

L'Arrivage d'Adstock

Vos nouvelles locales depuis 2005

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

**CONVOCATION À
L'ASSEMBLÉE
GÉNÉRALE ANNUELLE
DE VOTRE ARRIVAGE**
Mardi le 9 juin
prochain
À lire en page 2



CONGRÈS DE L'AMECQ

LINDA ROY

Cette année encore, **L'Arrivage d'Adstock** était présent au congrès annuel de l'AMECQ. Nous avons été reçus au Château Joliette les 1^{er}, 2 et 3 mai 2026 aux côtés des 32 autres journaux qui y participaient.

Le thème abordé cette année était : **Une présence depuis... 45 ans!** Avec l'avènement des technologies numériques, plusieurs journaux font la transition vers un site Web avec l'accompagnement d'une agente de développement numérique. Certains conservent à la fois le format papier et le site Web ; d'autres passent uniquement au Web. L'Arrivage, pour sa part, poursuivra ses éditions papier et alimentera régulièrement sa page Facebook tant que nous bénéficierons de l'appui financier de la Municipalité d'Adstock, du ministère de la Culture et des Communications du Québec et de nos généreux commanditaires.

Nous avons participé à quatre formations : *Devenir numérique; Le succès dans la vente... vous y avez droit!; Le recrutement des administrateurs bénévoles; Journalisme civique : informer dans la proximité.* La conférence de clôture, *Approviser le changement* par Guy Bourgeois, a su conclure le congrès en humour.

Nous étions finalistes dans deux catégories : **Textes d'humour** : « Qui assurera notre destinée? » de Richard Samson et **Conception graphique format magazine** : « Vol 21 no 227, décembre 2025 ». Nous n'avons pas remporté de prix cette fois mais ce n'est que partie remise!

En conclusion, malgré plusieurs changements parmi les bénévoles depuis que nous allons au congrès, nous sortons toujours remplis d'idées après avoir côtoyer des gens passionnés par l'information venant de tous les coins du Québec. À l'an prochain! •



Vous voulez savoir comment l'équipe de L'Arrivage et la Municipalité prévoient contribuer à la survie de votre bulletin d'information mensuel ou mieux, vous aimeriez participer à ce sauvetage, on vous attend en grand nombre à notre prochaine assemblée générale annuelle.

MARDI LE 9 JUIN PROCHAIN

À 19H00 À L'ÉDIFICE BERNARDIN-HAMANN

Bienvenue à tous !

MERCI

L'équipe de L'Arrivage vous remercie de votre soutien. Le mois dernier, notre page Facebook a augmenté son nombre de followers de 7%, pour atteindre 717. De plus, elle a été vue par plus de 14,654 personnes grâce à vos partages de notre dernière édition. Un record!

Merci de suivre notre information et notre page Facebook, mais pourquoi pas venir assister à notre assemblée générale et collaborer à notre survie! •

NOTRE ÉQUIPE

L'Arrivage

TÉL. : 418 422-2204
infolarrivage@gmail.com

MEMBRES

FRANCINE MARCOUX
SUZANNE PARÉ
MARTINE POULIN
LINDA ROY
CLAUDE TRÉPANIÉ
KATY BÉDARD

RÉDACTEUR EN CHEF

RICHARD SAMSON

GRAPHISME & IMPRESSION

OPHÉLIE HÉROUARD
IMPRIMERIE GINGRAS

PUBLICITÉ

LINDA BOLDOC
418 334-9176

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 : 35 \$



Culture
et Communications
Québec

ÉLECTION MUNICIPALE DANS LE DISTRICT N° 3

SONIA LAPOINTE ÉLUE

À la suite de l'élection partielle tenue dans le district no 3 (Saint-Méthode Ouest / Lac Jolicoeur), la Municipalité d'Adstock est heureuse d'annoncer l'assermentation officielle de madame **Sonia Lapointe** à titre de **conseillère municipale**.

Le président d'élection et directeur général de la Municipalité d'Adstock, monsieur Jérôme Grondin, avait confirmé le 3 mai dernier l'élection de madame Lapointe, qui a obtenu la confiance des citoyens du district devant les candidats, MM Louis-Philippe Champagne et Alain Lachance.

La cérémonie d'assermentation s'est déroulée le lundi 11 mai, à la salle du Centre communautaire Saint-Daniel, en présence des membres du conseil municipal, de citoyens ainsi que de représentants de l'administration municipale. En ouverture de la séance ordinaire du conseil municipal, monsieur Jérôme Grondin a procédé à la lecture de la proclamation officielle avant d'assermenter officiellement madame Lapointe, qui entame ainsi son mandat au sein du conseil municipal d'Adstock.

Le maire de la Municipalité d'Adstock, monsieur Pascal Binet, a également souligné l'arrivée de la nouvelle conseillère au sein de l'équipe municipale. « Le conseil municipal accueille avec enthousiasme madame Lapointe dans la volonté affirmée de poursuivre le développement du territoire tout en favorisant la participation citoyenne et consolidant les acquis des dernières années. Ses qualités et son expérience seront un atout pour la Municipalité. »

Visiblement honorée de la confiance accordée par les citoyens du district no 3, madame Lapointe a tenu à remercier les électeurs ainsi que les personnes présentes. Les dossiers qui seront confiés à la nouvelle conseillère seront dévoilés d'ici un mois. •



Ensemble, on écrit le Québec

AMECQ
ASSOCIATION DES MÉDIAS ÉCRITS COMMUNAUTAIRES DU QUÉBEC

L'ARRIVAGE, c'est le cœur de l'information locale.

L'AMECQ, notre association des médias communautaires, c'est une force qui :

- soutient le journalisme et la diversité régionale du Québec;
- fait rayonner les valeurs de chaque région du Québec;
- est la voix des régions, la mémoire vivante du Québec local.

GESTION IMMOBILIÈRE ADSTOCK

DANIEL BISSON
COURTIER IMMOBILIER RÉSIDENTIEL

IMMEUBLES À REVENUS
CHALET À LOUER
9, rue de la Plage Est
Adstock, Qc G0N 1S0
gia1@live.ca

www.gestionimmobiliereadstock.com
418 422-5502

ROYAL LEPAGE
BLANC & NOIR

C: 418 334-4774
B: 418 338-4220

daniel.bisson@royallepage.ca
royallepageblancetnoir.ca



Les finances municipales à l'épreuve des nouvelles réalités

Les constats sont durs et notre responsabilité comme élu est de prévoir pour le futur et ce n'est pas pour rien que le conseil municipal a entamé une réflexion au sujet du recentrage de ses priorités et d'une politique de gestion de la dette et des investissements.

Au sortir du Congrès de l'Union des municipalités du Québec, les municipalités québécoises font face à une pression financière grandissante qui risque de s'accroître au cours des prochaines années. C'est le principal constat de l'étude réalisée pour l'UMQ par Aviseo Conseil sur l'évolution des dépenses municipales et les défis auxquels devront répondre les villes et villages. Le rapport conclut que les responsabilités confiées au monde municipal augmentent beaucoup plus rapidement que les revenus disponibles pour les assumer (+ 47,7% entre 2014 et 2023).

Plusieurs nouvelles pressions financières se dessinent, notamment l'entretien des infrastructures, les changements climatiques, le logement, le transport collectif et la sécurité civile. Les auteurs du rapport préviennent que les municipalités pourraient faire face à des manques à gagner variant entre 9,3 milliards et 58,2 milliards de dollars d'ici 2035.

Le transport devient le principal poste de dépenses

Le transport constitue la plus importante dépense municipale. Les coûts liés au réseau routier, au déneigement, à l'entretien des infrastructures et au transport collectif augmentent plus rapidement que la moyenne des autres services municipaux. Les coûts d'entretien des routes locales augmentent fortement sous l'effet de l'inflation, de la hausse du prix des matériaux et du vieillissement des infrastructures. Dans plusieurs milieux ruraux, le maintien du réseau routier devient un défi majeur compte tenu de la faible densité de population et des revenus limités provenant de la taxation foncière.

