L'ARRIVAGE D'ADSTOCK
VOLUME 22 • NUMÉRO 237 • NOVEMBRE 2026

L'Arrivage d'Adstock

Vos nouvelles locales depuis 2005

ADSTOCK REND HOMMAGE AUX GENS QUI FONT LA FIERTÉ DE SA COMMUNAUTÉ !

À LIRE EN PAGES 2-3

LES GRANDS CHOIX DE L'ARRIVAGE



PERSONNALITÉ DE L'ANNÉE

Loïc Rodrigue



COUP DE CŒUR ÉVÈNEMENT DE L'ANNÉE

Défi 4 Vents

GALA
DISTINCTION & RECONNAISSANCE

Le 22 octobre dernier, la Municipalité d'Adstock tenait la 7e édition de son Gala Distinction et Reconnaissance au Mont Adstock. Cette soirée a permis de rendre hommage à des citoyens, bénévoles, organismes, entreprises et employés municipaux qui, par leur engagement et leurs réalisations, contribuent au dynamisme et au rayonnement de notre communauté.

En cette année du 25e anniversaire de la Municipalité, l'événement revêtait une signification toute particulière. Au-delà des distinctions remises, il s'agissait d'une occasion de célébrer les gens qui ont contribué à bâtir Adstock et ceux qui poursuivent aujourd'hui cette belle histoire.

LES ORGANISMES HONORÉS

Cinq organismes ont été reconnus pour leur engagement et leur contribution à la vitalité de nos milieux de vie.

Comité des loisirs de Saint-Daniel, pour son implication dans l'organisation d'activités et le développement des infrastructures de loisirs.
Comité sportif Adstock, pour son rôle essentiel dans l'organisation des activités sportives et le rassemblement des citoyens.
Coopérative multiservices de Sacré-Cœur-de-Marie, pour la mobilisation de ses bénévoles afin de préserver les services de proximité.
O.T.J. de Saint-Méthode, qui célèbre 60 années d'engagement communautaire.
Patrouille de ski du Mont Adstock, reconnue notamment comme Patrouille de l'année du Québec en 2026.

LES ENTREPRISES HONORÉES

Quatre entreprises ont été mises à l'honneur pour leur esprit d'initiative, leur développement et leur contribution à l'économie locale.

Adstock Spa Nature, pour son démarrage et sa contribution au développement touristique.
Bleuetière du Grand-Morne, qui célèbre ses 25 années d'existence.
Justine Lessard, physiothérapeute, pour le développement d'une offre de soins spécialisés à Adstock.
Le Bistro des Origines, pour sa contribution à la vitalité économique et touristique de la Municipalité.

LES CITOYENS ÉMÉRITES

Huit citoyens ont reçu une distinction pour des réalisations remarquables dans différents domaines.

Danny Prévost, pour un acte de bravoure ayant permis de sauver la vie de son voisin.
François Faucher, pour ses 50 années de création et son parcours artistique.
Ginette Fortin, pour son engagement communautaire et sa générosité.
Maggy Mathieu, pour ses performances en culturisme.
Pascal Roy, pour son esprit entrepreneurial et sa contribution au développement local.
Rémi Rodrigue, pour sa carrière au sein des Forces armées canadiennes.
Yves Nadeau, pour son implication dans de nombreuses causes communautaires.
Yvon Tardif, pour son parcours musical et sa contribution à la vie culturelle.

LA RELÈVE CITOYENNE À L'HONNEUR

La Municipalité a également souligné les réalisations de jeunes Adstockois qui se démarquent dans les sports, les sciences, l'entrepreneuriat et l'engagement communautaire.

NOTRE ÉQUIPE

L'Arrivage
TÉL .: 418 422-2204
infolarrivage@gmail.com

MEMBRES
FRANCINE MARCOUX
ANNIE MOREAU
MARTINE POULIN
LINDA ROY
CLAUDE TRÉPANIER
KATY BÉDARD

RÉDACTEUR EN CHEF
RICHARD SAMSON

GRAPHISME & IMPRESSION
OPHÉLIE HÉROUART
IMPRIMERIE GINGRAS

PUBLICITÉ
LINDA BOLDUC
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 $

AMECQ Association des médias écrits communautaires du Québec
Tirage certifié AMECQ
Culture et Communications Québec



Alyce Dodier et Justine Demers – Mini-Fermette KASJE
Camélia Vallée et Evie Gamache – Hockey
Chloé Leblond – Natation
Coralie Fortin, Léa Fortin et Nathane Djiolio Wahim – Robotique
Édouard Leblond – Soccer et polyvalence sportive
Julien Jacques – Athlétisme
Loïc Rodrigue – Engagement communautaire
Maïla Bolduc – Athlétisme et cross-country
Marie-Alex Nadeau – Athlétisme et polyvalence sportive
Nolan Roy – Hockey
Olivia Fortin – Natation
Olivier Houle – Expo-sciences
Sasha Gamache et Sheldon Fortin – Hockey
Selma Dorval – Ski alpin

LES BÉNÉVOLES DE DISTRICT

Six bénévoles ont été reconnus pour leur contribution exceptionnelle à leur milieu. Leur engagement témoigne de l'importance du bénévolat dans la vie communautaire d'Adstock.

District 1 : Maryse Jacques
District 2 : Lucie Marcoux
District 3 : Francis Marois
District 4 : Richard Mercier
District 5 : Yvan Bolduc
District 6 : Marquis Jacques

COUP DE CŒUR EN PATRIMOINE BÂTI

Le prix Coup de cœur en patrimoine bâti a été décerné au **projet de requalification de l'ancien collège de Saint-Méthode**, situé au 53, rue du Parc.

Grâce à l'initiative de Katherine Veilleux, Rémi Rodrigue, Marc-Antoine Lessard, Pascal Tardif, Anthony Blais et Steeve Grondin, ce bâtiment historique a été transformé en dix logements, permettant de préserver un élément important du patrimoine local tout en répondant aux besoins résidentiels du secteur.

LES DISTINCTIONS DE L'ARRIVAGE

Deux reconnaissances particulières ont été décernées par le journal L'Arrivage.

Coup de cœur – Événement : **Défi 4 Vents**
Personnalité de l'année : **Loïc Rodrigue**

UN HOMMAGE AUX EMPLOYÉS, AUX ÉLUS ET AUX BÂTISSEURS.

La soirée a également permis de reconnaître les employés municipaux et les membres du Service de sécurité incendie cumulant 5, 10, 15, 20 et même 30 années de service, ainsi que de souligner des départs à la retraite.

