



Saint-Zéphirin
de Courval

Le Bulletin Municipal

Volume No 120 SEPTEMBRE 2024

LA CORPORATION DES LOISIRS
DE SAINT-ZÉPHIRIN VOUS PRÉSENTE



MYTHES ET LÉGENDES

AU FESTIVAL TRAD
SAMEDI 23 NOVEMBRE 2024, 20 H

CENTRE COMMUNAUTAIRE
950, RUE DES LOISIRS
SAINT-ZÉPHIRIN-DE-COURVAL
450-564-2188

Vente de boissons sur place
au profit des loisirs de Saint-Zéphirin

BILLET 35\$ EN PRÉVENTE
BILLET 40\$ À L'ENTRÉE

Vous pouvez vous procurer
des billets auprès:
Chantal St-Cyr
Robert (Bob) Dionne
et au bureau municipal

LE COMITÉ DES LOISIRS EST LA RECHERCHE
D'ACTEURS-BÉNÉVOLES POUR LE SENTIER
HANTÉ DE SAINT-ZÉPHIRIN LES SOIRÉES DU
30 ET 31 OCTOBRE



POUR PLUS DE DÉTAILS, CONTACTER
GRÉGORY LEMOYNE 819-469-5190

Le conseil vous informe
Vie municipale & communautaire
Questions & Réponses
Célébrations & Décès
RIGIDBNY
Mot de la FADOQ

p. 2
p. 3-7
p. 3
p. 4
p. 6
p. 8



ÉLECTION
6 octobre



SUIVEZ-NOUS SUR FACEBOOK !
VOTRE BULLETIN CONTIENT
D'AVANTAGE DE PAGES !

@Municipalité
Saint-Zéphirin



CORRESPONDANCE DU MOIS

Du ministère des Transports: Programme d'aide à la voirie locale – Volet Projets particuliers d'amélioration Circonscription électorale de Nicolet-Yamaska, nous avons reçu la confirmation d'une aide financière de 14 050 \$ pour des travaux d'amélioration des routes de la municipalité.

ADOPTION RÈGLEMENT #07-2024 RELATIF À L'OCCUPATION, LA SALUBRITÉ ET L'ENTRETIEN DES BÂTIMENTS

Ce règlement par les normes et les mesures la Municipalité peut contrôler les situations de vétusté ou de délabrement des bâtiments situés sur son territoire et forcer les propriétaires de bâtiment à entretenir leur propriété.

ADOPTION RÈGLEMENT #08-2024 SUR L'EXERCICE DU DROIT DE PRÉEMPTION SUR UN IMMEUBLE DU TERRITOIRE

Ce règlement permet à la municipalité en vertu des articles 1104.1.1 et suivants du Code municipal du Québec (RLRQ, ch.C-27.1) d'avoir un droit de préemption qui peut être imposé et exercé afin d'acquérir des immeubles à des fins municipales.

SECOND ROJET DE RÈGLEMENT #06-2024 – MODIFIANT LE RÈGLEMENT DE ZONAGE #06-2015 POUR ENCADRER L'IMPLANTATION D'ÉOLIENNES SUR LE TERRITOIRE DE LA MUNICIPALITÉ

La municipalité applique sur son territoire un règlement de zonage et qu'il apparaît nécessaire d'apporter des modifications à ce règlement selon les pouvoirs qui lui sont attribués par la *Loi sur l'aménagement et l'urbanisme*.

Un avis de motion a été dûment donné avec présentation d'un PREMIER projet de règlement lors de la séance ordinaire du Conseil tenue le 10 juillet 2024 par la conseillère Mme Sylvie Jutras. Un SECOND projet de règlement a été déposé à la séance ordinaire du 9 septembre 2024.

Le conseil a adopté le SECOND projet de Règlement portant le numéro 06-2024 modifiant le Règlement #06-2015 pour encadrer l'implantation d'éoliennes sur le territoire de la municipalité.

