internet peut fluctuer selon les régions. Des frais d'évaluation de votre site pourraient s'appliquer. Des frais supplémentaires pourraient s'appliquer si une installation de base n'est pas suffisante. Veuillez consulter le détaillant pour d'autres renseignements à ce sujet. © 2022 Xplore Inc. « Xplore » est une marque déposée de Xplore Inc.

Mercredi : 18h30 à 19h30

Judi : 13h00 à 14h00

Téléphone : 418 422-2131

Courriel : biblio@marois@gmail.com

Bibliothèque-Jean-Guy-Marais

BIBLIOTHÈQUE JEAN-GUY-MAROIS

À L'OMBRE DE LA NUIT (roman)

Nora Roberts

Avec plus de 500 millions de livres vendus dans le monde, Nora Roberts est la plus populaire des romancières américaines et elle est très aimée des québécois.

Harry Booth est un cambrioleur hors pair surnommé le Caméléon. Il est accro à l'adrénaline, celle qu'il a ressentie lors de son premier vol, à onze ans, commis pour couvrir les dettes de sa mère malade. Toujours sur les routes, il fuit en espérant revoir Miranda, son amour de jeunesse qu'il a dû sacrifier pour la protéger.

LE CERCLE (policier)

Pierre Bergeron

Policier durant un peu plus de 32 ans avant de terminer sa carrière à l'École Nationale de Police de Nicolet, Pierre Bergeron s'est ensuite lancé dans l'écriture. Il a écrit **Né pour enquêter** et **Le graveur**. C'est son troisième roman.

Le gouvernement canadien doit héberger tous les migrants qui passent par le chemin Roxam à Saint-Bernard-de-Lacolle. Un groupe d'extrême droite québécoise, les Soldats du 4^e Reich, s'oppose au campement érigé pour les loger. Une source parmi ces soldats a été éliminée. Une seule conclusion possible : une taupe sévit parmi les policiers.

LA SÉRIE DU SIÈCLE TELLE QUE JE L'AI VÉCUE (sport)

Ken Dryden

Ken Dryden fut le gardien de but titulaire des Canadiens de Montréal dans les années 1970, au cours desquelles le club remporta six fois la coupe Stanley. Il a également porté les couleurs du Canada lors de la Série du siècle en 1972.

Le samedi 2 septembre 1972, au Forum de Montréal, les meilleurs affrontent les meilleurs. Pour la première fois, le Canada et l'Union soviétique croisent le fer. Ayant vécu cet événement historique au cœur de l'action, Ken Dryden, nous le raconte comme si nous y étions, nous faisant vivre le jeu minute par minute.

Savoureuses tartinades de légumes - Les tartinades maison sont une excellente façon de consommer des légumes en collation, à l'apéro ou dans la boîte à lunch. Quand on pense tartinade de légumes, on pense d'entrée de jeu au classique caviar d'aubergine (baba ghanouj). Mais pourquoi ne pas essayer de cuisiner un houmous à la betterave ou aux poivrons ? Ou plutôt une guacamole aux épinards ou courgettes ? On peut également étendre une purée de petits pois sur des croûtons de pain baguette. On la combine à un fromage à la crème et du saumon fumé pour un délicieux canapé!

Des chips de légumes pour une collation santé - On aime tous les croustilles, non? Malheureusement, on sait fort bien que les versions commerciales sont loin d'être santé (et beaucoup trop salées). La solution : préparer nos propres chips maison au four, idéales lors de fringales devant la télé. Une panoplie de légumes se prêtent à l'exercice : kale, betterave, carotte, panais, navet, courgette et, bien entendu, pomme de terre!

Une eau aromatisée... aux légumes, aux fruits et aux herbes - Boire de l'eau est bon pour la santé, mais on n'en boit pas toujours suffisamment. Pour lui donner un goût invitant, on l'aromatise selon nos envies et selon les fruits, légumes et herbes fraîches qu'on a sous la main. Le concombre se prête à merveille à ces recettes. On le combine à du fenouil et du romarin. Ou à du citron et du gingembre. Ou à des fraises et du basilic. Ou à des framboises et de la menthe. On laisse macérer au moins une heure ou toute la nuit pour plus de saveur. C'est rafraîchissant et bien meilleur pour la santé qu'une boisson sucrée!

Si après avoir tenté ces recettes, il vous reste encore des légumes, vous pourrez opter pour ces différents modes de conservation : faire congeler, faire des conserves, faire sécher ou fermenter.

Source : <https://vifamagazine.ca/manger/astuces-cuisine/facons-originales-et-surprenantes-de-cuisiner-les-legumes-du-jardin/>

254, Chemin Sacré-Cœur Ouest, Adstock, G0N 1S0 - 581 680-0880 - SUIVEZ-NOUS SUR  GYM SCDM

LES ALGUES BLEU-VERT

JEAN ROY, président CCE

Plusieurs de nos lacs ont connu des épisodes d'algues bleu-vert aussi appelées cyanobactéries dans les dernières semaines. Ces organismes microscopiques existent depuis plus de trois milliards d'années. Elles sont naturellement présentes dans les lacs et rivières à de faibles densités. Le problème se pose quand elles se multiplient trop et forment des fleurs d'eau. C'est à ce moment qu'on observe une espèce de soupe verte en surface et près des rivages.