Quatre élus municipaux sortants ont également été honorés pour leur engagement : **Hélène St-Cyr, Jean Roy, Luce Bouley et Marie-Claude Létourneau-Larose.**

Dans le cadre du 25e anniversaire, un hommage particulier a aussi été rendu à cinq bâtisseurs ayant marqué l'histoire environnementale de la Municipalité : **Roger Lamothe, Guy Châteauneuf, Laval Dubreuil, Raynald Paré et Raynal Tanguay.**

LE 25E ANNIVERSAIRE SOUS LE SIGNE DE LA SOLIDARITÉ

Le gala a aussi été l'occasion de revenir sur les festivités du 25e anniversaire et de dévoiler les résultats du Tournoi de golf organisé en septembre. Grâce à la générosité des participants et des partenaires, **12 705,58 $** ont été amassés au profit de la **Coopérative de Saint-Méthode** et de la **Coopérative multiservices de Sacré-Cœur-de-Marie**, deux organismes qui contribuent au maintien des services de proximité.

Merci à tous ceux qui font vivre Adstock!

La Municipalité félicite chaleureusement l'ensemble des récipiendaires et remercie les bénévoles, les partenaires et toutes les personnes qui ont contribué au succès de cette soirée. Ce gala nous rappelle que la plus grande richesse d'Adstock demeure les gens qui la composent. Depuis 25 ans, leur engagement, leur passion et leur volonté de faire une différence contribuent à bâtir une communauté dont nous pouvons être fiers.



À propos

Derrière le dynamisme de notre communauté, il y a des gens qui s'impliquent et qui contribuent, chacun à leur manière, à faire d'Adstock un milieu de vie accueillant et attractif.

Cette volonté de souligner l'engagement et le mérite des citoyens qui se démarquent était à l'honneur lors du dernier **Gala Reconnaissance**. Je tiens à remercier nos animateurs, Katy et Zackary, ainsi que le comité du Gala, qui ont fait de cette soirée bien plus qu'une simple remise de prix. Ils ont créé un moment privilégié pour exprimer notre reconnaissance envers les bénévoles, les citoyens, les organismes et les entreprises qui font une différence dans notre milieu. Notre municipalité se construit avant tout grâce à ceux qui y consacrent du temps, de l'énergie et du cœur. Nous avons toutes les raisons d'être fiers de notre communauté. Merci et sincères félicitations à toutes les personnes honorées!

Alors que les couleurs de notre paysage se transforment, l'automne marque aussi le début d'un exercice incontournable pour votre conseil municipal : **la préparation du budget**. Cette opération ne se résume pas à l'analyse de chiffres, de prévisions et de priorités d'investissement. Elle implique des décisions qui auront des effets concrets sur notre quotidien. Il faut maintenir des services de qualité, entretenir nos infrastructures, soutenir nos organismes et poursuivre le développement de notre territoire, tout en tenant compte de la capacité de payer des contribuables.

La prochaine étape sera le **discours du maire**, présenté le **9 novembre prochain**. Ce sera l'occasion de dresser un bilan préliminaire de l'année qui s'achève et de présenter les priorités ainsi que les projets envisagés pour l'année à venir. Je vous invite à être au rendez-vous afin de prendre connaissance des orientations qui guideront nos décisions et nos actions au cours des prochains mois.

Pascal Binet, votre maire

MRC des Appalaches
Région de Thetford

Faits saillants du dernier Conseil des maires

Octobre 2026

SOCIAL

Le conseil de la MRC octroie une somme de 10 000 $ à Moisson Beauce pour l'année 2026, au nom des municipalités. Moisson Beauce distribue annuellement des denrées d'une valeur de 1 804 872 $ sur le territoire de la MRC, ce qui représente 22 % de l'aide totale fournie par l'organisme. Chaque mois, 1 928 personnes reçoivent des denrées provenant de Moisson Beauce.

ENVIRONNEMENT

La campagne de récupération des plastiques agricoles blancs regroupera finalement 54 producteurs agricoles, grâce à une collaboration entre l'UPA, la MRC, les municipalités et Agrirécup.

CULTURE

La MRC adhérera à l'entente avec le Conseil des arts et des lettres du Québec (CALQ) afin d'offrir du financement aux artistes de la MRC des Appalaches et de l'ensemble de la région.

DÉVELOPPEMENT

La MRC adopte les prévisions budgétaires de la Régie intermunicipale du Connectif des sommets pour 2027, qui prévoient une contribution de 23 854 $ pour la MRC des Appalaches. Cette somme vise à financer une partie des frais d'administration et de fonctionnement de la Régie.

Sept entreprises de la MRC reçoivent l'appui de la MRC dans le cadre du programme DÉPART d'Investissement Québec, soit : Soudure TNL, à East Broughton; Les Industries Fournier, à Thetford Mines; Boltech et Bercomac, à Adstock; Fabrication Atome 13, à Saint-Jacques-de-Leeds; Élite Composite, à Sainte-Clotilde et Broughton BBQ, à East Broughton.

La MRC autorise une aide financière de 47 976 $ à la municipalité de Saint-Jean-de-Brébeuf pour la construction d'un monte-personne au bureau municipal. Le coût total du projet s'élève à 67 781 $.

IMMIGRATION

Cet automne, L'Impressionnante tournée aura lieu le samedi 21 novembre 2026. Les nouveaux arrivants visiteront les Passionnés du bois, à Saint-Jean-de-Brébeuf, le marché de Noël de Saint-Adrien-d'Irlande ainsi que le marché du Cercle des fermières de l'Amiante, à Thetford Mines.

Une belle distinction pour Adstock



La Municipalité d'Adstock est fière d'avoir remporté le **premier prix** dans la **nouvelle catégorie « Municipalité »** lors du **Gala Zénith 2026**!

Cette reconnaissance souligne le dynamisme, les initiatives de développement et l'engagement à faire d'Adstock un milieu de vie toujours plus accueillant et attractif.

Une belle fierté collective qui prend tout son sens en cette année du 25e anniversaire. Merci à tous ceux et celles qui contribuent au rayonnement de notre municipalité!

Félicitations!



VENTE ITINÉRANTE, SOYEZ VIGILANTS

Depuis quelque temps, notre équipe reçoit des appels de citoyens concernant des situations problématiques liées à la vente itinérante, notamment pour des thermopompes, des travaux d'isolation ou de possibles subventions.

Il faut être particulièrement prudent lorsqu'un représentant se présente à domicile ou communique par téléphone en prétendant agir au nom d'un programme gouvernemental.