Des infrastructures vieillissantes

Le rapport insiste particulièrement sur le déficit de maintien des infrastructures municipales. Les réseaux d'eau potable et d'eaux usées, les routes, les bâtiments municipaux et les installations de loisirs nécessitent des investissements importants. Plusieurs municipalités reportent des travaux majeurs faute de financement adéquat ou en raison de la dépendance aux programmes gouvernementaux.

Dans les petites municipalités, ces dépenses représentent souvent un poids disproportionné. Un projet de mise à niveau d'usine de traitement ou de réfection de conduites peut rapidement représenter plusieurs millions de dollars, une somme difficile à absorber pour une population limitée.

Les changements climatiques font grimper la facture

Les effets des changements climatiques exercent également une pression croissante sur les finances municipales. Les municipalités doivent désormais investir davantage dans les infrastructures de résilience, notamment les bassins de rétention, les systèmes de drainage, les ponceaux et les mesures de protection contre les inondations.

Les événements météorologiques extrêmes touchent particulièrement les petites municipalités, qui disposent souvent de ressources financières et humaines limitées pour faire face aux sinistres.

Hausse importante des dépenses en sécurité civile

Les dépenses en sécurité civile ont connu l'une des plus fortes augmentations observées dans le rapport. Les coûts liés à la sécurité incendie augmentent également de façon importante, notamment en raison des besoins en équipements spécialisés, de la modernisation des casernes et des difficultés de recrutement dans plusieurs régions.

Dans les plus petites municipalités, plusieurs services reposent encore largement sur des pompiers volontaires ou sur des ententes intermunicipales. Le maintien de ces services devient de plus en plus coûteux.

Les loisirs et les bâtiments municipaux coûtent plus cher

Le secteur des loisirs et de la culture continue lui aussi de croître plus rapidement que plusieurs autres postes budgétaires. Les municipalités doivent entretenir des arènes, bibliothèques, centres communautaires, piscines et infrastructures sportives vieillissantes.

La hausse des coûts d'énergie et des matériaux accentue la pression financière sur ces équipements. Pour certaines petites municipalités, un seul bâtiment majeur peut représenter une part importante du budget annuel.

Une dépendance persistante à la taxe foncière

Le rapport souligne enfin que les municipalités demeurent fortement dépendantes de la taxe foncière pour financer leurs activités. Malgré certaines nouvelles sources de revenus au cours des dernières années, les auteurs estiment que le modèle actuel atteint ses limites.

L'étude rappelle que les municipalités assument aujourd'hui des responsabilités beaucoup plus larges qu'autrefois, notamment en habitation, en développement économique, en adaptation climatique et en soutien communautaire. Or, les outils fiscaux disponibles n'ont pas évolué au même rythme et le gouvernement ne fait pas sa part quant au financement des infrastructures.

Les auteurs recommandent notamment une meilleure prévisibilité des transferts gouvernementaux, une augmentation des investissements dans les infrastructures municipales et une diversification des sources de revenus afin

d'assurer la viabilité financière des municipalités au cours des prochaines décennies.

Je vais tenter le mois prochain de vous résumer les recommandations proposées par deux anciens ministres des Finances, madame Monique Jérôme-Forget et monsieur Nicolas Marceau, qui ont été mandatés par l'UMQ.

Pascal Binet, votre maire

INFO ADSTOCK
TÉLÉCHARGER L'APPLICATION

Avis d'ébullition, bris d'aqueduc, sécurité publique, alertes météo, évacuation, travaux et entraves, collectes, loisirs et activités, etc.

Vos préférences.
Vos notifications.

Télécharger dans l'App Store

DISPONIBLE SUR Google Play



ADSTOCK REFLÈTE

Plus de 130 élus de la table régionale des élus municipaux du Bas-Saint-Laurent (TREMBSL) ont participé à un rendez-vous de concertation et d'échanges dans le but de consolider leurs actions collectives pour un avenir durable des services aux populations.

Parmi les activités proposées, un panel de discussion sur des expériences de coopération intermunicipale et de regroupement municipal ainsi que sur les solutions permettant de garantir un avenir durable des services à la population leur a été proposé. Les invités spéciaux pour ce panel étaient : M. Vincent Bérubé, maire de la Ville de La Pocatière, M. Gérald Beaulieu, préfet de la MRC de La Matanie, M. Benoit Bouchard, maire de Boischatel et **M. Pascal Binet, maire d'Adstock.**

Ce fut également l'occasion d'entendre M. Régis Labeaume sur sa vision de la gouvernance et de la pérennité des services municipaux.

Décidément, Adstock et son maire reflètent bien loin!

POUR LA CONCEPTION ET LA RÉALISATION DE VOTRE PROJET

Aménagement Paysager

pyrus

Paysagiste CERTIFIÉ
APRQ

SERVICES OFFERTS

- Consultation
- Conception
- Plan
- Aménagement paysager
- Centre jardin
- Terrassement
- Entretien paysager
- Centre de vrac

182, RANG SAINT-MICHEL, LAMPTON
418-486-7587 | INFO@PYRUS.CA | WWW.PYRUS.CA



ÉRICK LAMPON
Technicien en loisirs et à l'événementiel
Courriel: loisirs@adstock.ca
418 422-2135 poste 236

Loisirs & Culture

Notre site Web: www.adstock.ca/loisirs-culture-et-vie-communautaire

Comité Sportif Adstock



FÊTE NATIONALE DU QUÉBEC À ADSTOCK

Encore cette année, la fête nationale du Québec sera célébrée dans le secteur **Sacré-Cœur-de-Marie**, le **23 juin prochain**. La population est invitée à venir profiter d'une soirée festive et rassembleuse.

Pour l'occasion, un spectacle musical gratuit vous sera présenté avec **Matt Thousand et son band**. L'artiste de la région et ses musiciens promettent une soirée énergique remplie de classiques québécois et de chansons populaires qui sauront faire chanter et danser petits et grands.

La soirée se terminera avec un magnifique spectacle de feux d'artifice, un moment toujours attendu qui viendra illuminer le ciel de Sacré-Cœur-de-Marie.

- **Spectacle de Matt Thousand et son band :** de 20h00 à 22h00
- **Feux d'artifice :** à la tombée de la nuit (selon les conditions météorologiques)

De la nourriture et des boissons seront offertes sur place durant toute la soirée. Les profits amassés seront remis à la Coopérative multiservices de Sacré-Cœur-de-Marie.

Pour d'éventuels détails, nous vous invitons à consulter la page Facebook de la Municipalité ainsi que le site web : www.adstock.ca

DÉBUT DU CAMP DE JOUR | 22 JUIN

Des sorties amusantes, des journées thématiques et des activités d'apprentissage, c'est au camp de jour d'Adstock que vous pouvez vivre tout ça. Dès le **22 juin jusqu'au 14 août 2026 (8 semaines)** l'équipe d'animation promet un été mémorable aux jeunes adstockois. Le calendrier d'activités du camp de jour sortira à la mi-juin.

Pour ceux voulant inscrire leur enfant, il est toujours temps. Pour s'inscrire, il suffit de consulter le lien ou bien de numériser le code QR.



www.adstock.ca/loisirs-culture-et-vie-communautaire/camp-de-jour-ete-2026/



Conte-Q-Parc
3 à 8 ans

Viens écouter un conte au parc avec l'une de nos conteuses: Pascale, Jessyka et Eva, Nathalie, Amélie, Milène

30 juin | 7 juillet | 14 juillet
4 août | 11 août

les mardis à 18h30
à l'École 4 Vents
(à la bibliothèque en cas de pluie)

À la fin des contes, tu recevras un livre offert par la Bibliothèque Jean-Guy-Marais.

Linda Roy et Louise Lachance

SPECTACLES SUR LES PERRONS D'ÉGLISES

Le Service des loisirs et de la culture est heureux de vous présenter la programmation estivale des spectacles sur les perrons d'églises. Ces rendez-vous musicaux, offerts en plein air, vous invitent à profiter de belles soirées d'été dans une ambiance conviviale et rassembleuse, au cœur de nos secteurs.