Plusieurs facteurs favorisent la prolifération des algues bleu-vert, comme la température élevée de l'eau, le faible courant, la stagnation de l'eau et les changements climatiques mais le principal coupable est le surplus de phosphore. En quantité importante, le phosphore contribue à verdir les milieux aquatiques, tout comme l'engrais rend une pelouse verte et dense. Cet enrichissement fait augmenter la présence de plantes aquatiques, d'algues et de fleurs d'eau, en particulier les fleurs d'eau d'algues bleu-vert.

Nous pouvons contribuer à prévenir leur apparition en posant des gestes écoresponsables comme entretenir nos installations septiques, ne pas employer de fertilisants chimiques ou naturels même le compost sur les pelouses, employer des plantes riveraines pour végétaliser les rives des lacs et cours d'eau. Même les citoyens des noyaux villageois devraient réduire l'utilisation d'engrais et herbicides car tôt ou tard l'eau de ruissellement se retrouve dans un cours d'eau.

C'est pourquoi la réglementation municipale interdit l'usage des engrais, herbicides et pesticides en milieu de villégiature, assure que toutes les eaux usées sont évacuées vers la fosse septique, le contrôle de la vidange des fosses septiques et oblige la naturalisation des bandes riveraines. Le prochain effort devra venir de la part du milieu agricole pour assurer une bande de végétation naturelle en bordure des fossés pour réduire l'apport en sédiments et en

phosphate provenant de leurs champs vers les cours d'eau et peut-être reporter les labours d'automne au printemps pour réduire la période de sol dénudé.

Un autre comportement pour éviter leur prolifération est de circuler loin des rives car même à basse vitesse, le fond de l'eau est brassé libérant le phosphore enfoui vers la surface. Il faut aussi éviter de nourrir les oiseaux aquatiques et leur créer un îlot artificiel en laissant traîner des objets flottants. Les fientes de ces animaux contiennent beaucoup de phosphore.

La prudence est de mise à proximité des fleurs d'eau d'algues bleu-vert. Dans certains cas, un contact direct ou indirect avec l'eau contaminée par une fleur d'eau peut causer une irritation de la peau, de la gorge et des maux de tête. Une ingestion peut provoquer des maux de ventre, des nausées et de la diarrhée.

En adoptant de bonnes pratiques, nous réduisons la pression des différentes activités humaines sur les milieux naturels.



Capsule santé

AVEC MIREILLE LESSARD

SIX FAÇONS ORIGINALES (ET SURPRENANTES!) DE CUISINER LES LÉGUMES DU JARDIN

Votre jardin regorge de légumes frais et savoureux? Génial! Au-delà des potages, salades, légumes grillés et conserves, voici quelques idées pour les apprêter de façons originales et variées.

Des légumes dans les desserts - Pour apporter une touche colorée, pour réduire la quantité de gras utilisé ou pour augmenter les occasions de manger santé, rien de mieux que d'intégrer des légumes dans vos desserts maison. On connaît le gâteau aux carottes, mais avez-vous déjà goûté à notre gâteau au chocolat, panais et zucchini, aux brownies à la patate douce ou aux scones à la betterave? Un délice! Les plus audacieux tenteront d'intégrer maïs, concombre, poivron ou courge (en purée) à leur préparation de crème glacée.

Surprenantes confitures sucrées - Les légumes se dégustent aussi en confitures que l'on déguste sur des rôties au petit-déjeuner ou en accompagnement d'une viande ou d'une volaille. Des exemples de saveurs? Tomates et vanille, courgettes et citron, carottes à l'orientale, potiron et pommes... Les possibilités sont nombreuses. Tentez le coup!

Pâtes à pizza vitaminées - Pour une pizza originale, on remplace la pâte de blé par une préparation à base de légumes comme le chou-fleur. On peut aussi utiliser des tranches d'aubergines en lieu et place de la pâte habituelle pour une pizza simple et savoureuse. Bien sûr, on ne lésine pas sur les légumes en garniture : kale, chou rouge, courgette, roquette, alouette!

Les recettes des Fermières

SOUPE AUX LÉGUMES À LA MIJOTEUSE



- Huile d'olive
- 1 oignon coupé
- 4 carottes en dés
- 4 branches de céleri en dés
- 1 navet en dés
- 1 boîte de 700 ml de tomates en dés
- 1 boîte de soupe aux tomates
- 8 tasses de bouillon de poulet
- Persil frais séché et feuilles de céleri
- Sel et poivre au goût

Préparation :
Hacher et faire revenir l'oignon dans une poêle avec l'huile. Déposer dans la mijoteuse. Déposer tous les autres ingrédients dans la mijoteuse. Cuire 6 heures à haute température (high).

FAIRE LA CUISINE SANS ŒUFS

TRUC

Vous êtes en train de préparer une pâtisserie et vous réalisez qu'il ne vous reste plus d'œufs? Remplacez l'œuf par une demi-banane.