Les organismes officiels ne font pas de démarchage de cette façon et ne demandent pas d'informations confidentielles pour obtenir du financement.

Depuis le 7 novembre 2024, la vente itinérante est d'ailleurs interdite pour certains secteurs, dont les appareils de chauffage et de climatisation, les thermopompes et les travaux d'isolation thermique.

Ne transmettez jamais vos renseignements personnels ou financiers sous pression et prenez le temps de vérifier directement auprès de l'organisme concerné.





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





12 676 $ AMASSÉS
LORS DE LA 12E ÉDITION DU DÉFI 4 VENTS!

Le comité organisateur du Défi 4 Vents est fier d'annoncer qu'un montant de 12 676 $ a été amassé dans le cadre de sa 12e édition.

Ce résultat témoigne de la générosité de nos participants, partenaires, bénévoles et donateurs qui, année après année, contribuent au succès de cet événement rassembleur. Grâce à votre engagement, le Défi 4 Vents continue d'avoir un impact positif dans notre communauté.

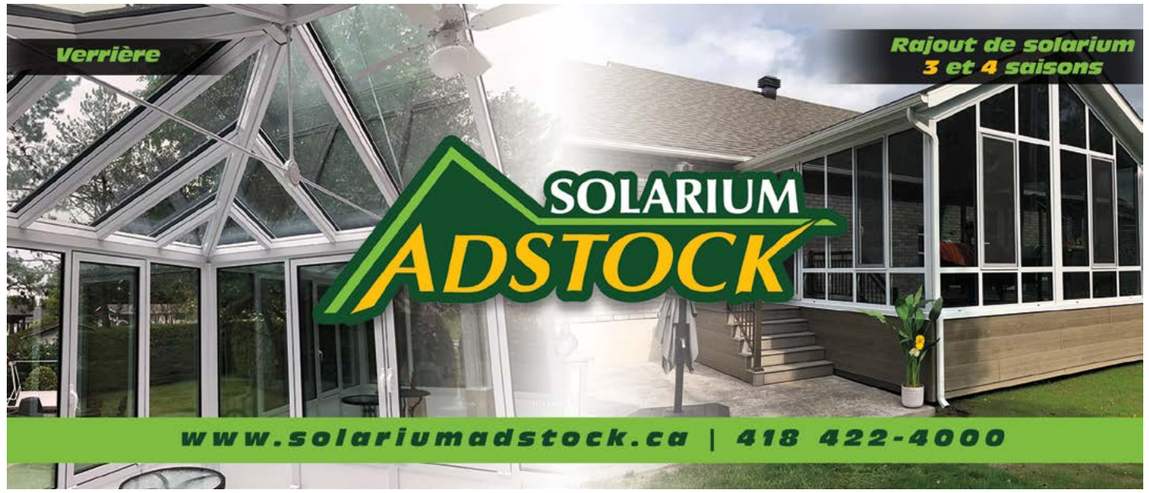
Nous souhaitons également rappeler l'importance du Fonds D4V, notre façon de redonner à la communauté. Ce fonds vise à soutenir des projets locaux qui encouragent les saines habitudes de vie, l'activité physique et le mieux-être de nos citoyens.

Vous avez un projet qui favorise un mode de vie actif et en santé? Nous vous invitons à nous le soumettre en remplissant le formulaire disponible sur notre site Web, dans l'onglet « Demande de financement ».

Merci à tous ceux qui ont contribué au succès de cette 12e édition. Ensemble, nous faisons une réelle différence et continuons à promouvoir des milieux de vie actifs et dynamiques.

Merci de faire du Défi 4 Vents une si belle réussite année après année!

Le comité du Défi 4 Vents









Actualité



VACCINATION À ADSTOCK

Encore cette année, le pharmacien Alex St-Pierre se déplacera à Adstock pour la campagne de vaccination automnale (grippe/covid/VRS).

Vous pourrez recevoir vos vaccins à la salle Bernardin-Hamann :

le lundi 16 novembre 13h00-19h00

le mardi 17 novembre 8h00-12h00.

Il est obligatoire de prendre un rendez-vous via Clic Santé ou en appelant à la pharmacie 418 459-3322.



PRÈS DES ÉCOLES, CHAQUE ARRÊT COMPTE!

Chers citoyens, les conducteurs d'autobus et le personnel de l'école Aux Quatre-Vents constatent fréquemment que des automobilistes ne respectent pas l'arrêt obligatoire lorsque les panneaux d'autobus sont ouverts.

Lorsque ceux-ci sont déployés et que les lumières clignotent, **les conducteurs doivent s'immobiliser complètement jusqu'à ce que le panneau d'arrêt se referme**, et ce, même s'il n'y a pas d'enfants qui traversent.

Si vous êtes pressé, prenez un autre chemin.

Ensemble, protégeons les enfants et les brigadiers de notre communauté.



LA FÊTE DES MOISSONS 2026

Un immense merci à tous les **donateurs, bénévoles et participants** qui ont contribué à la réussite de la Fête des Moissons. Grâce à votre générosité, votre temps et votre enthousiasme, notre église s'est remplie de couleurs, de partage et de gratitude. Chaque geste, chaque sourire et chaque offrande ont fait de cette célébration un moment de solidarité et de reconnaissance envers la richesse de notre communauté. Merci du fond du cœur à chacun pour votre précieuse participation.



VENEZ DÉCOUVRIR LES OISEAUX

Le **Club des ornithologues de la région des Appalaches (CORA)** invite chaleureusement la population à une **conférence gratuite** qui saura émerveiller petits et grands. Les jeunes et leurs familles sont particulièrement conviés à venir découvrir le fascinant monde des oiseaux.

Les enfants seront invités à participer à **un jeu de devinettes** à partir d'illustrations afin d'identifier une douzaine d'oiseaux mystères. Une activité qui stimulera leur curiosité et leur sens de l'observation. Parmi les jeunes participants, **cinq prix de participation** seront remis. De plus, toute personne âgée de moins de 18 ans **recevra gratuitement une carte de membre** du CORA (1 an). Cette adhésion permettra au jeune membre de participer à toutes les activités de son choix en compagnie d'un parent.

Prix de présence. (cartes-cadeaux pour essence, restauration, etc...)

Des breuvages chauds et froids seront offerts gratuitement sur place.

Dans un souci de réduction des déchets, les personnes qui apporteront leur propre gobelet réutilisable recevront un billet supplémentaire pour les tirages des prix de présence.