Saint-Méthode - Perron de l'église Saint-Méthode
18 juin, de 18h30 à 20h30- **Artiste :** Normand Verret

Saint-Daniel - Perron de l'église Saint-Antoine-Daniel
16 juillet, 18h30 à 20h30 - **Artiste :** Dusty



Sacré-Cœur-de-Marie - Perron de l'église Très-Saint-Cœur-de-Marie
13 août, 18h30 à 20h30- **Artiste :** Geneviève et Jessy



MERCI À NOS COMMANDITAIRES

Lorsque nous avons décidé de faire fabriquer de nouveaux chandails pour la ligue de balle donnée des jeunes d'Adstock, nous sommes restés impressionnés de voir à quel point les entreprises de notre communauté se sont rapidement mobilisées pour collaborer au projet. Cet élan de générosité et d'implication a été si grand que nous avons même dû refuser certains collaborateurs, faute d'espace disponible sur les chandails.

Ce geste démontre encore une fois à quel point les citoyens d'Adstock ont à cœur le développement de notre communauté et l'importance de travailler ensemble afin de faire avancer des projets rassembleurs, particulièrement lorsqu'il s'agit de nos enfants. Cette belle vague de générosité et d'entraide permettra à nos jeunes athlètes de porter fièrement les couleurs de leur équipe pour les prochaines saisons.

Nous souhaitons donc remercier sincèrement tous ceux qui ont contribué à cette belle réalisation.

Un merci tout spécial à notre commanditaire principal, **Bercomac**, pour son appui exceptionnel.

Merci également à

Profectus | Ébénisterie Harold Vachon | Palettes Saint-Méthode | Maîtres Créatifs Architecture Inc. pour leur précieuse participation.

Grâce à vous, nos jeunes pourront vivre leur passion dans un environnement rassembleur, dynamique et rempli de fierté. Merci de croire en notre jeunesse et de faire équipe avec elle!



2E ÉDITION

BALLE MOLLE
TOURNOI DES RUES

Formule 6/12
10 joueurs : 8 gars, 2 filles
Possibilité de fusionner 2 rues

28 ET 29 AOÛT 2026
TERRAIN DE BALLE SAINT-MÉTHODE

INSCRIPTION 250\$ PAR ÉQUIPE


INSCRIPTION ET INFORMATIONS
MESSENGER: COMITÉ SPORTIF ADSTOCK

TOUS LES SECTEURS D'ADSTOCK SONT INVITÉS À BÂTIR LEURS ÉQUIPES!



TIRAGE | COOPÉRATIVE MULTISERVICES DE SACRÉ-CŒUR-DE-MARIE

La Coopérative multiservices de Sacré-Cœur-de-Marie organise un grand tirage pour soutenir ses activités. 15 000 \$ en prix seront tirés parmi les participants. Le tirage aura lieu à la Coop lors de la soirée de l'Halloween en octobre prochain.



BILLET DE TIRAGE

1^{er} PRIX: VOITURETTE DE GOLF ÉLECTRIQUE - BM AUTO INC. VALEUR DE 15 000\$ (7 500 \$ SI GAGNANT(E) DÉSIRE L'ARGENT)

2^e PRIX: VÉLO ÉLECTRIQUE - CYCLES VALLIÈRES VALEUR DE 2 500\$

3^e PRIX: BON D'ACHAT IGA ST-PIERRE THETFORD MINES DE 500\$

4^e PRIX: BON D'ACHAT GRACIEUSETÉ DE COOP MULTISERVICES DE 500\$

5^e PRIX: BON D'ACHAT RONA DE 250\$

Les tirages auront lieu le **31 octobre 2026** à 22 h à la Salle du Centre intergénérationnel au 252, ch. Sacré-Coeur Ouest, Adstock. Les prix ci-haut mentionnés devront être réclamés avant 16 h le **30 novembre 2026** à la Coop Multiservices de S.C. de Marie. Règlements pour les tirages affichés à la Coop Multiservices de S.C. de Marie.

Licence : RACJ-NO : 0000
 Prix du billet : \$ 20.00
 Billets émis : 1600
 Numérotés de 1 à 1600
 No : 0000

MERCI À NOS PARTENAIRES!

Les membres du conseil d'administration sollicitent votre engagement en achetant et/ou en vendant des billets pour ce tirage. Chaque livret contient 10 billets au coût de 20 \$ chacun. Votre implication serait grandement appréciée! Vous pouvez vous procurer des livrets ou des billets directement au dépanneur ainsi qu'auprès de ces bénévoles:

- **André Perron**, 418 332-4839
- **Marquis Jacques**, 514 892-5119
- **Thérèse Bilodeau**, 418 335-9694
- **GINETTE Gravel**, 418 281-0354
- **Dany Vachon**, 418 333-2059
- **Claude Doyon**, 418 338-4848
- **Timothée Jacques**, 418 335-1530
- **Olivier Lachance**, 418 333-0759
- **Martin Raby**, 418 332-0055
- **Sylvain Jacques**, conseiller municipal, 418 281-7777

Sachez que lorsque vous faites le plein d'essence, achetez un pain, des repas préparés, de la loterie... vous contribuez aussi à garder le village bien vivant! •




Chers citoyens d'Adstock,

À titre de président d'honneur du Défi 4 Vents, je vous invite chaleureusement à prendre part à cet événement rassembleur qui met en valeur les saines habitudes de vie et notre magnifique territoire. Que vous soyez marcheur ou coureur, chaque pas est une occasion de vous dépasser, de bouger et de partager un moment unique.

Le samedi 6 juin 2026, le plaisir du dépassement sera au rendez-vous. Il est encore temps de vous inscrire, et c'est même possible de s'inscrire le jour même de l'événement.

Joignez-vous à nous en vous inscrivant au www.defi4vents.com et venez contribuer au succès de cette 12^e édition du Défi 4 Vents.

Au plaisir de vous y voir en grand nombre!

Jean-Pierre Tardif
Président d'honneur du Défi 4 Vents



SUIVI DE L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

CHANTAL CLOUTIER, DIRECTRICE GÉNÉRALE

Mercredi le 29 avril dernier, se tenait l'assemblée générale annuelle de la Coopérative de St-Méthode. La direction et le conseil d'administration désirent remercier les 30 membres qui se sont déplacés afin de prendre part à cette réunion et ainsi de partager leurs opinions et de poser des questions concernant leur coopérative.

Voici quelques chiffres concernant les états financiers au 26 octobre 2025. Les ventes sont en augmentation de 150 943 \$, soit 3.74 % de plus que l'an passé. Les frais d'exploitation sont en augmentation de 29 930 \$, principalement dû aux augmentations de salaires et à l'entretien et réparations. Ce qui laisse un déficit d'exercice de 26 615 \$ comparativement à un déficit l'an passé de 52 080 \$. Une nette amélioration, même si la coopérative demeure toujours déficitaire.

La coopérative désire remercier tous ses employés qui jour après jour sont au rendez-vous afin de vous procurer des biens essentiels, de vous offrir un bon service à la clientèle et de répondre à vos demandes.

La direction et le conseil d'administration vous remercie sincèrement pour votre contribution pour la dernière année et vous invite à continuer d'utiliser les services que la Coopérative vous offre car c'est toute la communauté qui en retire des avantages.

Concernant le conseil d'administration, M. Stéphane Demers a été élu pour un terme de trois ans et Mme Mélanie Bédard va demeurer en place jusqu'à ce que le conseil lui trouve un remplaçant. Nous remercions M. Michel Tardif pour ses deux mandats comme administrateur.