CET HIVER, MA BOÎTE AUX LETTRES EST SÉCURITAIRE ET RESPECTE LES NORMES.

Voici les normes à respecter [spécifications du ministère des Transports, de Postes Canada et de la Municipalité d'Adstock] afin d'éviter qu'une boîte aux lettres soit endommagée :

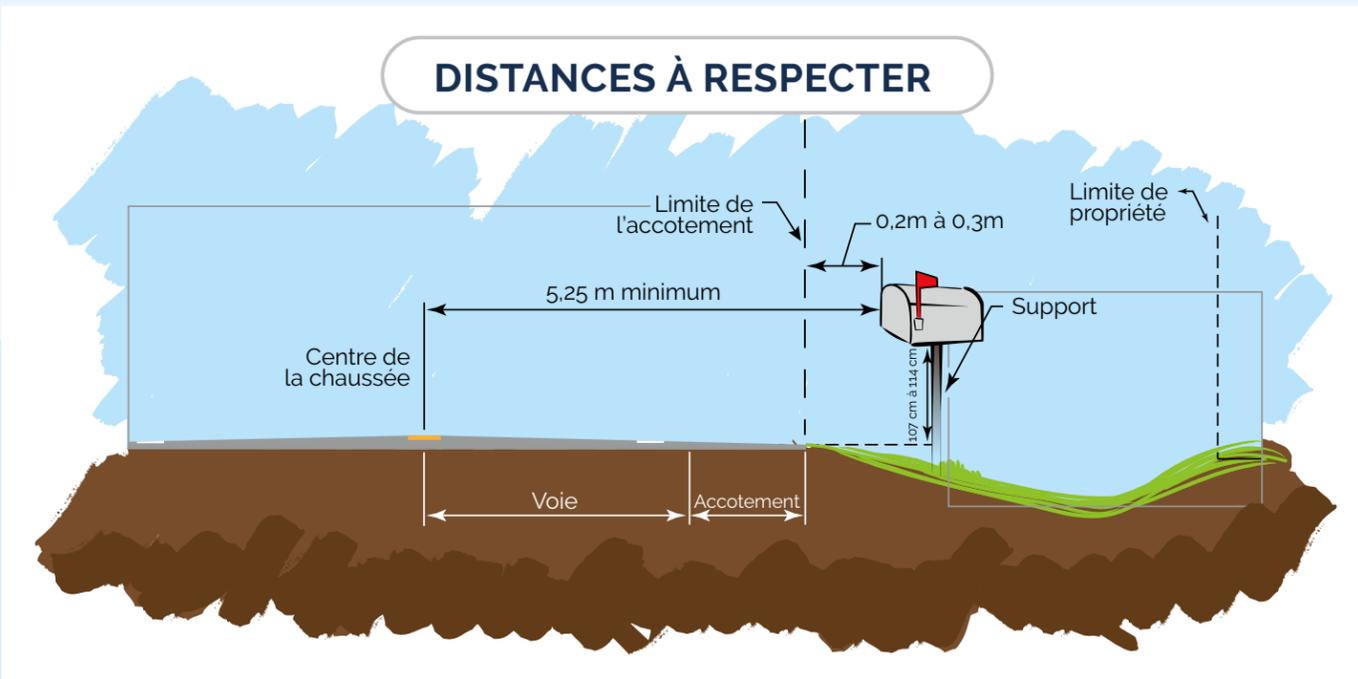
Hauteur réglementaire - La partie inférieure de la boîte doit être à au moins 100 cm au-dessus de la chaussée et préférentiellement situé à 107 cm à 114 cm au-dessus du sol.

Avantages d'une boîte aux lettres bien installée - Diminue les risques de bris de la boîte aux lettres, évite les bris aux camions de déneigement, facilite le déneigement des accotements pour éviter les manœuvres de louvoiement (zigzag ou slalom), facilite aussi les travaux d'entretien des accotements de la période estivale.

Déneigement pour la livraison du courrier - La zone devant la boîte aux lettres rurale doit être déneigée et déglacée sur une longueur d'un véhicule des deux côtés de la boîte aux lettres pour éviter que la livraison de lettres et de colis ne soit interrompue.

Veuillez communiquer avec votre bureau de poste local pour vous assurer que les spécifications concernant les boîtes aux lettres et les critères en matière de sécurité routière sont respectés avant d'installer une boîte aux lettres rurale. Votre agent des postes local peut répondre à vos questions à ce sujet ou le service à la clientèle de Postes Canada au 1 800 267-1177.

Veuillez prendre note qu'il n'y aura aucune indemnité accordée. Soyez conscient que votre installation de boîte aux lettres à l'intérieur de l'emprise de la route est une tolérance que vous accorde le ministère des Transports et la Municipalité.