MODIFICATION PL 42 POLITIQUE DE PRÉVENTION ET DE LA PRISE EN CHARGE DES SITUATIONS DE HARCÈLEMENT, DE VIOLENCE ET D'INCIVILITÉ AU TRAVAIL

Le conseil adopte la mise à jour de sa Politique de prévention et de prise en charges des situations de harcèlement, de violence et d'incivilité au travail.

OCTROI DE CONTRAT DE DÉNEIGEMENT CHEMINS D'HIVER SAISON 2024-2025

Le contrat pour l'entretien des chemins d'hiver pour la saison 2024-2025 au plus bas soumissionnaire conforme est attribué à Jacques Dujardin au montant de 96 680.90 \$ incluant les taxes.

OCTROI DES CONTRATS DE DÉNEIGEMENT DES STATIONNEMENTS SAISON 2024-2025

La municipalité retient les services pour le déneigement du stationnement du centre communautaire ainsi que la rue Des loisirs au plus bas soumissionnaire conforme soit à Électri-Marc inc. au montant de 4 943.93 \$ incluant les taxes.

Aussi, les services des Entreprises Yvan Laforce inc. pour l'option 2 soit le déneigement des stationnements de la mairie, garage municipal, des locaux communautaires, la caserne, des bornes incendie et le chemin menant à la station de pompage ont été retenus au montant de 13 854.48 \$ incluant les taxes.

ADOPTION DES COMPTES À PAYER ET DES SALAIRES PAYÉS POUR LE MOIS

La liste des comptes et des salaires à payer pour le mois d'août 2024 s'élève à un montant de 96 695.10 \$.



**SÉANCE DU
CONSEIL
MUNICIPAL**

Lundi **7 octobre** 2024 – 20 h



QUESTIONS ET RÉPONSES

Voici les réponses aux questions posées lors des deux périodes de question de la séance du 9 septembre 2024. Veuillez prendre note que tous les commentaires et les préambules avant la question n'ont pas été notés, seules les questions sont notées. L'enregistrement audio est accessible sur la plateforme web de la municipalité au www.saint-zephirin.ca.

Q. : Pour l'Écocentre, pourquoi ont restreint à trois jours semaine : le jeudi, le vendredi, le samedi?

R. : Au début on voulait que tous les petits Écocentres soient tous ouverts en même temps dans Nicolet-Yamaska-Bécancour. C'était le but d'être ouvert en même que Sainte-Eulalie et de Manseau.

Q. : Il ne serait pas possible que se soit ouvert du lundi au samedi pour aller porter nos déchets de jardin car ça pue.

R. : C'est déjà les samedis de 9 h à 15 h.

Q. : Une question sur le conseil du mois passé : Pourquoi avoir enlevé les rapports des différents comités?

R. : Suite à la rencontre avec le MAMH il nous a été fortement recommandé d'enlever ça car c'était une chose à chicane. Nous l'avons au caucus ce rapport là.

2^e période de questions :

Q. : Par rapport au règlement, j'ai pas l'autre avec moi, je l'ai oublié. Est-ce que la distance de 1 500 mètres ça pas été changé ?

R. : Non.

Q. : Pourquoi ?

R. : Parce qu'on jugeait que le règlement comme ça est pertinent. On a décidé d'aller de l'avant comme ça.

Q. : Les gens qui se sont manifestés un peu lors de la rencontre du 19 août à la rencontre tous semblaient être mettre ça uniforme à tout le monde à 1 500, ça vous interpelle pas ?

R. : Non parce qu'il y en a plusieurs qui ne sont pas venus au micro pour dire «Chu pas d'accord» et qui étaient d'accord avec le 1 200. Quand t'es d'accord, tu vas aller dire quoi au micro. Mais on va respecter le choix des gens. S'il est refusé, il est refusé.

Q. : Il y a de l'ambiguïté avec ça. Les gens s'ils le refusent. Là on est avec le RCI qui est moins sévère ?

R. : On verra. Je ne suis pas capable de parler pour tout le monde.

Q. : Est-ce que pour le décompte du garage, est-ce possible de faire quelque chose dans le bulletin municipal car les gens de la municipalité pensent que c'est tout eux-mêmes qui paient ça ? Peut-être faire un rappel ?