Voici les membres du conseil d'administration :

M. Serge Nadeau, M. Marc-André Perreault, M. Stéphane Demers, Mme Julie Pomerleau, Mme Mélanie Bédard

Les membres qui le désirent, peuvent se procurer une copie du rapport annuel en se présentant à la COOP ou en effectuant une demande par courriel à admin@coopstmethode.ca

3 BALANCES DISPONIBLES



NOUVEAU SERVICE DE CONTENEURS ET BACS



1161, route de l'Église, Adstock QC G0N 1S0
418 335-1530

Anciennement Villa rustique



SURPLUS DE PAINS

14, rue Principale Est
Adstock (Québec) G0N 1S0
1 800 463-6317 (poste: 2641)

www.boulangieriestmethode.com

Heures d'ouverture
 Lundi au vendredi: 8h00 à 17h30
 Samedi: 8h00 à 14h00
 Dimanche: Fermé



penser eau futur

Donald Breton
Directeur général

Estrie, Centre-du-Québec, Mauricie et Outaouais
T. 819 582-1200

595, rue de la Fabrique
St-Sébastien (Qc) G0Y 1M0

9160, boulevard Leduc, suite 410
Brossard (Québec) J4Y 0E3
T. 450-278-8350

info@naturive.com • www.naturive.com

HISTOIRE QUI FAIT MOUCHE

MARIE-RACONTE - MCP20102010@HOTMAIL.FR

Une forêt, un chalet, quelques souches
 Je sors de la voiture en douce
 Ciel bleu, nuages de mouches
 Instinct de survie, petite escarmouche
 Je parade en robe bleue, chaussée de babouches
 Marche rapide pour esquiver la délégation de mouches Est-ce possible? J'en doute!
 Des grenouilles se régalent le long de ma route
 Arrivée au quai, je flirte avec l'eau douce
 L'ennemi rapple. Embuscade, je louche
 Direction : abri moustiquaire, Zip! On soupe
 Menu du jour : « Festin de mouches »
 On jase, on placote, on s'écoute
 Pascale raconte Paris et le bateau-mouche
 Musique d'ambiance, Rock & Mouches
 Déjà minuit, il faut reprendre la route
 On s'embrasse, on traverse la brousse
 Les phares d'auto s'allument, la frousse!
 Projection, film d'horreur : La Méchante Mouche
 Oh non! Elle me pique, ça boursouffle...
 Mon bedon, contraction, j'accouche!
 Je me réveille dans mon lit. Ce n'était qu'un rêve, ouf!
 Que vois-je dans ma fenêtre?
 Trois petites mouches






BAL DES LUMIÈRES

11 juillet 2026

📍 Edifice Bernardin-Hamann
 🕒 À compter de 17h00

Nous vous invitons à une activité
 bénéfique que nous organisons en guise de
 reconnaissance pour les soins attentionnés
 offerts à mon papy l'an dernier par
 la Maison de fin de vie **Les couleurs du vent**.
 Tous les profits seront remis à la Maison.

Loïc Rodrigue

COCKTAIL
DE BIENVENUE

TAPIS
ROUGE

REPAS EN
FORMULE
D'INATOIRE

PHOTOBOOTH

ENCAN
CHINOIS

SPECTACLE
DE MUSIQUE

COÛT
 50 \$ (15 ans et plus)
 25 \$ (5 à 14 ans)
 gratuit pour les 0 à 4 ans
 (réservation requise).

POSSIBILITÉ DE VENIR EN SOIRÉE
 15 \$ (15 ans et plus)
 5 \$ (6 à 14 ans)
 gratuit pour les tout-petits.

☎ 581-399-5710
✉ Projet060708@outlook.com
📌 Le bal des lumières

BIBLIOTHÈQUE JEAN-GUY-MAROIS

Mercredi : 18h30 à 19h30

Judi : 13h00 à 14h00

Téléphone : 418 422-2131

Courriel : bibliojeanmarois@gmail.com

 Bibliothèque-Jean-Guy-Marois

ET LA JOIE DE VIVRE (biographie)

Gisèle Pelicot

Ce récit bouleversant, écrit avec la romancière Judith Perrignon, raconte l'histoire exceptionnelle de Gisèle Pelicot et celle de sa courageuse décision de rendre public le procès de ses agresseurs, encourageant par son geste toutes les victimes à ne plus jamais avoir honte.

« Cette histoire ne m'appartient plus totalement. Elle a réveillé une douleur muette et profonde, montée de la nuit des temps. Elle a suscité la sidération. Je voudrais par ce livre mettre des mots sur ce que j'ai traversé. Dire que je n'ai plus peur d'être seule, que j'ai retrouvé la joie de vivre. Dire que je suis vivante. »



ÉMILIANA – Le destin tragique de la fille de Louis Cyr (roman historique)

Paul Ohl/Hélène Leclerc

Paul Ohl signe une vingtième œuvre et souligne sa cinquantième année de vie littéraire et cinématographique. Il est le biographe officiel de Louis Cyr, l'auteur de nombreux romans historiques et le scénariste de **Highlander III** et du **Dernier Tunnel**, entre autres. Sa conjointe, Hélène Leclerc, a consacré quatre ans à la recherche et deux ans à la réalisation littéraire de ce roman.

En 1893, à Saint-Jean-de-Matha, Émiliana Cyr, la fille unique de Louis Cyr, l'homme le plus fort de tous les temps, a six ans. Grâce à la force héritée de son père, elle est l'enfant prodige du XIX^e siècle. En 1917, Émiliana devient l'héritière de la fortune de son père. Dès lors, sa vie, marquée par la convoitise, la cupidité, la violence et la trahison de son mari, le Dr Zénon-Maxime Aumont, se transforme en tragédie, jusqu'à ce que s'ouvrent pour elle les portes de l'asile Saint-Jean-de-Dieu de Montréal.



SUGGESTIONS DE LECTURE

LINDA ROY

Capsule santé

BIEN MANGER ET BIEN BOIRE... POUR BIEN BOUGER

AVEC MIREILLE LESSARD

Tout le monde gagne à avoir une alimentation variée et équilibrée. En suivant les recommandations du Guide alimentaire canadien, on fait en sorte de combler nos besoins nutritifs quotidiens en plus d'avoir plus d'énergie pour réaliser un effort physique.

Boire avant, pendant et après!

L'un des grands ennemis des sportifs, c'est la déshydratation. C'est pourquoi il est bon d'avoir une gourde d'eau sous la main en tout temps lorsqu'on bouge. On s'assure aussi de boire plus souvent s'il fait chaud ou si l'effort est intense ou long. On boit un ou deux verres d'eau dans la demi-heure précédant une activité.

Pendant l'exercice, on boit par petites quantités l'équivalent d'environ un verre d'eau toutes les 30 minutes. On n'attend pas d'avoir soif.

Lors d'une activité physique intense de plus d'une heure, on peut avoir besoin d'un peu de glucides et d'électrolytes. Plutôt que d'opter pour une boisson commerciale pour sportifs, préparez une version maison en mélangeant une partie de jus pour une partie d'eau, avec ajout d'une pincée de sel. Plus naturelle et économique!

Et on n'oublie pas de s'hydrater après notre activité!

Quoi manger avant l'exercice?

Pour se sentir à l'aise et pouvoir donner son maximum durant un exercice, on ne doit pas avoir l'estomac trop vide ou trop plein. En général, il est suggéré d'attendre deux ou trois heures après avoir mangé avant de faire un exercice soutenu, surtout lorsqu'on a pris un gros repas.

Plus le délai entre le repas et l'activité est court, plus il faut:
- limiter les aliments riches en gras ou en protéines, car ils sont plus longs à digérer;
- préférer les fruits, les légumes ou les aliments qui contiennent surtout des glucides (sucres) complexes (pain, pâtes alimentaires, riz, céréales, pommes de terre, etc.) parce qu'ils sont plus faciles et rapides à digérer.

Et après?

En général, boire de l'eau et manger sainement, comme à l'habitude, suffit pour favoriser la récupération. Lorsque l'activité physique est vraiment intense et dure plus de 1 heure, il est par contre suggéré, en plus de bien s'hydrater, de prendre une petite collation à base de glucides et de protéines dans les 30 minutes suivant la séance (par exemple un smoothie fait de fruits et de yogourt).