RAPPELS IMPORTANTS À L'APPROCHE DE L'HIVER

La période hivernale étant à nos portes, la Municipalité d'Adstock tient à rappeler aux propriétaires de **haies, arbres, arbustes, clôtures ou autres**, situés en bordure d'une voie de circulation publique ou privée (dont l'entretien incombe à la Municipalité), l'importance de bien les identifier et surtout de bien les protéger contre les travaux de déneigement. En vertu de l'article 7.4.2.1 du règlement de zonage numéro 69-07, la Municipalité n'est pas responsable d'aucun bris ou dommage qui leurs sont faits.

Saviez-vous qu'en tant que propriétaire d'immeuble, vous devez rendre visible votre **numéro civique**? Tel que le stipule le règlement municipal numéro 109-09, le numéro ci-

viatique de tout immeuble doit être affiché bien en vue à partir de la rue. De par « bien en vue », la Municipalité d'Adstock entend le fait de placer le numéro civique de sa résidence de manière à ce qu'il soit facilement repéré de la route, qu'il ne soit pas obstrué par un arbre ou tout autre élément et qu'il ne soit pas enseveli par la neige durant l'hiver.

La Municipalité d'Adstock rappelle l'importance de la visibilité des numéros civiques sur son territoire surtout en situation d'urgence. Pour les paramédics ainsi que pour les pompiers, il est essentiel que votre numéro civique soit visible de la rue afin de venir en aide le plus rapidement possible. Votre collaboration est donc demandée dans ce sens. Sachez qu'un numéro manquant, trop petit, trop éloigné, mal éclairé ou masqué

peut occasionner la perte de précieuses minutes en situation d'urgence.

En vertu du règlement numéro 98-08 applicable par la Sûreté du Québec, il est formellement interdit à toute personne en possession d'un souffleur ou autres articles de **déverser dans la rue, la neige** en provenance de sa propriété. Il est également interdit de transporter, d'un côté de la rue à celui d'en face, toute neige provenant du déblaiement de sa propriété. Des amendes de 100 \$ plus les frais seront imposées aux contrevenants.

En vertu de l'article 69 de la Loi sur les compétences municipales, toute municipalité peut projeter, sur les terrains privés contigus, la neige qui recouvre la voie de circulation.

La Municipalité d'Adstock tient à rappeler aux propriétaires dont leur **boîte aux lettres** est installée en bordure de la route que, durant la période hivernale, ceux-ci ont l'obligation de la protéger adéquatement afin d'éviter qu'elle soit endommagée lors des opérations de déneigement. Même si la Municipalité tolère le fait que les boîtes aux lettres soient installées dans l'emprise de la route, elle n'assume aucunement la responsabilité des bris liés à celles-ci.

PRISE DE LECTURE DES COMPTEURS D'EAU

AUX UTILISATEURS DU RÉSEAU D'AQUEDUC DU SECTEUR SAINT-MÉTHODE ET DU LAC JOLICOEUR

Prenez note que la Municipalité effectuera, **jusqu'au 21 octobre 2022**, une tournée de tous les bâtiments, immeubles, résidences, industries, commerces, institutions ou autres, utilisant l'eau provenant du réseau d'aqueduc public du secteur Saint-Méthode munis de compteur d'eau, en vue d'y relever la lecture. En vous remerciant de votre collaboration.



LE CONSEIL EN BREF (SEPTEMBRE 2022)

Correspondances

- Réponse du ministère des Transports suite à l'envoi d'une résolution concernant le transport adapté. Relance du dossier après les élections provinciales.
- Correspondance du MELCC suivant l'adoption d'une résolution concernant le transfert des droits de production agricole. Relance au gouvernement après les élections, car un élément est toujours en suspens soit celui de retrouver le droit de production sur ladite terre.
- Confirmation de l'admissibilité à une aide financière de 42 950 \$ dans le cadre du Programme d'infrastructures Municipalité Amie des Aînés (PRIMADA) pour les travaux de réaménagement de la rue du Parc.

Affaires du conseil, administration générale et ressources humaines

- Approvisionnement de propane : acceptation de l'offre de Hamel Propane de fournir, à prix fixe de 0.6880 \$ le litre, pour la période du 01-10-2022 au 31-12-2022 et à prix fixe de 0.6980 \$ le litre, pour la période du 01-01-2023 au 31-03-2023.
- Embauches de Yannick Lefrançois à titre de journalier occasionnel au Service des loisirs et de Marco Métivier à titre de préposé aux Services généraux régulier à temps complet.
- Autorisation de signature du protocole d'entente de coopération intermunicipale relatif à une fourniture de services en matière d'environnement (entre les municipalités du Grand lac St-François).
- Le conseil a appuyé la demande de prolongement du réseau électrique sur le rang de la Chapelle.

Aménagement, urbanisme et environnement

- Adoption du règlement de contrôle intérimaire 280-22 en lien avec la refonte du plan et des règlements d'urbanisme.
- Dérogations mineures :
 - acceptée pour le 7^e rang (lot 6 446 572);
 - refusée pour le 4238, rang de Campagnards;
 - acceptée pour le 56, chemin des Cerfs;
 - acceptée pour le 6, chemin Clément-Dostie;
 - acceptée pour le 308, rue des Écureuils;
 - acceptée pour le 211, chemin du Lac-Bolduc.
- PIIA :
 - accepté au Domaine Escapad;
 - accepté au 12-5, chemin du Versant.
- Le conseil souhaite autoriser la MRC des Appalaches à retirer de l'affectation de villégiature (secteur du Grand lac St-François) dans le cadre de la demande de modification du schéma d'aménagement et de développement révisé afin d'agrandir d'environ 8.13 hectares la superficie de l'affectation de villégiature le long du chemin des Cerfs.