R. : Oui, on pourra faire un rappel du montant de la subvention. Ça va être marqué dans le Rapport du maire, c'est à la fin de l'année. Il faut que les gens lisent les documents qu'on leurs transmet. Au lieu de dire que l'on transmet pas l'information, tu peux les informer de lire les documents qu'on leurs transmet. Dans le Rapport du maire les contrats sont marqués, les subventions sont marquées, tout est marqué dessus.

Q. : Sur la feuille que nous avons reçu (Étapes : Règlement n° 06-2024 (L'implantation d'éoliennes)), l'étape 7, il d'écrit « 8 jours pour déposer une demande de participation référendaire ».

R. : La date, on l'a pas encore. C'est pas le 8^e jour du mois d'octobre, c'est suivant la date. Sur la lettre il est dit que tant que l'Avis public n'a pas été fait pour dire qu'on vient d'adopter le second projet de règlement, vous faites rien. Aussitôt que l'avis public va être déposé, si vous vous opposez au règlement, vous avez 8 jours pour déposer une demande de participation référendaire.

Q. : Les avis publics sont publiés ici, sur le site Internet de la municipalité. Est-ce que vous allez aussi la mettre sur facebook, juste pour dire qu'il y a un avis public ?

R. : Ça pourrait être fait mais je privilégie le bulletin municipal. Oui on peut le faire mais par règlement il y a 2 endroits où je dois absolument publier.

Q. : Est-ce que l'avis peut être envoyé par la poste ?

R. : Non, on n'envoie pas ça par la poste.



[Consultez la marche à suivre](#)

AVIS CONCERNANT L'ENDROIT où siégeront les commissions de révision

Municipalité

SAINT-ZÉPHIRIN-DE-COURVAL

Date du scrutin

2024 10 06

Année Mois Jour

La ou les commissions de révision siégeront aux endroits, jours et heures suivants:

Jour (date)	Heures	Adresse	Numéros des sections de vote rattachées à cette commission
2024-09-23	De 19 h à 22 h	1232, Rang Saint-Pierre,	De 73 à 74
	De à		De à
	De à		De à
	De à		De à
	De à		De à
	De à		De à
	De à		De à
	De à		De à
	De à		De à
	De à		De à
	De à		De à
	De à		De à

SIGNATURE

Helène Cleese

Président(e) d'élection, greffier(-ière) ou secrétaire-trésorier(-ière)

2024-09-09

Année Mois Jour

SMR-15.1 (21-06)

Loi sur les élections et les référendums dans les municipalités, articles 112, 113 et 122



Horaire des célébrations

(Centre communautaire, 950, rue des Loisirs)

Dimanche 15 septembre ADACE 9 h 30

Dimanche 6 octobre ADACE 9 h 30

Dimanche 22 septembre Messe Baie-du-Febvre 9 h 30

Dimanche 29 septembre Messe La Visitation 9 h 30

Dimanche 6 octobre Messe St-Elphège 9 h 30

Dimanche 13 octobre Messe Ste-Monique 10 h 45





Avis public de révision de la liste électorale

Municipalité SAINT-ZÉPHIRIN-DE-COURVAL

Date du scrutin 2024-10-06

Par cet avis public, HÉLÈNE CHASSÉ présidente d'élection, annonce les éléments suivants aux électrices et aux électeurs de la municipalité.