Source : <https://montougo.ca/manger-mieux/eau-et-hydratation/bien-manger-et-bien-boire-pour-bien-bouger/>

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



LE P.I.I.A. : UN OUTIL POUR BÂTIR UN MILIEU DE VIE HARMONIEUX

Un P.I.I.A. est un règlement qui permet à la Municipalité d'évaluer certains projets de construction ou de rénovation selon des critères qualitatifs, et non seulement techniques. Contrairement aux règlements traditionnels (comme le zonage), qui dictent des normes précises (hauteur, marges, etc.), le P.I.I.A. vise à encadrer l'apparence et l'intégration des bâtiments dans leur environnement.

Cela concerne notamment :

- l'architecture des bâtiments
- le choix des matériaux
- l'aménagement du terrain
- l'harmonisation avec le voisinage ou le paysage

POURQUOI LA MUNICIPALITÉ A-T-ELLE ADOPTÉ UN P.I.I.A.?

L'adoption d'un P.I.I.A. répond à plusieurs objectifs importants pour la communauté :

1. Préserver le caractère du milieu

Que ce soit dans un secteur patrimonial, un noyau villageois ou un quartier en développement, le P.I.I.A. permet de conserver une identité visuelle cohérente.

2. Assurer une meilleure qualité des projets

Les projets sont analysés afin de favoriser des constructions durables, esthétiques et bien intégrées.

3. Protéger la valeur des propriétés

Un environnement bâti harmonieux contribue à maintenir et même augmenter la valeur des propriétés.

4. Encadrer le développement futur

Le P.I.I.A. permet d'accompagner la croissance de la Municipalité tout en évitant les constructions qui détonnent ou nuisent au paysage.

COMMENT FONCTIONNE LE P.I.I.A.?

Lorsqu'un projet est assujéti au P.I.I.A., le citoyen doit déposer une demande à la Municipalité. Celle-ci est ensuite analysée par le **Comité consultatif d'urbanisme (CCU)**, qui formule une recommandation au conseil municipal. Le conseil prend ensuite une décision basée sur les critères établis dans le règlement.

CE QUE CELA SIGNIFIE POUR VOUS

Si votre propriété est située dans un secteur visé par le P.I.I.A., certains travaux (construction, rénovation, agrandissement, etc.) devront être approuvés avant l'émission du permis.

La Municipalité demeure disponible pour accompagner les citoyens dans leurs démarches et répondre à leurs questions. Nous vous invitons donc, à communiquer avec le Service d'urbanisme pour plus d'informations. •

La recette du mois

GALETTES À LA MÉLASSE ET YOGOURT

INGRÉDIENTS :

- 1 tasse de beurre
- 1 c. à thé de sel
- 1 tasse de sucre blanc
- ½ c. à thé de vanille
- 1 tasse de mélasse
- ¼ c. à thé de gingembre
- ¾ tasse de yogourt nature
- ¼ c. à thé de clou de girofle
- ½ tasse de cassonade
- ¾ tasses de farine pour pétrir
- 1 œuf
- 4 tasses de farine
- 1 c. à thé de soda

PRÉPARATION :

- Mélanger le beurre, le sucre, la mélasse et la cassonade, ajouter l'œuf et le yogourt.
- Tamiser la farine, le sel et le soda, ajouter la vanille et les épices.
- Faire une boule en ajoutant les ¾ de tasse de farine.
- Abaisser au rouleau à pâte, tailler à l'emporte-pièce.
- Graisser le moule, cuire 20 minutes à 350°F.

Bon appétit!



Source : x | Photo @Ricardocuisine.com

TRUC

Chasser les moustiques de la terrasse sans insecticide chimique: Pas question de laisser les moustiques gâcher un souper estival sur la terrasse ou dans la cour! Pour les repousser efficacement, faire brûler du bois vert et des aromates, comme du basilic et de la citronnelle. Les boîtes d'œufs en carton, lorsqu'elles se consomment, sont aussi un répulsif qui fonctionne bien.

À la rencontre de nos équipes

De gauche à droite : Réjean Gagné (lieutenant),
Éric Tardif (directeur adjoint), Yvan Bolduc (lieutenant),
Jean Gagnon (directeur) et Jérôme Marcoux (lieutenant)



SERVICE DE LA SÉCURITÉ INCENDIE

Le Service de la sécurité incendie (SSI) veille à la protection des personnes, des biens et du territoire. Au-delà de la lutte à l'incendie, la brigade est formée et intervient en matière de sauvetage hors-route (désincarcération, opération en forêt), sauvetage nautique et en mesure d'urgence. L'équipe de pompiers volontaires joue également un rôle essentiel en prévention. Elle participe à l'inspection et à la conformité de certains risques, accompagne les citoyens dans l'adoption de bonnes pratiques et s'assure que la Municipalité demeure prête à répondre efficacement aux situations nécessitant une intervention rapide.

Formation continue, exercices, entretien des équipements et collaboration avec les partenaires du milieu font partie du quotidien afin d'assurer une réponse structurée, sécuritaire et adaptée aux réalités d'Adstock. Le SSI contribue également à des actions de sensibilisation qui aident à réduire les risques tout en favorisant une culture de prévention.

Pour toute question liée à la prévention incendie, à la sécurité à domicile ou pour être dirigé vers la bonne ressource, vous pouvez joindre la Municipalité au 418 422-2135 ou écrire à info@adstock.ca. Et en cas d'urgence, composez le 911.



PLAN DE TRAVAIL PRÉVU EN 2026

Adoption du nouveau schéma de couverture de risques en incendies de la MRC

Visites à domicile reliées à la prévention incendie sur le territoire d'Adstock

Remplacement de deux équipements roulants

Accueil et formation de nouveaux pompiers volontaires

Mise à jour du plan de sécurité civile

Début de la réflexion sur le projet de la nouvelle caserne incendie

Pompiers

Anthony Bilodeau, Antoine Giasson, Benoit Labrecque, Carl Bizier, Carl Fortin, Daniel Couture, Emmanuel Leclerc, Gabriel Huard, Jasmin Charpentier, Jean-Philippe Labrecque, Jean-Sébastien Roy, Kevin Grondin, Martin Rouleau, Mathieu Beaudry, Pierre-Alexandre Fillion, Samuel Grondin, Samuel Quirion, Sébastien Bergeron, Sébastien Gagné, Stéphane Dostie et Yvan Bolduc •

Rendez-vous municipal



DES FEUX À CIEL OUVERT SANS AUTORISATION, C'EST NON !

Allumer un feu à ciel ouvert est strictement encadré sur le territoire d'Adstock. En tout temps, il est interdit de brûler de l'herbe. Pour tout autre type de feu à ciel ouvert, il est obligatoire d'obtenir un permis.

Avant d'allumer un feu, vous devez obtenir une autorisation en communiquant avec le Service de sécurité incendie au 418 422-2135.

Les feux de camp, quant à eux, sont permis uniquement s'ils sont réalisés dans un foyer aménagé (foyer extérieur, poêle ornemental) muni d'un pare-étincelles et installé à une distance sécuritaire des bâtiments et de la végétation. Il est également essentiel que la fumée et les étincelles ne nuisent pas au voisinage.

Le respect de ces règles contribue à la sécurité de tous et à la prévention des incendies. En cas de non-respect, des sanctions peuvent s'appliquer •



VOUS DÉMÉNAGEZ BIENTÔT ?

N'oubliez pas votre changement d'adresse ! La période des déménagements approche et la Municipalité d'Adstock souhaite rappeler à ses citoyens l'importance de mettre à jour leur adresse. Que ce soit pour recevoir votre compte de taxes, les avis municipaux ou tout autre courrier officiel, il est essentiel que votre nouvelle adresse soit bien enregistrée.

Pour ce faire, contactez-nous par téléphone au 418 422-2135 ou remplissez le formulaire en ligne sur le site web de la Municipalité : www.adstock.ca > Services aux citoyens > Changement d'adresse •



RAPPEL | COLLECTE ANNUELLE DES OBJETS VOLUMINEUX

La Municipalité d'Adstock procédera à la collecte des objets volumineux (grosses vidanges) du **8 au 10 juin 2026**, sur l'ensemble du territoire.