Développement socio-économique

- Autorisation de signature du plan de partenariat de trois ans (2023-2024-2025) avec la Coopérative de solidarité récréotouristique du Mont Adstock.
- Projet GSLL : acceptation du projet et autorisation de signature du protocole d'entente d'aménagement d'un sentier multifonctionnel.
- Octroi du contrat de réaménagement de la rue du Parc à Cité Construction TM (71 604 \$).
- Amendement de la résolution 22-08-275 concernant la réfection de la toiture de l'édifice Bernardin-Hamann afin de remplacer le montant de 50 980 \$ par 62 500 \$.
- Octroi du mandat de services professionnels à Aquatech

Rendez-vous **municipal**

Société de Gestion de l'Eau pour le traitement des eaux usées au Domaine Escapad.

- Mandat de services professionnels donné à Pluritec (pour un maximum de 5 000 \$) dans le cadre du projet de chemin d'accès menant au centre de transformation agroalimentaire.
- Octroi du contrat de l'entretien hivernal à Groupe Nadeau pour le secteur Saint-Daniel pour 3 ans (627 927 \$).
- Autorisation et consentement d'un servitude au propriétaire des lots 5 135 338 et 5 135 339 à occuper le domaine public entre la route 269 et ses lots pour l'implantation d'une ligne électrique privée à l'intérieur de l'emprise du rang McCutcheon.

Sécurité publique

- Dépôt d'une demande d'aide financière pour la formation des pompiers au ministère de la Sécurité publique et transmission à la MRC des Appalaches.

Dépenses

- Pour la participation de Pascal Binet et Jean Roy au Sommet municipal organisé par l'UMQ en marge des élections provinciales et d'assumer les frais d'inscription (125 \$).
- Pour la commandite d'un trou de golf pour le tournoi de golf du Centre de stimulation l'Intercom et d'autoriser la participation de quatre conseillers (700 \$).

- Pour des travaux de réaménagement au bureau municipal admissibles au PRABAM suite aux besoins de Desjardins et de la Municipalité.
- Versement de la deuxième tranche de l'aide financière annuelle au Comité de promotion industrielle d'Adstock pour leurs activités de fonctionnement (25 000 \$);
- Pour le paiement numéro 1 à l'entrepreneur Excavation Gagnon & Frères (169 364 \$) pour les travaux du projet PAVL 2022.
- Pour l'achat de pneus d'hiver pour le véhicule de service Kona ainsi que pour le camion Canyon.

Affaires diverses

- Autorisation de signature de l'entente avec les propriétaires du 19, rue de la Plage Est et avec Développement économique Canada dans le cadre projet de piste cyclable entre le Mont Adstock et le parc national de Frontenac.
- Autorisation de signature et de dépense pour le déplacement de la ligne électrique sur le 6^e rang (17 392 \$).
- Autorisation d'une directive de changement pour les travaux du projet de réfection de la rue Réjean et de la 1^{ère} Avenue (70 418 \$).

Actualité

UN PRINCE PAS SI CHARMANT

Dans plusieurs contes pour enfants, c'est le prince charmant qui, par sa force ou son courage sauve la princesse. Dans de nombreux films, les hommes font preuve de bravoure pour que leur femme ou leurs enfants échappent à un triste sort. Ces histoires laissent leurs traces et de beaucoup de femmes, rêvent de rencontrer celui qui sera à ses côtés et la protégera pour toujours. Rien n'est plus normal que d'aspirer à être heureuse.

Un jour, une femme rencontre un homme charmant qui lui expose son bonheur d'être avec elle. Elle est unique, merveilleuse et jusqu'à maintenant, il n'avait jamais aimé à ce point. Ils sont faits l'un pour l'autre. Il est attentionné et il la couvre de compliments. Le bonheur est au rendez-vous jusqu'à ce qu'un jour, subtilement, il commence à mettre en doute son jugement et ses choix, est-ce vraiment une bonne chose qu'elle sorte avec ses amies? Peu à peu, il impose ses règles. Il refuse qu'elle « perde son temps » sur les réseaux sociaux. Elle est confuse, il possède de très belles qualités mais quelque chose a changé, l'atmosphère est souvent lourde. Elle l'aime toujours, lui, mais elle redoute ses comportements. Lorsqu'elle prend son courage à deux mains pour lui en parler, il lui explique que c'est elle qui imagine des problèmes, elle est trop sensible, elle se sent alors coupable et elle multiplie ses efforts pour que tout se passe bien. Malgré quelques moments d'accalmie

qui lui redonnent espoir, les cris et les insultes sont de plus en plus présents. Elle se retrouve privée de sa liberté et elle perd de plus en plus confiance en elle.