1. La liste électorale a été déposée au bureau de la municipalité le 5 SEPTEMBRE 2024. Elle fait maintenant l'objet d'une révision.
2. Pour voter, vous devez être inscrite ou inscrit sur cette liste.
3. Vous avez le droit d'être inscrite ou inscrit sur la liste électorale si :
 - Le jour du scrutin, vous aurez 18 ans accomplis
 - Le **13 AOÛT 2024** :
 - vous aviez la citoyenneté canadienne
 - vous n'aviez pas perdu votre droit de vote à cause d'une tutelle
 - vous n'aviez pas été déclaré(e) coupable d'une manœuvre électorale au cours des cinq dernières années
 - De plus, vous deviez, le **13 AOÛT 2024**, remplir l'une des deux conditions suivantes :
 - Avoir votre domicile sur le territoire de la municipalité et, depuis au moins six mois, au Québec;
 - Depuis au moins 12 mois, être propriétaire d'un immeuble ou occuper un établissement d'entreprise situé sur le territoire de la municipalité

NOTE : Si votre domicile n'est pas dans la municipalité et que vous souhaitez exercer votre droit de vote, vous devrez transmettre une demande d'inscription ou une procuration, selon le cas, à la présidente ou au président d'élection.
4. Vous pourrez consulter la liste électorale et, si vous êtes une électrice ou un électeur domicilié dans la municipalité, présenter une demande d'inscription, de radiation ou de correction devant la commission de révision à l'endroit, aux jours et aux heures indiqués ci-dessous.

Adresse : 1232, Rang Saint-Pierre, Saint-Zéphirin-de-Courval, J0G 1V0

Jours et heures :

LUNDI 23 SEPTEMBRE 2024 - 19 H à 22 H

5. Toute personne qui souhaite demander l'inscription d'une personne domiciliée sur le territoire de la municipalité doit indiquer l'adresse précédente du domicile de cette personne et présenter deux documents : un qui indique le nom et la date de naissance de la personne et l'autre, son nom et l'adresse de son domicile.



Suite





VIE MUNICIPALE



6. Vous pouvez joindre la présidente ou le président d'élection (ou joindre son adjointe ou adjoint, le cas échéant) à l'adresse et au numéro de téléphone ci-dessous.

Présidente ou président d'élection

Adresse 1232, Rang Saint-Pierre, Saint-Zéphirin-de-Courval Québec J0G 1V0

Téléphone 450 564-2188

Adjointe ou adjoint

Adresse 1232, Rang Saint-Pierre, Saint-Zéphirin-de-Courval Québec J0G 1V0

Téléphone 450 564-2188

Signature

Donné à Saint-Zéphirin-de-Courval le lundi 9 septembre 2024.

Hélène Cleese

Présidente ou président d'élection

SM-15 (23-04)

Loi sur les élections et les référendums dans les municipalités, articles 47, 54, 125 et 133

Suite



VIE COMMUNAUTAIRE



Rejoignez la Ligue de Palet ! (schuffleboard) GRATUIT

La Ligue de Palet
débutera sous peu !

Ces rencontres
permettent de
sociabiliser et de vous
mettre en forme !

Vous êtes intéressé à
vous joindre à nous
comme joueur régulier
ou encore comme joueur
substitut, téléphoner au

450 564-2188

Tous les mardis de
13 h 30 à 15 h 30
au centre communautaire
950, rue des Loisirs

Du mardi
7 octobre 2024
jusqu'à la fin
mars 2025



Note: Le pickleball se
poursuivra à l'intérieur
lorsqu'il fera froid
lundi: 9 h - 11 h
Vendredi: 9 h - 11 h

Rencontre en relation d'aide

Je vous offre des rencontres pour cheminer vers un plus grand bien-être, plus de liberté et d'harmonie dans votre vie et dans vos relations avec les autres. Explorer certaines situations difficile à vivre, les peurs, les émotions ainsi que les croyances pour ainsi vivre aligné avec vos désirs et vos besoins et créer une transformation durable dans votre vie.

- Gestion des émotions et du stress
- Communication et confiance en soi
- Relation à soi et aux autres

Différentes techniques et outils sont proposés lors des rencontres.

France Coupal 819-818-4770
france.coupal@me.com

- Diplôme en Relation d'aide METC® de l'École Écoute Ton Corps
- Diplôme en Harmonisation Énergétique de l'école Anschma®

*** Des soins énergétiques sont aussi offert en rencontre individuelle ***



RIGIDBNY



**Encombrants
dernière fois
en 2024
26 septembre**





Saint-Zéphirin-de-Courval

Élection partielle municipale
du 6 octobre 2024

VOTRE DOMICILE N'EST PAS SITUÉ DANS LA MUNICIPALITÉ OU DANS LA MRC ?