Une invitation à s'émerveiller gratuitement

Le DIMANCHE 8 NOVEMBRE, à 13h00, venez partager un moment de découverte, d'apprentissage et d'émerveillement en famille, **À LA SALLE MULTIFONCTIONNELLE DE LA MAISON DE LA CULTURE DE THETFORD.** Vous développerez un regard nouveau sur les oiseaux qui nous entourent et une meilleure compréhension de leur contribution essentielle à notre qualité de vie. Après cette conférence, vous ne regarderez plus jamais les oiseaux de la même façon!

Info : Gisane Routhier (conférencière) Club des ornithologues de la région des Appalaches (CORA) Téléphone : 418 338-8973 Courriel : gisane678@gmail.com



Chroniques mensuelles

BIBLIOTHÈQUE JEAN-GUY-MAROIS

Mercredi : 18h30 à 19h30
Jeudi : 13h00 à 14h00
Téléphone : 418 422-2131
Courriel : bibliojgmarois@gmail.com
Bibliothèque-Jean-Guy-Marois

SUGGESTIONS DE LECTURE



LIENS DE SANG (suspense)
Angela Marsons

À 49 ans, alors qu'elle venait de perdre son emploi, d'hypothéquer sa maison et allait renoncer à l'écriture après avoir essuyé plusieurs refus d'éditeurs, Angela a reçu une offre pour l'achat des droits de son premier roman, **Le Pensionnat des innocentes**… et des sept tomes suivants! La série a été traduite en 30 langues et vendue à plus de six millions d'exemplaires dans le monde.

Une travailleuse sociale assassinée d'un coup de couteau en plein cœur. Une toxicomane retrouvée morte, tuée selon le même mode opératoire. À priori aucun lien entre les victimes. Pourtant, la capitaine Kim Stone en est convaincue : ces deux crimes ne sont pas un hasard, mais une signature. Celle d'un tueur méthodique, calculateur.



AVANT QUE J'OUBLIE (biographie)
Réjean Tremblay

Réjean Tremblay est une figure emblématique de la culture québécoise. Dans sa carrière de journaliste, pendant 37 ans pour *La Presse* et 13 pour le *Journal de Montréal,* il a parcouru le monde et côtoyé les plus grands. Auteur prolifique, il s'est imposé comme l'un des créateurs le plus influents de la télévision. Ses œuvres ont marqué des générations et ont été diffusées dans 70 pays.

Il a couvert le Canadien, les Expos, la boxe, les Nordiques, les Jeux olympiques et la Formule 1. Il a écrit sur la politique et les faits divers et a obtenu la dernière entrevue de Guy Lafleur avant sa mort. Dans ce livre captivant, il raconte les histoires dans les histoires. Celles qui se déroulent dans l'envers du décor : derrière les articles qui font la une des journaux et dans les coulisses des nombreuses téléséries à succès dont il est l'auteur. Des révélations et des anecdotes étonnantes, qui font rire, réfléchir et battre les cœurs.

Capsule santé

AVEC MIREILLE LESSARD



DÉPRESSION SAISONNIÈRE

Comment garder le moral durant les mois plus sombres?

Avec l'arrivée de l'automne et le raccourcissement des journées, certaines personnes ressentent une baisse d'énergie et de moral. Mais lorsque ces symptômes persistent et perturbent le quotidien, il peut s'agir d'une dépression saisonnière.

Ce type de dépression apparaît généralement à l'automne ou en hiver et s'atténue au printemps. La diminution de la lumière naturelle peut perturber notre horloge biologique et influencer certaines substances qui régulent le sommeil et l'humeur.

Quels sont les signes à surveiller?

Une fatigue importante, une tristesse persistante, une perte d'intérêt, un besoin accru de sommeil, des changements d'appétit, de l'irritabilité ou une tendance à s'isoler peuvent être des signes révélateurs.

Quelques habitudes pour mieux traverser cette période :

- Profiter quotidiennement de la lumière naturelle.
- Sortir régulièrement à l'extérieur.
- Pratiquer une activité physique adaptée à ses capacités.
- Maintenir une routine de sommeil régulière.
- Adopter une alimentation équilibrée.
- Entretenir ses relations sociales.
- Prendre du temps pour gérer son stress.

Ces petits gestes peuvent contribuer au bien-être physique et psychologique, mais ne remplacent pas un traitement lorsque celui-ci est nécessaire.

Si les symptômes persistent ou nuisent à vos activités quotidiennes, n'hésitez pas à consulter un professionnel de la santé. Selon vos besoins, la luminothérapie, la psychothérapie ou certains médicaments peuvent être envisagés.

Rappelez-vous : prendre soin de sa santé mentale est aussi important que prendre soin de sa santé physique, peu importe la saison!

Source : Santé Québec, « Dépression saisonnière : Quoi faire? », 5 octobre 2026.
Adresse Web : https://sante.quebec/actualites/nouvelles/depression-saisonniere-quoi-faire/

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

Urbanisme

PROTÉGER NOS LACS ÇA COMMENCE SUR NOS TERRAINS.

Les lacs et les cours d'eau font partie de la richesse de notre territoire. Ils contribuent à la qualité de notre environnement, au plaisir de profiter de la nature ainsi qu'à la beauté de nos paysages. Leur protection est toutefois une responsabilité collective à laquelle chaque propriétaire riverain doit contribuer.

De plus, chaque propriétaire qui offrent leur résidence en location court terme doivent également s'assurer d'informer leurs locataires des règles à suivre afin de contribuer à la protection des rives et de l'environnement.

Pourquoi la bande riveraine est-elle si importante?

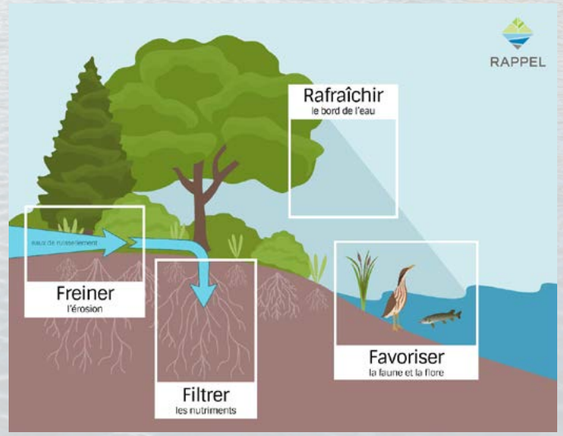
La bande riveraine est une zone de végétation située au bord d'un lac ou d'un cours d'eau. Les arbres, arbustes ainsi que les plantes qui la composent jouent plusieurs rôles essentiels soit : en limitant l'érosion des berges, en filtrant une partie des polluants transportés par l'eau de pluie en plus de contribuer à la préservation des habitats fauniques. C'est pourquoi les interventions dans cette zone sont encadrées par des règles environnementales, municipales et provinciales.