C'est ainsi que s'installe l'emprise dans un contexte de violence conjugale. La seule personne qui a le pouvoir de faire cesser la violence est celle qui l'utilise pour contrôler l'autre. En ce qui concerne les victimes, elles ont le droit et la capacité de choisir quelle sera la suite de leur histoire.

Besoin d'une pause ?

Les maisons pour femmes victimes de violence conjugale offrent bien plus que de l'hébergement.



Si tu veux en savoir plus

Appelle #à la maison



Thetford Mines
(418) 335-5551

NOUS ENGAGEONS !



OPÉRATEUR DE DÉNEIGEMENT

- Déneigement sur charrue
- Permis de conduire classe 1 ou 3 nécessaire
- Secteur St-Daniel à Adstock

CONTACTEZ-NOUS...

Groupe Profectus inc.
1209, boul. Frontenac Ouest, Thetford Mines (Qc) G6G 6K8
T : 418 338-8552 poste 85 | F : 418 338-8450 | k.dubreuil@groupeprofectus.com
www.groupeprofectus.com



UNE INTERVENANTE DE LA GÎTÉE EST PRÉSENTE À ADSTOCK

Les intervenantes de La Gîtée offrent différents points de services pour faciliter l'accès à toutes celles qui ont besoin d'aide en lien avec la violence conjugale. Si vous avez des questionnements concernant votre relation de couple, si vous avez des inquiétudes à propos d'une amie, d'une sœur, d'une collègue de travail ou toute autre personne de votre entourage, nous sommes là pour vous.

Nos services sont adaptés à toutes les situations, nous pouvons vous aider si vous êtes actuellement en couple, s'il s'agit de violence postséparation, ou de conséquences de la violence d'une relation passée.

Les services de La Gîtée

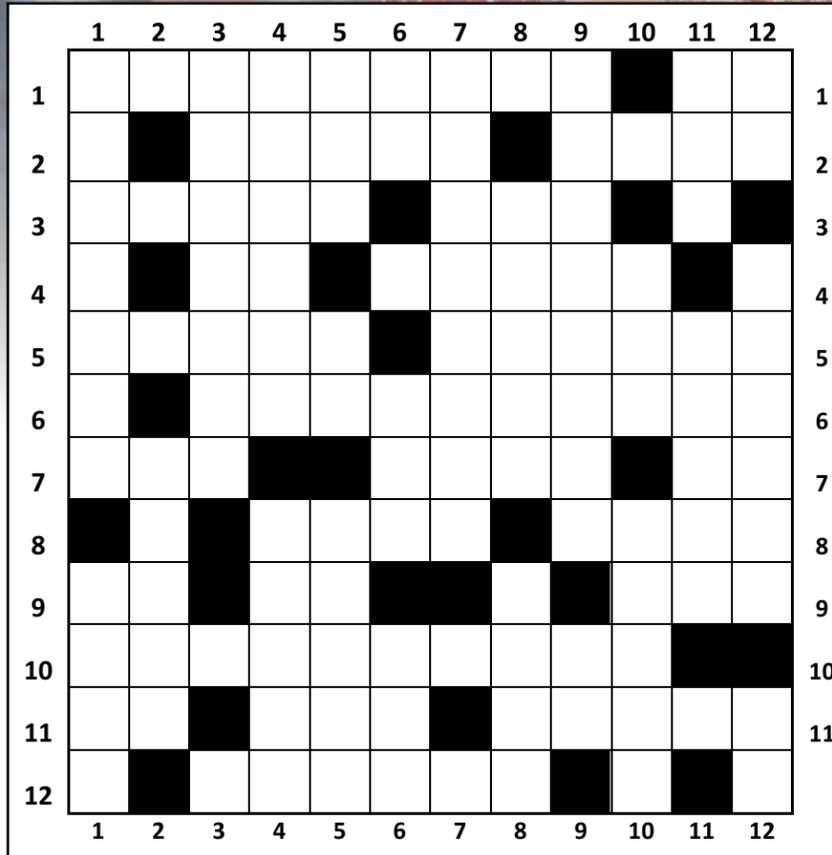
- Une approche respectueuse, chaleureuse et en toute confidentialité
- Une protection dans un endroit sécuritaire et réconfortant
- Une écoute téléphonique
- Une intervention personnalisée individuelle
- Une intervention de groupe
- Un suivi mère-enfant avec une intervenante jeunesse pour l'enfant et une intervenante pour la femme
- L'accompagnement dans les diverses démarches auprès des professionnels ou autres
- Suivi sans hébergement
- Suivi posthébergement
- Information et sensibilisation
- Aide aux proches



C.P. 363, Thetford Mines (Québec) G6H 1H4 • Tél. 418 335-5551 • Courriel : intervenantes@lagitee.ca • www.lagitee.ca