Afin d'assurer le bon déroulement de cette opération, il est important de respecter certaines consignes.

Dépôt des matériaux

Conformément au règlement sur les nuisances, il est interdit de déposer des objets **plus de 7 jours avant la collecte**, soit **à partir du 1^{er} juin 2026**. Des amendes peuvent être émises en cas de non-respect.

Objets acceptés

- Ameublement : meubles, divans, matelas, tables, chaises
- Matériaux naturels : branches attachées (longueur maximale de 1,2 mètre / 4 pieds), tourbe et pierres dans un contenant non récupérable (maximum 25 kg / 55 lb)
- Matériaux ferreux : électroménagers, métal, fournaies, réservoirs à eau

Objets refusés

Les éléments suivants ne seront pas ramassés et peuvent entraîner des amendes :

- Pneus (avec ou sans jante)
- Résidus de construction, de rénovation ou de démolition
- Matières dangereuses ou explosives
- Bonbonnes de propane
- Objets de plus de 100 kg (225 lb)
- Rebut excédant un volume de 3 m³ •

DÉFI 4 VENTS

Le Défi 4 Vents se tiendra le 6 juin 2026.

Nous demandons la collaboration des citoyens résidant le long du parcours de déposer leurs objets après la tenue de l'événement, afin de préserver la qualité du parcours, de démontrer notre fierté collective et de respecter le travail des organisateurs.

Merci de votre collaboration pour maintenir un environnement propre, sécuritaire et accueillant pour tous.



FIERS DE NOTRE ADSTOCK !

L'ENTRETIEN DES TERRAINS : UNE RESPONSABILITÉ PARTAGÉE

La Municipalité d'Adstock, en collaboration avec les comités d'embellissement des différents secteurs, déploie de nombreux efforts afin de rendre notre milieu de vie toujours plus agréable et attrayant. Nous remercions d'ailleurs les nombreux bénévoles qui contribuent à rendre plus belle et chaleureuse notre communauté. Toutefois, cette responsabilité est aussi partagée par l'ensemble des citoyens.

Nous vous invitons donc à porter une attention particulière à l'entretien de votre propriété en éliminant les éléments pouvant nuire à l'apparence et à la salubrité du milieu, tels que : véhicules hors d'usage, pneus usés, matériaux de construction, branches, cendres, déchets, ferraille, papiers, bouteilles, ordures ménagères, substances nauséabondes, arbres morts ou tout autre débris.

Un terrain bien entretenu contribue non seulement à votre qualité de vie, mais également à celle de votre voisinage, en plus de valoriser l'image de notre municipalité.

Par ailleurs, le Service de l'urbanisme et de l'environnement procédera prochainement à des inspections sur le territoire afin de vérifier le respect de la réglementation en vigueur. Des avis ou des constats d'infraction pourraient être émis en cas de non-conformité.

Merci de votre collaboration pour faire d'Adstock une municipalité propre, sécuritaire et accueillante. •

LE CONSEIL EN BREF - MAI 2026

CORRESPONDANCE

- Réception d'une aide financière de 3 450 \$ de la Société nationale des Québécois et Québécoises de Chaudière-Appalaches pour l'organisation des célébrations locales de la fête nationale du Québec.

ADMINISTRATION GÉNÉRALE, GREFFE ET FINANCES

- Un avis de motion et adoption d'une modification au règlement sur le fonds de roulement qui vise à augmenter le fonds de roulement municipal à 1 250 000 \$ afin de soutenir les besoins financiers futurs de la Municipalité.
- Une modification au règlement de tarification municipale a également été adoptée afin d'ajuster certains tarifs liés à l'écocentre RIRT dont la gratuité pour le dépôt des rebuts verts (branches, pelouse et feuilles mortes).
- Les élus ont adopté un nouveau règlement concernant leur rémunération et leurs allocations. Cette mise à jour remplace le règlement en vigueur depuis 2015 et tient compte des nouvelles réalités du monde municipal ainsi que des changements fiscaux touchant les élus municipaux.
- Le conseil a abrogé une résolution adoptée en avril dernier concernant une étude de coopération intermunicipale afin d'y intégrer la Municipalité de Courcelles-Saint-Évariste.
- Une nouvelle résolution a été adoptée afin de déposer, avec les municipalités de La Guadeloupe et de Courcelles-Saint-Évariste, un projet de diagnostic organisationnel dans le cadre du Fonds régions et ruralité. Cette démarche vise à évaluer les possibilités de collaboration et de partage de services entre les municipalités participantes.
- Un avis de motion a été donné pour un règlement autorisant un emprunt de 803 958 \$ destiné à l'acquisition d'un nouveau camion autopompe et de ses équipements pour le service incendie.
- Le conseil a autorisé l'annulation de deux factures municipales et des intérêts associés.

URBANISME ET ENVIRONNEMENT

- Le conseil a adopté un règlement modifiant les normes relatives aux rejets dans les réseaux d'égout municipaux. Cette modification permettra notamment la conclusion d'ententes de dérogation pour certains rejets dans le secteur Saint-Méthode, en lien avec les opérations de la Boulangerie St-Méthode et sous certaines conditions.
- Un règlement omnibus modifiant certaines dispositions du règlement d'urbanisme a été adopté.
- Le conseil a approuvé plusieurs demandes de PIA pour des propriétés situées sur le chemin du Plateau et le chemin du Versant, tout en imposant certaines mesures de protection environnementale durant les travaux.
- Une autorisation particulière a également été accordée pour un projet de mini-chalet au 14-8, chemin du Versant, sous certaines conditions liées à l'accès au site et au reboisement.
- La Municipalité a appuyé un projet dans le fonds des cours d'eau de la MRC des Appalaches de l'Association des résidents de la Baie de Sacré-Cœur visant à réduire l'apport de sédiments dans le lac du Huit.
- Le conseil a aussi appuyé une démarche de la Fédération québécoise de défense des lacs et cours d'eau auprès de Transports Canada afin de préserver la quiétude et la sécurité sur certains plans d'eau visés par des restrictions de navigation.
- Les patrouilleurs nautiques Alexia Jacques et Francis Moreau ont été officiellement nommés pour assurer la surveillance du Grand lac Saint-François durant l'été 2026 et appliquer les règlements municipaux à titre d'officiers municipaux.

DÉVELOPPEMENT DU TERRITOIRE ET INFRASTRUCTURES

- Le conseil a autorisé la vente d'une emprise excédentaire de la 1^{ère} Avenue Ouest ainsi qu'une partie d'un terrain municipal au propriétaire du 11, rue Sheink (19 \$ le mètre carré).
 - Suite à l'appel de propositions lancée le mois dernier, une offre d'achat de Gestion Mavé pour un terrain résidentiel dans le secteur Saint-Méthode a été acceptée afin de permettre la construction d'une résidence unifamiliale (31 500 \$).
 - La firme Groupe ABS a obtenu un mandat pour assurer le contrôle qualitatif des sols et matériaux dans le cadre de différents travaux municipaux prévus en 2026 (35 061 \$).
 - La firme Stantec Experts-conseils a été mandatée pour préparer les plans et assurer la surveillance des travaux de réfection du chemin J.-E.-Fortin (50 075 \$).
 - Le conseil a autorisé l'occupation d'une partie du domaine public sur le 6^e Rang afin de permettre l'installation d'une ligne électrique privée.
- ### LOISIRS, CULTURE ET VIE COMMUNAUTAIRE
- Une aide financière de 200 \$ a été accordée au déjeuner de la fête des Mères organisé par le Comité des loisirs et du terrain de jeux de Saint-Daniel.
 - Le conseil a autorisé la tenue du Festival des Campeurs du 14 au 17 mai 2026, incluant certaines permissions spéciales liées au bruit, à la circulation et au prêt d'équipements municipaux et une aide financière via la signature d'un protocole.

CMVITQ
Corporation des maîtres
plombiers en tuyauterie
du Québec

RD
PLOMBERIE
RÉJEAN DOSTIE INC.