Que peut faire chaque citoyen?

Conserver la végétation naturelle, éviter de mettre le sol à nu sans barrière à sédiments et favoriser la régénération des plantes indigènes sont des gestes concrets et facile qui contribuent à la santé de nos lacs. Selon la nature des travaux envisagés, des autorisations sont nécessaires. Donc, avant d'entreprendre des travaux, il est très important de toujours vérifier les règles applicables auprès du Service de l'urbanisme de la Municipalité.

Protéger nos rives, c'est investir dans la qualité de notre environnement et préserver ce patrimoine naturel pour les générations futures.

Un lac en santé c'est l'affaire de tous!



La recette du mois

CÔTELETTES À LA MIJOTEUSE

Source : Les Recettes des Fermières du Québec



INGRÉDIENTS

- 8 côtelettes de porc avec ou sans os
- ½ tasse de cassonade
- 1 pot de sauce VH pour côtes levées
- ¼ tasse de ketchup rouge
- ¼ tasse de sauce soya
- ¼ c. à thé de poudre d'ail

PRÉPARATION

Mettre tous les ingrédients dans la mijoteuse.

Ajouter les côtelettes et fermer le couvercle.

Il est important de ne pas ouvrir le couvercle durant la cuisson, on perd 15 minutes de cuisson.

Cuire 6 heures à haute intensité (high).

Bon appétit!

TRUC

Enveloppez vos céleris dans du papier aluminium avant de les mettre au frigo et ils resteront frais pendant des semaines.

MOT DU CLUB FADOQ ST-DANIEL

CÉLINE LESSARD, PRÉSIDENTE

Remerciements : toute l'équipe du Club FADOQ St-Daniel vous remercie pour votre présence à notre brunch du 25 octobre dernier. Votre présence fut grandement appréciée. Nous tenons à remercier aussi tous nos commanditaires ainsi que tous nos bénévoles qui ont fait de cette journée une super réussite.

Déjeuner amical de l'automne : notre deuxième déjeuner sera **mercredi le 11 novembre dès 9h00** au restaurant Victoria de Thetford.

Après-midis jeux : n'oubliez pas nos jeux **tous les mardis à 13h00** au sous-sol de l'église. Venez vous amusez, ça nous fera plaisir de vous voir.

Viactive (par le Club FADOQ) : **tous les lundis à 13h30** au sous-sol de l'église. C'est ouvert à tous même si vous n'êtes pas venu dès le début, vous pouvez vous joindre au groupe. Dates : les 2-9-16-23-30 novembre.



MOT DU CLUB FADOQ ST-MÉTHODE

RITA VIGNEAULT, SECRÉTAIRE

Activités à venir :

Lundi les 2-9-16-23 et 30 novembre 2026 à 13h00 : **Cerveaux actifs** à la salle Bernardin-Hamann

Mardi les 3-10-17 et 24 novembre 2026 à 13h30 : **Un temps pour soi** à la salle Bernardin-Hamann

Mercredi 11 novembre à 11h30 : **Dîner jasette** au Bistro des Origines

Jeudi les 5-12-19 et 26 novembre 2026 à 9h00 : **Viactive** au gymnase du complexe sportif

Mercredi 25 novembre 2026 à 13h00 : **après-midi de jeux** à la salle Bernardin-Hamann

---

Depuis septembre nos cours de Cerveaux actifs sont repris mais il n'est pas trop tard pour vous joindre au groupe. L'inscription est de 30 $ pour 12 semaines Info : Rita Vigneault au 418 422-2067 ou par courriel à : ritavrheaume@ hotmail.com

Le cours de Viactive est recommencé mais vous pouvez vous joindre au groupe quand vous voulez, simplement vous rendre au gymnase du complexe sportif le jeudi à 9h00.

C'est ouvert à tous et c'est gratuit!

Aussi Un temps pour soi tous les mardis de 13h30 à 15h30. Vous pouvez rejoindre le groupe dès maintenant et c'est aussi gratuit!

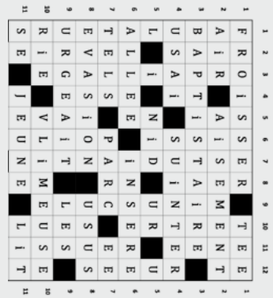
Si vous avez des suggestions pour d'autres activités n'hésitez pas à communiquez avec Rosianne Perreault 418 422-2974. Les membres du bureau de direction sont attentifs à toutes vos suggestions et commentaires pour rendre votre club plus dynamique.

Nous sommes 271 membres présentement. C'est à 50 ans qu'on peut prendre notre carte FADOQ et profiter de tous ses avantages. La carte de membre est à 30 $ pour un an et 55 $ pour 2 ans. Bienvenue à tous!

Merci de nous aider à revitaliser notre club, vous êtes essentiels!

SOLUTION
SUIVEZ LE GUIDE DU CŒUR
RÉPONSE : VALENTINE – 3 W - N

SOLUTION
MOTS CROISÉS PAGE 18















Rendez-vous municipal

LE CONSEIL EN BREF OCTOBRE 2026

AFFAIRES DU CONSEIL, ADMINISTRATION GÉNÉRALE ET RESSOURCES HUMAINES

- Avis de motion et dépôt du projet de règlement #326-26 afin d'encadrer l'attribution et l'exécution des contrats municipaux.
- Avis de motion et dépôt du projet de règlement #327-26 prévoyant une dépense et un emprunt de 104 600 $ pour financer des travaux de réaménagement d'une partie de la rue des Lilas (chemin Turmel), remboursés par une taxe de secteur.
- Adoption des modifications au code d'éthique et de déontologie des élus afin de le rendre conforme aux dispositions législatives applicables.
- Adoption d'une modification au règlement sur les animaux permettant au refuge animalier désigné par la Municipalité d'établir le prix de la licence pour chien.
- Mandat de vérification et préparation des états financiers donné à Groupe RDL pour des honoraires respectifs de 27 500 $, 28 500 $ et 29 995 $ pour les trois prochaines années.
- Adoption du budget révisé 2026 de la Société d'habitation du Québec et autorisation d'un paiement supplémentaire de 344 $ pour ajuster la contribution municipale.
- Le conseil autorise la vente du camion Paystar 2007 (coûts d'entretien élevés) et mandat au Service des travaux publics pour effectuer les démarches nécessaires.
- Renouvellement de l'adhésion à l'Union des municipalités du Québec pour 2027 (1 893 $).
- La Municipalité prendra en charge, au lieu de la MRC des Appalaches, l'ensemble des activités de prévention incendie sur son territoire à compter du 1er janvier 2027 et entreprendra les démarches nécessaires.