Vous pourriez avoir le droit de voter si vous êtes **propriétaire d'un immeuble** ou si vous **occupez un établissement d'entreprise** dans la municipalité ou dans la MRC depuis le 13 août 2024 ou avant.

Vous pourriez avoir ce droit si vous êtes, par exemple :

- Propriétaire d'un immeuble à logements ;
- Copropriétaire d'un chalet ou d'une résidence secondaire ;
- Locataire d'un local commercial.

Pour avoir ce droit, vous devez avoir 18 ans ou plus le jour de l'élection et être de citoyenneté canadienne le 13 août 2024. Vous ne devez pas être sous curatelle ni être privé de vos droits électoraux à cette date.

Pour exercer votre droit de vote, vous devez transmettre une demande d'inscription à la liste électorale municipale, à la liste référendaire.

COMMENT FAIRE VOTRE DEMANDE

Le formulaire à remplir varie selon la personne qui fait la demande* :

- La ou le propriétaire unique d'un immeuble ou l'occupant unique d'un établissement d'entreprise doit remplir le formulaire SMR-9.2 ci-joint ;
- Les copropriétaires d'un immeuble ou les cooccupants d'un établissement d'entreprise doivent désigner une seule personne, parmi eux, qui sera inscrite sur la liste. Pour ce faire, ils doivent remplir le formulaire SMR-9.1, ci-joint.

Le formulaire rempli doit être transmis à l'adresse indiquée plus bas.

La demande d'inscription ou la procuration reste valide jusqu'à ce qu'elle soit remplacée ou retirée. Si vous souhaitez remplacer ou retirer une demande d'inscription ou une procuration existante, veuillez communiquer avec la présidente d'élection.

* Pour que la demande soit valide pour l'élection partielle de 2024, la municipalité doit la recevoir **au plus tard le dernier jour fixé pour présenter une demande de modification devant la commission de révision**. La présidente ou le président d'élection précisera cette date au cours des prochains mois.

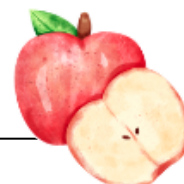
COORDONNÉES DE LA PRÉSIDENTE D'ÉLECTION

HÉLÈNE CHASSÉ
1232, RANG SAINT-PIERRE, SAINT-ZÉPHIRIN-DE-COURVAL J0G 1V0

450 | 564 | 2188

SM-8-VF (20-12)

Loi sur les élections et les référendums dans les municipalités, article 55.2





L'incroyable été humide 2024 est maintenant derrière nous. Déjà, le 7 septembre, nous avons commencé nos activités par un succulent méchoui. Nous étions 84 personnes sous les chapiteaux gracieusement offerts par la municipalité à nous régaler de cet excellent repas préparé pour nous par notre ami Yannick, notre « bien traiteur ».

D'abord, offrons nos meilleurs vœux d'anniversaire. À nos natifs et natives du mois d'août, car bien qu'en retard, nos vœux n'en sont pas moins sincères :

Lise Desruisseaux	Réjean Généreux	Daniel Lemire
Sylvain Côté	Lise Dionne	Gisèle Desrosiers
Daniel Gosselin	Richard Lemaire	Françoise Trépanier
Armand St-Cyr		

Puis à ceux et celles du mois de septembre :

Johanne Montminy	Claude Descoteaux	André Dionne
Yvon Coderre	Mathieu Lemire	Lise Tessier
Mireille Lemaire	Nicole Benoit	

Bonne fête, les ami(e)s ! Nous vous souhaitons tout le bonheur du monde ! Nous sommes heureux de tous vous compter parmi les membres de notre club.