MARC-ANDRÉ DOSTIE
183, rue Notre-Dame N.
Adstock (Qc) G0N 1S0

418-333-1632
plombiererd@hotmail.com

techno PIEUX MD
Thetford

LEADER MONDIAL EN PIEUX VISSÉS

Éric Lavallée
Cell: 418 333-4218
Sans frais: 1 888 333-4218
info.thetford@technopieux.com

www.technopieux.com

Verrière

**Rajout de solarium
3 et 4 saisons**

**SOLARIUM
ADSTOCK**

www.solariumadstock.ca | 418 422-4000



- Une dépense maximale de 1 500 \$ a été autorisée pour la tenue d'une journée d'initiation à la planche à roulettes au parc de skateboard du secteur Saint-Daniel.

- La Municipalité renouvellera son plan de visibilité au Mont Adstock pour une période de trois ans à raison de 2 000 \$ par année afin de promouvoir le territoire auprès des visiteurs.

AFFAIRES DIVERSES

- Le conseil a autorisé une contribution au projet de station de lavage au barrage Jules-Allard dans le cadre de la coopération intermunicipale du Grand lac Saint-François (2 800 \$).

- Une dépense de 10 995 \$ a été approuvée pour l'achat d'un signaleur lumineux mobile destiné à diffuser de l'information municipale à la population.

- Le conseiller Yves Gilbert a été délégué pour représenter la Municipalité à l'assemblée annuelle de la Chambre de commerce et d'industrie de Thetford Mines.

« TRAVAILLEZ DUR PENDANT 8 HEURES PAR JOUR,
ET AVEC LE TEMPS VOUS DEVIENDREZ PATRON
ET TRAVAILLerez 12 HEURES. »

UN PETIT GESTE, UN GRAND IMPACT!

Est-ce que quelques heures de votre temps pourraient transformer le quotidien de quelqu'un?

Le Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) de Chaudière-Appalaches recherche des bénévoles qui souhaitent offrir un peu de leur temps dans le milieu de la santé. Dans nos CHSLD, centres de jour, fondations et autres milieux, les bénévoles apportent chaleur, écoute et réconfort. Leur présence contribue à humaniser les soins et à améliorer le quotidien des usagers.

Les activités sont simples et accessibles : discuter, faire la lecture, chanter, accompagner lors d'activités ou simplement être présent.

Informez-vous : benevolatensante.ca



UNE INTERVENANTE DE LA GÎTÉE TOUJOURS PRÉSENTE POUR VOUS.

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 soeur, 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

ACCUEIL ET HÉBERGEMENT GRATUIT
24/24 • 7j / 7
DANS UN MILIEU SÉCURITAIRE



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

Le conseil de la Municipalité d'Adstock, lors de la séance ordinaire du conseil municipal du 11 mai 2026, a adopté la résolution 26-05-170 afin de se prévaloir de l'article 73 de la Loi sur les compétences municipales (Ci-après la LCM) afin que l'assiette d'une voie publique existante soit conforme aux titres. Cette voie correspond à une partie de l'assiette de la route Sainte-Clémence (lot 5 448 582 du cadastre du Québec), telle qu'identifiée sur la description technique préparée par Charles Perron, arpenteur-géomètre, sous le numéro 5 322 de ses minutes.

Le texte intégral des articles 73 et 74 de la LCM est reproduit ci-après :

« 73. Lorsqu'elle constate que l'assiette d'une voie publique existante n'est pas conforme aux titres, la municipalité locale approuve par résolution la description technique du terrain préparée par un arpenteur-géomètre qui correspond à cette assiette, d'après le cadastre en vigueur.

Une copie de cette description, vidimée par un arpenteur-géomètre, doit être déposée au bureau de la municipalité.

La municipalité fait publier deux fois, dans un journal diffusé sur son territoire, un avis qui :

1° identifie le terrain visé par la résolution prévue au premier alinéa, en utilisant autant que possible le nom de la voie publique concernée;

2° identifie la résolution approuvant la description du terrain, mentionne sa date et le fait que l'assiette du terrain est déterminée conformément à cette description;

3° reproduit le texte de l'article 74 et fait les liens nécessaires avec l'objet de l'avis.

La deuxième publication doit être faite après le soixantième et au plus tard le quatre-vingt-dixième jour qui suit la première.

Le terrain visé par la résolution prévue au premier alinéa devient la propriété de la municipalité à compter de la date de la première publication de l'avis prévu au troisième alinéa. Lorsqu'une immatriculation est requise par la loi, la municipalité soumet, au ministre responsable du cadastre, un plan cadastral montrant le terrain devenu sa propriété par l'effet du présent article, ainsi que la partie résiduelle. Elle doit, en

outre, notifier ce dépôt à toute personne qui a fait inscrire son adresse sur le registre foncier, mais le consentement des créanciers et du bénéficiaire d'une déclaration de résidence familiale n'est pas requis pour l'obtention de la nouvelle numérotation cadastrale.

La municipalité publie au registre foncier une déclaration faisant référence au présent article et à l'article 74, comportant la désignation cadastrale du terrain visé et indiquant que les formalités prévues aux cinq premiers alinéas ont été accomplies.

74. Tout droit réel auquel peut prétendre une personne à l'égard du terrain visé par la description prévue à l'article 73 est éteint à compter de la première publication de l'avis prévu à cet article.

Le titulaire d'un droit réel éteint en vertu du premier alinéa peut toutefois réclamer à la municipalité une indemnité en compensation pour la perte de ce droit. À défaut d'entente, le montant de l'indemnité est fixé par le Tribunal administratif du Québec à la demande de la personne qui la réclame ou de la municipalité et les articles 7 et 11, le troisième alinéa de l'article 12 et les articles 75 à 121 et 128 à 132 de la Loi concernant l'expropriation (chapitre E-25) s'appliquent, compte tenu des adaptations nécessaires.

Le droit à l'indemnité visé au deuxième alinéa se prescrit par trois ans à compter de la deuxième publication de l'avis faite conformément à l'article 73. »

Conformément à l'article 73 de la LCM, une copie de cette description, vidimée par un arpenteur-géomètre, a été déposée au bureau de la Municipalité. Toute personne intéressée à consulter la description technique démontrant l'emplacement concerné par le présent avis public peut en prendre connaissance au bureau du soussigné, celui-ci étant situé au 35, rue Principale Ouest, Adstock, et ce, pendant les heures normales d'ouverture du bureau.

Cet avis constitue la première publication requise par la loi, la seconde publication devant être effectuée après le 60^e jour et au plus tard le 90^e jour qui suit le présent avis.

Donné à Adstock, ce 29 mai 2026.