URBANISME, ENVIRONNEMENT ET DÉVELOPPEMENT

- Dérogations mineures :

- autorisée pour 470, route 267 pour la construction d'une résidence dans un dôme métallique;

- autorisée pour le 59, chemin du Lac-Bolduc pour la construction d'une résidence;

- autorisation partielle pour le 14-7, chemin du Versant afin de permettre la construction d'une galerie pour un mini-chalet.

- PIIA approuvés pour les 1140, route du Lac-du-Huit; 22, chemin du Plateau; 24, chemin du Plateau; 2, chemin du Versant; 58, chemin du Versant.
- Confirmation de la participation d'Adstock au projet régional de stations de lavage d'embarcations et de descentes de bateaux automatisés au Grand lac Saint-François, en collaboration avec quatre municipalités et le Parc national de Frontenac.
- Le conseil appuie la demande du Dépanneur St-Daniel auprès de la Société des alcools du Québec pour que le secteur de Saint-Daniel soit évalué comme zone admissible à une agence SAQ.

INFRASTRUCTURES MUNICIPALES ET TRAVAUX PUBLICS

- Recommandation de paiement #1 de pour les travaux de réfection de la voirie et de remplacement de ponceaux du chemin J.-E.-Fortin (73 644 $).
- Recommandation de paiement #1 pour les travaux de réfection du barrage du lac du Huit (236 582 $).
- Recommandation de paiement #1 pour les travaux de réfection de la route du Mont-Adstock (383 473 $). Autorisation d'une directive de changement en raison de la présence de sol amianté devant être disposé (139 204 $).
- Adoption de la liste des voies de circulation dont la Municipalité assurera l'entretien automobile et autorisation donnée à la trésorière adjointe à octroyer et à signer les contrats de déneigement nécessaires pour la saison hivernale 2026-2027.
- Autorisation donnée au propriétaire du 6, rue Patrice à faire modifier son entrée de services dans l'emprise municipale par un entrepreneur compétent, à ses frais et selon certaines conditions.
- Le conseil autorise l'installation d'une ligne électrique à la limite de l'emprise du rang McCutcheon et consent une servitude pour son installation et son entretien, sous certaines conditions d'implantation.
- Autorisation de signature d'une entente avec Saint-Joseph-de-Coleraine (rang B) pour assurer l'entretien hivernal d'une portion du chemin des Cerfs pendant les saisons 2026-2027 à 2028-2029.
- Dépense autorisée pour remplacer le niveau laser rotatif et son trépied utilisé par les travaux publics (3 349 $).
- Demande au ministère des Transports et de la Mobilité durable de procéder à l'installation ou d'autoriser la Municipalité à installer deux panneaux de signalisation sur la route 269, à la hauteur du 1186, afin d'améliorer la sécurité routière.

SÉCURITÉ PUBLIQUE

- Lancement d'un appel d'offres public pour l'acquisition d'un camion autopompe et de ses équipements afin de remplacer le véhicule actuel.

LOISIRS, CULTURE ET VIE COMMUNAUTAIRE

- Le conseil autorise l'achat de dix billets pour le brunch-bénéfice organisé par le Défi 4 Vents le 25 octobre 2026 au profit du Centre de stimulation l'Intercom.
- Dépense autorisée pour remplacer un défibrillateur municipal dont la durée de vie théorique est dépassée (2 067 $).

AFFAIRES DIVERSES

- Affichage d'un poste de préventionniste à temps partiel au Service de sécurité incendie.

CHIENS EN LAISSE : UN RAPPEL POUR LA SÉCURITÉ DE TOUS!

La Municipalité d'Adstock rappelle aux propriétaires de chiens l'importance de garder leur animal en laisse lors des promenades et des déplacements dans les lieux publics.

Au Québec, la réglementation provinciale prévoit qu'un chien doit être tenu en laisse dans un endroit public. Les chiens de 20 kg et plus doivent également porter un licou ou un harnais attaché à leur laisse.

Même si votre chien est sociable et obéissant, il peut avoir des réactions imprévisibles en présence d'autres animaux, de piétons ou de cyclistes. Le tenir en laisse permet de prévenir les incidents et d'assurer une cohabitation harmonieuse.

En respectant ces règles, vous contribuez à la sécurité et à la tranquillité de tous les citoyens.



CONSOMMATION ÉCORESPONSABLE DE L'EAU POTABLE

Le manque de précipitations observé depuis plusieurs mois commence à se faire sentir dans plusieurs municipalités du Québec, y compris dans notre région. Certaines d'entre elles doivent même être ravitaillées par camion pour assurer leur approvisionnement en eau potable.

Même si la situation demeure stable à Adstock, il est important de préserver cette ressource essentielle afin d'éviter d'éventuelles pénuries.

La Municipalité invite donc les citoyens à adopter une consommation écoresponsable au quotidien :

Mesures responsables à mettre en place

- Reporter le remplissage des spas et barils.
- Limiter le temps de douche.
- Fermer le robinet pendant le brossage des dents ou la vaisselle.
- Utiliser la laveuse et le lave-vaisselle seulement à pleine charge.

Interdictions à toute personne

- D'arroser des pelouses, des arbres et des arbustes.
- De procéder au remplissage des piscines.
- De laver les véhicules.
- De laver les entrées ou les bâtiments.

Chaque geste compte pour préserver nos réserves et éviter que notre communauté se retrouve dans la même situation.

Merci à tous ceux qui font preuve de vigilance et de responsabilité, ensemble, protégeons notre ressource la plus précieuse.

SÉCURITÉ ROUTIÈRE : UNE DÉMARCHE POUR RENFORCER LA SÉCURITÉ DE NOS MILIEUX DE VIE

La sécurité des usagers de la route est une priorité pour la Municipalité d'Adstock. Afin de favoriser des milieux de vie plus sécuritaires et paisibles, la Municipalité s'est dotée d'un cadre d'intervention pour encadrer les demandes d'implantation de mesures d'atténuation de la vitesse sur son réseau routier.