Mots croisés

Une collaboration de Claude Trépanier



HORIZONTALEMENT

1. Mélange de rouge, de blanc et d'une pointe de bleu – Corps blanchâtre dur
2. Arbre à fleurs violettes – Des yeux bleu vert
3. On en fait du beurre – Tisane appelée «boisson noire» chez les Cherokees
4. Diminutif d'Alonzo – De couleur noire pure
5. Barre oblique – Araignée colorée
6. Gâteau trois couleurs
7. Bière blonde – Crevaision – Dieu radieux
8. Brun presque noir – Personnage biblique
9. Fréquence modulée – Hors usage – En fait voir de toutes les couleurs
10. Blanchisseuse
11. Couleur locale – Intoxication éthylique aiguë – Globule, armée, poisson
12. Pierre fine rouge sombre

VERTICALEMENT

1. Recueil de cartes géographiques – Haussé d'un demi-ton
2. Petites pilules – Œuvre des terrains de jeu
3. Voyelles – Éclat de voix – Deux fois – Petit cours d'eau
4. Nid d'abeilles – Manipuler
5. Rudolphe – Fruit du sapin
6. Tellement – Trône
7. Attraper – Réfute
8. Endommagé – Compacter
9. Gallinacé – Contraire de l'abondance
10. Tuera – Route nationale
11. Fin d'étude – Sur la portée – Roi de Sardaigne
12. Suède – Mouvement impétueux d'agitation

AVIS DE CONVOCATION

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE
COOPÉRATIVE MULTISERVICES DE SACRÉ-CŒUR-DE-MARIE

Le conseil d'administration de la Coopérative multiservices de Sacré-Cœur-de-Marie vous convie à son assemblée générale annuelle (AGA) qui aura lieu le 16 novembre 2022. Cette huitième assemblée nous permettra de vous livrer le compte rendu et le bilan financier de la dernière année de notre coop. Votre présence est importante, car l'AGA permet tout d'abord de se rappeler et de célébrer le travail accompli au cours de la dernière année, mais aussi d'élire les membres du conseil d'administration et de prendre part aux décisions concernant le futur de la Coopérative.

Après tant de travail, ces services ont pu être établis au sein de notre village. Toutefois, il est désormais de notre devoir de contribuer à leur maintien.

Date : Le mercredi 16 novembre 2022

Heure : 19h00

Endroit : Église Sacré-Cœur-de-Marie (1, chemin Sacré-Coeur, Adstock G0N 1S0)

Caroline Lessard – secrétaire du conseil d'administration
Info : caro_les8@hotmail.com / 418 331-0583



CAPSULE HISTORIQUE



Légende : Le magasin général d'Irénée Vachon face à celui de William Landry, vue d'une partie du village de Sacré-Cœur-de-Marie en 1974.

Saviez-vous que le rang 8 (maintenant chemin Sacré-Cœur) qui traversait le village de Sacré-Cœur-de-Marie était l'ancienne route nationale numéro un? C'est au début des années 1960 que les municipalités en amont ont demandé au gouvernement un nouveau tracé. Avec le nouveau boulevard Smith qui fut construit en 1955 à Thetford Mines, cela allait de soi que la nouvelle route 112 rejoindrait le 6^e rang de Robertson vers East Broughton. Un nouvel axe commercial venait ainsi d'être créé accentuant l'exode des campagnes vers les centres urbains.

Source : Centre des archives de la région de Thetford, Fonds Jacques Fugère

MEFIEZ-VOUS DES OISEAUX

L'automne arrive à grands pas et plusieurs oiseaux migrateurs reprennent leur trajet du nord au sud, quittant ainsi leur territoire de reproduction vers leur zone d'hivernage. Les oiseaux sauvages constituent un réservoir pour l'influenza aviaire. Par leur présence accrue le long de la voie migratoire, ils contribuent à la propagation du virus et augmentent ainsi le risque de contamination des oiseaux domestiques. De plus, les températures extérieures plus fraîches sont propices à la survie du virus dans l'environnement.

Le ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec (MAPAQ) demande votre vigilance et votre collaboration afin d'optimiser la surveillance et les mesures de prévention de la grippe aviaire qui représente une menace importante pour la santé de la volaille d'élevage. Elle représente

toutefois un risque faible pour la population, puisque le virus se transmet rarement des oiseaux aux humains.

Oiseaux sauvages morts - En tant que citoyen, vous pouvez signaler la présence d'oiseaux sauvages morts ou moribonds en communiquant avec le ministère des Forêts, de la Faune et des Parcs (MFFP) au 1 877 346 6763.

Prévention et biosécurité pour la volaille d'élevage - En tant que propriétaire d'une basse-cour ou d'un petit élevage d'oiseaux (poules), vous devez savoir que le risque pour vos oiseaux de contracter le virus de l'influenza aviaire est actuellement élevé. Les mesures de prévention et de biosécurité doivent être appliquées rigoureusement en tout temps et le niveau de vigilance doit demeurer élevé.

Si vous avez besoin d'informations complémentaires, consultez l'information disponible sur la page Web Grippe aviaire | Gouvernement du Québec (quebec.ca).