Le directeur général, *Ferôme Grandin*



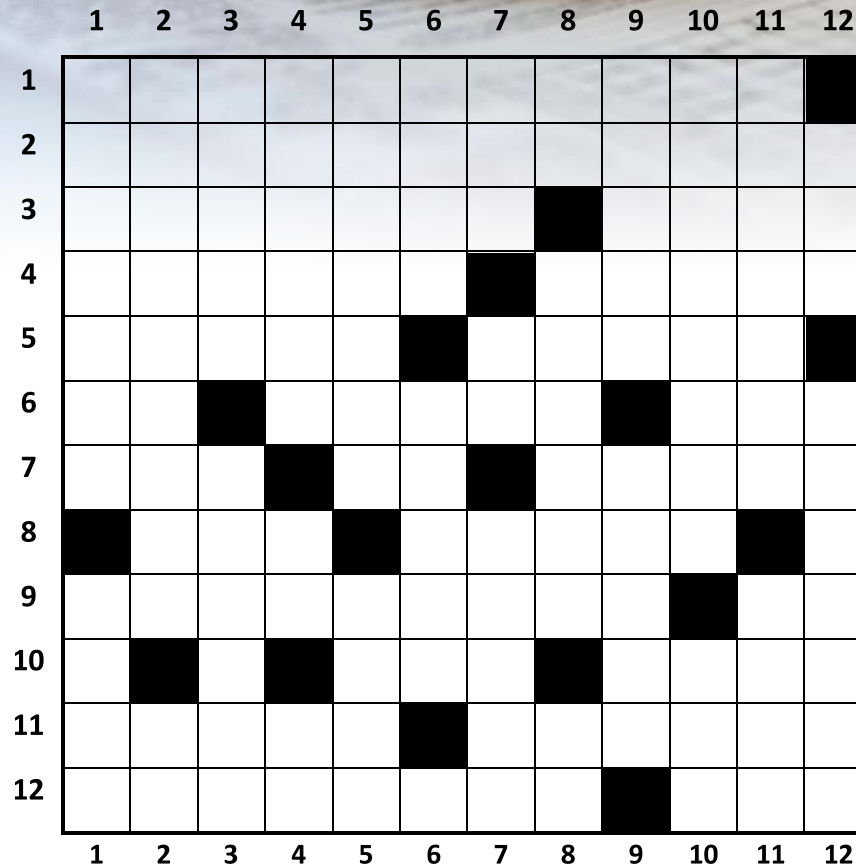
Pavillons, cabanons et gazébos

900 route 267
Adstock (secteur Saint-Daniel)
G0N 1S0
RBQ 5731-7141-01

Maxime Chouinard
418 422-2323
www.CabanonsChouinard.com



Une collaboration de Claude Trépanier



EXPRESSIONS CONNUES

Une collaboration de Suzanne Paré

À l'aide de la liste de mots, compléter les expressions suivantes. Chaque mot ne doit être utilisé qu'une seule fois.

CAPOT | LANGUE | CHEVAUX | FLEURS | BOUT | ASSIETTE | POULES | CORDE | DEUX | DIABLE

- | | |
|--|--|
| 1. Depuis quelques jours, il n'est pas dans son _____. | 6. Je vais dormir sur mes _____ oreilles. |
| 2. Arrête de monter sur tes grands _____. | 7. Je me suis couché à l'heure des _____. |
| 3. Depuis hier, le _____ est aux vaches. | 8. Arrête de t'enfermer dans les _____ du tapis. |
| 4. Louise a encore viré son _____ de bord. | 9. Tu parles sur le _____ de la langue. |
| 5. Cet homme parle avec une _____ fourchue. | 10. J'ai passé la nuit sur la _____ raide. |

Jeux

HORIZONTALEMENT

- Spécialiste de l'alimentation
- Perruches
- Femme de théâtre – Lutin scandinave
- Cheval de rodéo – Haussas le ton
- Prénom féminin – Premiers 4x4
- Entrée en matière – Feu éternel – Plus que bienheureuse
- S'il te plaît – Erbium – Gazouillis
- Morceau de boléro – Désagréables en bouche
- Conseilla spécialement quelque chose – Ontario
- Chaîne d'information continue – Goret
- Fort et enduring – Citadelle arabe
- Spécialistes de l'exégèse – Prison de Robinson

VERTICALEMENT

- Démons – Gros livre
- Sertir – Lettres numériques
- Grande épée droite – Maître d'autel
- Moins reluisante – Organisme communautaire – Immunoglobuline
- Se dit d'un prénom mixte – Salue le toréro
- Galette mexicaine – Direct
- Furieux emportement – Sujet personnel – Fin
- Courant alternatif – Assurément – Sportif d'élite
- Anagramme de bière – Sandwichs roulés
- Courbes planes fermées – Elle ferme le kimono
- Malsain – Qui se transmet par la parole
- Adjectif possessif pluriel – Hermétique

Petites annonces

OÙ SONT NOS DÉFIBRILLATEURS ?



Depuis mai 2024, chaque secteur de la Municipalité d'Adstock est équipé d'un défibrillateur cardiaque accessible à la population en cas d'urgence cardiaque. Ces appareils peuvent sauver des vies — prenez un moment pour repérer celui le plus près de chez vous.

Service d'accompagnement-transport à St-Méthode pour des raisons médicales.

Info: Madeleine Nadeau 418 422-5704.

Emplacements des DAE :

- Saint-Méthode : Complexe Mariette et Joseph-Faucher
- Saint-Daniel : cabane de la patinoire
- Sacré-Cœur-de-Marie : Gym du Centre intergénérationnel
- Sainte-Anne-du-Lac : Centre des loisirs

Comment l'utiliser en cas d'urgence :

1. Cassez le petit sceau de sécurité situé sur le côté de la boîte.
2. Tirez sur les deux loquets pour ouvrir la boîte.
3. Prenez le défibrillateur — il est prêt à être utilisé.
4. Important : après utilisation, contactez la Municipalité au 418 422-2135 poste 221 pour en signaler l'usage. •

La femme à tout faire : aide général aux aînés, garde pour les enfants et les animaux, prise de rendez-vous, accompagnement, épicerie, aide au budget. Ménage, cuisine, entretien de la cour, jardin, piscine, réparations mineures. Secteur St-Méthode et lac Jolicoeur. Disponible entre 2 h et 6 h/semaine. Prix : 30 \$/h.

























Info : Elana 514 557-1316.

LOT SIMPLE AU CIMETIÈRE St-Méthode à vendre pour 1 cercueil et 4 urnes ou 10 urnes sans cercueil. Terrain sans pierre dessus. Prix demandé 790 \$ taxes incluses valeur de 1 200 \$. Entretien payé jusqu'en 2053.

Info : 514 835-0917

Service de popote roulante à St-Méthode 2 fois/semaine (mardi et jeudi).

Info: Rita Grenier 418 422-2455.

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
	 1	2	 3 	 4	5	 6 
7	 8 	 9	 10  	11	12	13 
14	 15	16	 17 	 18 	19	20 
 21 Bonne fête Papa !	 22	23 	24 	25	26	27
28	 29	30	Bureau municipal fermé les vendredis après-midi.			

LÉGENDE



3 **[Mercredi] 6h30 : CORA** : sortie chez Lise et Nicholas. Responsable Lise Laflamme 418 554-8446.

6 **[Samedi] Défi 4 Vents**
6h30 : CORA : sortie au Parc du Lac Aylmer (Marais Maskinongé). Responsable Nicholas Barden 418 455 8073.

7 **[Dimanche] 8h30 : Journée familiale de Pêche à la truite**

8 **[Lundi] 19h30 : conseil municipal** au Centre des loisirs Sainte-Anne-du-Lac – Rapport du maire

8-9-10 **Collecte des objets volumineux** sur tout le territoire de la municipalité

9 **[Mardi] 19h00** : Assemblée générale annuelle de **L'Arrivage d'Adstock** à l'Édifice Bernardin-Hamann

10 **[Mercredi] 11h30** : dîner jasette de la **FADOQ St-Méthode** au Bistro des Origines

18h30 : AGA des **Fermières de Sacré-Cœur-de-Marie**

13 **[Samedi] 6h30 : CORA** : activité sociale chez Anne-Marie Garland. Responsable 418 281-6308.

14 **[Dimanche] 9h30** : assemblée générale de l'**Association du Chemin de la Presqu'île** au Centre des Loisirs Sainte-Anne-du-Lac.

17 **[Mercredi] 6h30 : CORA** : sortie autour du Lac Aylmer. Responsable Michel Brossard 418 334-8989.

13h00 : après-midi de jeux de la **FADOQ St-Méthode** à l'Édifice Bernardin-Hamann.

18 **[Jeudi] 18h30 : Soirée musicale** sur le perron de l'église St-Méthode : Normand Verret

20-27 **[Samedi] 5h30 : CORA** : Sortie au Mont Gosford entre le 20 et le 27 juin. Responsable Nicholas Barden 418 455-8073 ou barden@me.com

21 **Bonne fête à tous les papas !**

Solstice d'été. Profitez de la journée la plus longue de l'année!

23 **[Mardi] 20h00 : Fête nationale** à Sacré-Cœur-de-Marie. Spectacle et feux d'artifice.

24 **[Mercredi] Fête nationale du Québec**

30 **[Mardi] Réunion du Comité consultatif en urbanisme (CCU)**