Cette démarche vise à assurer une évaluation équitable et transparente des demandes citoyennes, tout en favorisant une meilleure cohabitation entre les automobilistes, les cyclistes et les piétons.

Quels secteurs peuvent faire l'objet de demandes?

Une attention particulière est accordée aux secteurs situés près des écoles, des parcs, des garderies et des résidences pour personnes aînées, ainsi qu'aux corridors scolaires. Les rues locales des villages, les chemins publics autour des lacs et le pôle récréotouristique du Mont Adstock sont également visés, à l'exception des routes sous la responsabilité du ministère des Transports.

Quelles mesures peuvent être mises en place?

Selon la problématique observée, différentes interventions peuvent être envisagées : installation de balises, de ralentisseurs de vitesse, de radars pédagogiques, amélioration de la signalisation ou aménagements visant à réduire la largeur des voies de circulation.

Comment soumettre une demande?

Les citoyens qui souhaitent demander l'implantation d'une mesure d'atténuation de vitesse doivent transmettre une demande à la Municipalité par écrit ou en remplissant le formulaire en ligne.

La demande doit être accompagnée d'une pétition démontrant l'appui d'au moins 66 % des résidents de la rue ou du secteur, lorsque la rue concernée constitue l'unique accès à d'autres rues. Un citoyen responsable doit également être désigné pour assurer le suivi avec la Municipalité.

Chaque demande fait ensuite l'objet d'une analyse technique. Le dossier est ensuite soumis à la Commission des infrastructures et des travaux publics, qui formule une recommandation au conseil municipal.

L'objectif : intervenir là où les besoins sont démontrés, en privilégiant des solutions adaptées à la réalité de chaque secteur et à la sécurité de tous.

Pour obtenir davantage d'information ou soumettre une demande, consulter le www.adstock.ca ou communiquez avec la Municipalité au 418 422-2135.

Exemples de mesures d'atténuation de vitesse

- Balise de type Pedzone
- Bollards
- Dos d'âne
- Marquage au sol réduisant la largeur des voies de circulation
- Optimisation de la signalisation
- Radar pédagogique permanent
- Réduction de la largeur de la chaussée
- Aménagements paysagers et mobilier urbain
- Saillie de trottoirs
- Toute autre aménagement ayant prouvé leur efficacité

NOUVELLE GARANTIE GRATUITE

Depuis le 5 octobre dernier, de nombreux électroménagers et appareils électroniques neufs sont couverts par une garantie de bon fonctionnement. Cette nouvelle garantie, prévue par la Loi sur la protection du consommateur, est mise de l'avant dans la campagne d'information « Des appareils qui marchent » de l'Office de la protection du consommateur.

Pourquoi en parler?

La garantie est gratuite.

Elle s'applique automatiquement à 14 types de bien différents dont les réfrigérateurs, laveuses, sécheuses, lave-vaisselle, ordinateurs, téléphones cellulaires, etc.

Elle a une durée fixe, variant de 3 à 6 ans selon le bien.

Durant cette période, le consommateur peut demander la réparation gratuite de son bien en cas de mauvais fonctionnement.

Le commerçant comme le fabricant est responsable d'honorer la garantie.

En somme, cette nouvelle protection encourage la réparation des biens – ce qui est bénéfique d'un point de vue économique et environnemental – tout en maintenant la possibilité, pour le consommateur, de recourir aux autres garanties légales (qui prévoient, notamment, qu'un bien doit pouvoir servir à un usage normal pendant une durée raisonnable).

Info : Site Internet : Québec.ca/garantie-bon-fonctionnement



LA VERSION DU FROMAGE

MARIE-RACONTE, mcp20102010@hotmail.fr

Gouda, c'est moi
Le fromage, le roi
Accidentellement jeté au rebus
Avec une pomme de laitue
Je cherche en vain, une autre issue
Un nouveau menu
Coup d'État, me revoilà
Dans un sous-bois

Coincé dans le bec
D'un oiseau noir sans crête
Appuyé sur une branche de sapin
Un beau dimanche matin
Au même moment, une tête rousse
Présente sa jolie frimousse
Pointant son museau
Vers moi, là-haut

Me renifle, ça doit
Délectable Gouda !
S'adresse à l'oiseau noir
Causant de désespoir
Je sens la ruse et son désir
Le corbeau hésite et soupire
Va-t-il résister à mon odeur,
À mon charme et ma candeur ?

Le bec s'ouvre, c'est l'émoi
Je reprends mes droits
Le chant du corbeau
Me libère du bourreau
La gravité, je descends
Vite un vin blanc
J'essaie d'ouvrir mon parachute
Une gueule dentée freine ma chute

Ça y est, j'explose !
C'est l'apothéose
Le renard, ce grand charmeur
Goûte enfin au bonheur
Croquant et doux à la fois
Quelle belle fin pour moi, Gouda
C'est indiscutable
Je ferai partie d'une fable

EXCAVATION RODRIGUE S.ENC.
RBQ: 2323-9106-76

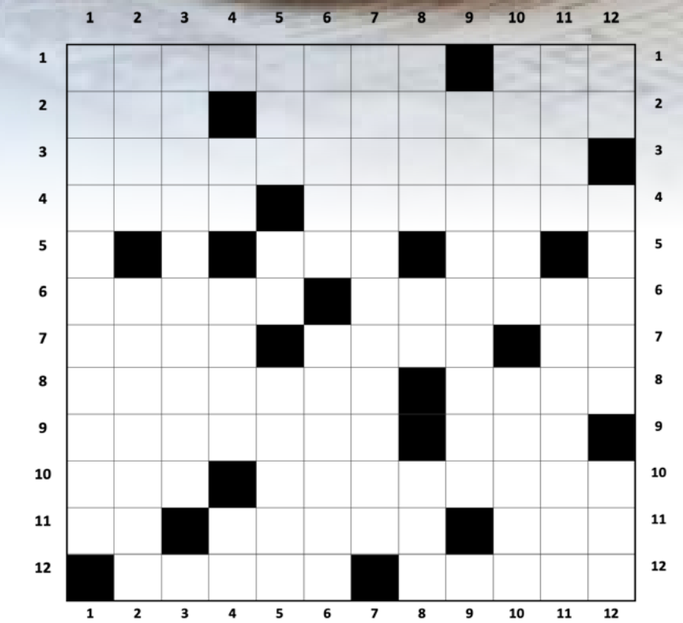
Julien Paquet
418 334.7401
j.paquet@excavationrodrigue.ca