Branches seulement

7-8-9 • 14-15-16 • 21-22-23 OCTOBRE 2022
OUVERTURE DU DÉPÔT DE BRANCHES
DANS LE RANG DES CAMPAGNARDS

DIMANCHE

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENREDI

SAMEDI



2 au 8 octobre 2022

Semaine de sensibilisation aux maladies mentales

2		3	4		5	6	7		8
9		10	11		12	13	14		15
16		17	18		19	20	21		22
23	30	24	31	25		26	27	28	
								29	

Légende Récupération Ordures Bibliothèque Fermières CORA Activités précisées au bas de la grille

- 1 **Abri d'hiver** pour automobiles permis du 1^{er} octobre au 30 avril
[Samedi] 8h30 : CORA : sortie au Grand Morne. (à l'entrée du site - chemin de la Grande Ligne). Site privilégié pour l'observation des rapaces et des couleurs automnales. N'oubliez pas d'apporter de l'eau et un lunch pour faire un pique-nique. Responsable: Nicholas Barden (418 455-8073).
- 4 [Mardi] Réunion du Comité consultatif en urbanisme (CCU)
13h00 : le Club FADOQ Tournesol St-Daniel prend la relève des jeux du comité de bénévoles du mardi après-midi à la salle communautaire. Il y aura des jeux de shuffleboard et pétanque, cartes et bingo etc. Venez vous amuser avec nous. Info : Émilienne Chouinard 418 422-5662 ou Micheline Tardif 418 422-2259.
- 5 [Mercredi] 19h30 : réunion du Cercle des Fermières de St-Méthode à l'édifice Bernardin-Hamann. Concours du mois : conserves de toutes sortes et aussi légumes ou fleurs de votre jardin et travaux du mois à votre choix.
- 6 [Jeudi] 9h00 à 20h00 : Vente « SAC VERT » au Comptoir familial
- 7 [Vendredi] : tournoi de baseball-poches de la FADOQ St-Méthode à l'édifice Bernardin-Hamann
- 10 [Lundi] Journée de l'Action de grâce
- 11 [Mardi] 13h00 : après-midi de jeux du Club FADOQ Tournesol St-Daniel à la salle communautaire
- 12 [Mercredi] 18h45 : CORA : conférence WEB à la salle 125 de la Maison de la culture: L'histoire ornithologique du Québec par Réal Boulet.
19h00 : le Cercle de Fermières de Sacré-Cœur-de-Marie tiendra sa première rencontre à la sacristie de l'Église. Au programme : cocktail des retrouvailles, régie interne, sondage, remise et lecture du programme 2022-2023, compte-rendu des deux marchés. Amenez les vieux soutien-gorge pour le cancer. Concours déco d'Halloween et prix de présence. Bienvenue à toutes!
- 15 [Samedi] 8h30 : CORA : tournée des lacs : Étang Stater, lac William, lac Joseph. Départ dans le stationnement no 5 des Galeries des

- Appalaches. Responsables: Nicholas Barden (418 455-8073) et Mireille Brossard (418 453-2266)
- 17 [Lundi] 19h30 : conseil municipal au Centre intergénérationnel (SCDM) Ouverture de l'aréna au Complexe sportif Joseph et Mariette Faucher
- 18 [Mardi] 13h00 : après-midi de jeux du Club FADOQ Tournesol St-Daniel à la salle communautaire
- 19 [Mercredi] 13h00 à 16h00 : les retraités d'Adstock recommencent leurs activités du mois (3^e mercredi du mois) à la salle Bernardin-Hamann (cartes, baseball-poches, bingo). Cette année il n'y aura pas de goûter. Bienvenue à tous! Info : Jeanne-D'Arc Lapierre 418 422-5545
- 22 [Samedi] 13h00 : CORA : sortie au Réservoir Beaudet, Victoriaville. Milliers d'oies blanches. Départ dans le stationnement no 5 des Galeries des Appalaches. Souper libre à la Fromagerie Victoria. Habillez-vous chaudement. Responsable : Jean-Yves Labbé (418 338-2247)
- 25 [Mardi] 13h00 : après-midi de jeux du Club FADOQ Tournesol St-Daniel à la salle communautaire
19h00 : l'Association d'horticulture de Thetford Mines vous invite à assister à une conférence donnée par monsieur Réal Dumoulin sur la conservation des plate-bandes à l'automne. Maison de la culture de Thetford Mines (local 125). Non membres : 5 \$. Prix de présence.
- 26 [Mercredi] 13h00 : après-midi de jeux de la FADOQ St-Méthode à l'édifice Bernardin-Hamann (cartes, bingo, baseball-poches) Bienvenue!
Gala reconnaissance 2022 de la Municipalité à la salle Desjardins du Complexe sportif Mariette et Joseph Faucher.
- 29 18h00 : le Club FADOQ Tournesol St-Daniel vous invite à son souper d'Halloween suivi d'une soirée de danse à la salle communautaire. Apportez votre vin et au plaisir de se costumer si vous le désirez. Info : Émilienne Chouinard 418 422-5662 ou Micheline Tardif 418 422-2259.
- 31 Joyeuse Halloween à tous !