Samuel Francoeur
418 334.4317
s.francoeur@excavationrodrigue.ca

45, Notre-Dame Sud, Adstock (Qc) G0N 1S0

MOTS Croisés

Une collaboration de Claude Trépanier



Jeux

HORIZONTALEMENT

1. Offusquer – Se fiche par terre
2. Pièce musicale – Simplement
3. Où l'on consigne les baptêmes
4. Portai jusqu'à la fin – Exsuder
5. Abri d'oisillons – Abraham y serait né
6. Voie bordée d'arbres – Intercale
7. Semblables – Lieu clos – Mariée sans mari
8. Moment de distraction – Droit de propriété
9. Pressait – Article pluriel
10. Forme de rire – Sournoise, espiègle
11. Pour soi – Grève de la faim – On s'y repose
12. Plein aux as – Fraîcheur du matin

VERTICALEMENT

1. Mythomanes
2. Vallées marines – Chien très rapide
3. Exploitation artisanale de l'or
4. Titane – Croc à viande – Jésus-Christ
5. Primate barbu – Arrivé – Variante de Yahvé
6. Impératrice d'Autriche – Chevelue
7. Relatif à la vie étudiante
8. Bramai – New Richmond – La grande bleue
9. Petit, petit, petit
10. Butte – Privés de compagnie
11. Héros de Troie – Menée à bien
12. Lie – Mouvements de foule – Manière d'être

SUIVEZ LE GUIDE DU CŒUR

En suivant les instructions à la lettre, trouvez le mot caché et, identifiez la position de la lettre ainsi que la lettre remplaçant le cœur…

	W	X	Y	Z
1.	B	C	I	R
2.	E	O	A	T
3.	♡	N	E	F
4.	P	V	U	G
5.	L	H	D	O

	Lettre	Position
1. La première lettre est …..	V	4 X
2. Déplacez de 1 pas vers la droite et de 2 pas vers le haut	____	____
3. Déplacez de 3 pas vers le bas et de 2 pas vers la gauche	____	____
4. Déplacez de 3 pas vers le haut	____	____
5. Déplacez de 1 pas vers la droite et de 1 pas vers le bas	____	____
6. Déplacez de 1 pas vers le haut et de 2 pas vers la droite	____	____
7. Déplacez de 1 pas vers le haut et de 1 pas vers la gauche	____	____
8. Déplacez de 2 pas vers la gauche et de 2 pas vers le bas	____	____
9. Déplacez de 2 pas vers la droite	____	____

Petites annonces



À vendre : lot simple au cimetière St-Méthode pour 1 cercueil et 4 urnes ou 10 urnes sans cercueil. Terrain sans pierre dessus. Prix demandé 750 $ taxes incluses valeur de 1 200 $. Entretien payé jusqu'en 2053.

Info : 514 835-0917.

Service d'accompagnement-transport à St-Méthode pour des raisons médicales (65 ans et +).

Info: Madeleine Nadeau 418 422-5704.

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

Info: Rita Grenier 418 422-2455







Appels d'offres

Projet	Numéro	Dépôt des soumissions*
Acquisition d'un camion autopompe et de ses équipements	2026-032	20 nov. 2026, avant 11 h

* Date et heure de la réception des soumissions ou réponses, heure en vigueur localement.

Avis aux soumissionnaires
Les avis, documents d'appel d'offres, termes et résultats sont disponibles au seao.gouv.qc.ca ou au 1 866 669-7326, selon les tarifs du Système électronique d'appel d'offres du gouvernement du Québec.

Adstock Municipalité



Le rassembleur

NOVEMBRE 2026

DATE DE TOMBÉE POUR L'ÉDITION DE DÉCEMBRE : **15 NOVEMBRE**

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

LÉGENDE

Récupération · Ordures · Bibliothèque · CORA · FADOQ · Activités précisées au bas de la grille · Jeux St-Daniel à 13h00 · Conseil municipal · Fermières SCDM



1 **[Dimanche] CHANGEZ D'HEURE ET DE PILES!**
Dans la nuit du 31 octobre au 1er novembre, nous reculerons l'heure d'une heure pour passer à l'heure normale de l'Est.
Le Service de sécurité incendie d'Adstock profite de ce moment pour rappeler aux citoyens qu'il est essentiel de vérifier le bon fonctionnement de leurs avertisseurs de fumée et d'en remplacer la pile si nécessaire.
Un avertisseur de fumée a une durée de vie d'environ dix ans, qu'il soit à pile ou électrique. Pour vous assurer qu'il fonctionne adéquatement, maintenez le bouton de test ou soufflez la fumée d'une chandelle éteinte près de l'appareil. Si votre système est relié à une centrale d'alarme, communiquez avec votre fournisseur avant de procéder au test afin d'éviter tout déclenchement inutile.
Ce geste simple, mais essentiel, peut sauver des vies.

8 **[Dimanche] 13h00; CORA** : Activité familiale. Bienvenue à tous !

9 **[Lundi] 19h30 : conseil municipal** à l'Édifice Bernardin-Hamann

10 **[Mardi] 18h30 :** réunion des **Fermières de SCDM**

11 **[Mercredi] Jour du souvenir**
9h00: déjeuner amical de la **FADOQ St-Daniel** au restaurant Victoria de Thetford
11h30 : dîner jasette de la **FADOQ St-Méthode** au Bistro des Origines
13h00 : CORA : conférence à déterminer à salle 125 de la Maison de la culture. Jus et café seront servis, apportez votre tasse.

14 **Balisage des propriétés**

15 **[Dimanche] 8h00-12h30** : Brunch de **l'Entraide** à la salle Desjardins
9h00-16h00 : Marché de Noël au gymnase du complexe sportif

24 **[Mardi] 19h00** : l'**Association d'horticulture de Thetford Mines** présente une conférence intitulée: Montage décoration de Noël par Josianne Houde, Jardinerie Fortier, à la Maison de la culture de Thetford Mines, local 125. Coût pour les non-membres: 7 $. Information: Paule Bizier, présidente 418 331-2770

25 **[Mercredi] 13h00** : après-midi de jeux de la **FADOQ St-Méthode** à l'Édifice Bernardin-Hamann
19h00 : Assemblée générale annuelle de la **Coopérative multiservices de Sacré-Cœur-de-Marie** à la salle multifonctionnelle de Sacré-Cœur-de-Marie. Prix de présence. Bienvenue à tous! Ginette Gravel

28 **[Samedi] 18h00** : Souper méchoui du **Club Chasse et Pêche** à la salle Desjardins