Maintenant, nous désirons vous faire part de notre calendrier d'activités pour l'année :

ACTIVITÉ	LIEU	DATE
Un méchoui extérieur	L'ancien terrain de baseball	7 septembre
Pickleball et palet + pétanque les mercredis de l'été	Salle communautaire	2 fois par semaine
Un dîner spaghetti et Train mexicain en après-midi	Salle communautaire * Activité de financement	13 octobre
Un voyage en autobus	Casino de Montréal * Autobus offert gratuitement	9 novembre
Le spectacle d'Alain Choquette avec 5 à 7 et léger souper	Théâtre Belcourt de Baie-du-Febvre * Prix du billet de spectacle à la charge des participants, le léger souper est gratuit.	13 décembre
Un brunch	À L'Archange, St-Zéphirin	16 février
Un dîner de cabane à sucre	Ambiance idéal, Nicolet	21 mars
Un bingo intergénérationnel	Salle communautaire	Le mercredi de la semaine de relâche
Assemblée Générale Annuelle	Salle communautaire	26 avril

Nous tentons, cette année, de varier quelque peu le genre d'activités. Nous espérons que vous apprécierez ces nouveautés. Si vous désirez connaître l'horaire du palet et du pickleball, contactez France, notre secrétaire, au 450 564-1028. Pour les autres activités, nous vous contacterons. En attendant, prenez soins de vous et de vos proches. Que Dieu vous garde ! À la prochaine !





RIGIDBNY



Roulé et attaché
c'est certain que
je vais partir.



**Encombrants
dernière fois
en 2024
26 septembre**

CE QU'IL FAUT SAVOIR



• La collecte des encombrants se tiendra le même jour que votre collecte des ordures ou des matières recyclables, mais dans les 2 cas, elle s'effectue à partir d'un camion différent. Assurez-vous que vos encombrants soient positionnés à côté de votre bac et non devant, de sorte à permettre la vidange du bac.



• Gardez à l'esprit que le temps de transfert dans le camion doit être court et que le matériel doit pouvoir être chargé par deux (2) hommes. Les articles trop lourds ne seront pas collectés.



• Les articles disposés dans une remorque ou dans une boîte de camionnette ne seront pas ramassés.



• Pour vous départir d'un tapis ou d'une toile ceux-ci doivent être roulés, attachés et d'une longueur maximum 2,5 mètres.



• Rappelez-vous que certaines matières ne sont pas acceptées à cette collecte. Consultez les pages 4-5-6 pour être bien informé au préalable de la collecte relativement aux matières refusées.

ORDURES MÉNAGÈRES

SEPTEMBRE

D	L	M	M	J	V	S
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					

MATIÈRES RECYCABLES

OCTOBRE

D	L	M	M	J	V	S
		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	31		



VIE COMMUNAUTAIRE

**Jouer.
Épargner.
Grandir.**

Caisse scolaire

Accompagnez votre enfant dans son apprentissage de l'argent avec une foule d'outils et une nouvelle appli.

Rendez-vous sur
caissescolaire.com



Téléchargez
l'application

Vous désirez faire paraître vos activités, des remerciements ou de l'information?

Veuillez nous faire parvenir par courrier électronique l'information désirée à l'adresse suivante :
reception@saint-zephirin.ca

Date de tombée: le 5 du mois
Parution: 15 du mois.
Tirage : 315 exemplaires



MAINTENIR L'AUTONOMIE

17 septembre 2024

18 h 30 à 20 h

Maintenir l'autonomie de la personne aidée. Trucs et stratégies.

Il est précieux de pouvoir
préserver son autonomie.

Quand le corps peine à
assumer certaines fonctions,
il faut parfois recourir à une
assistance technologique
Les ressources ne cessent de
se multiplier. Comment s'y
retrouver en tant que
personne proche aidante ?

Présentation par

stagiaires

Clinique multidisciplinaire en santé
(UQTR)

Sur la plateforme Zoom, en simultané
à la maison ou aux locaux de l'organisme



<https://us02web.zoom.us/j/8198501968>

Pour plus d'information, contactez l'organisme de votre région

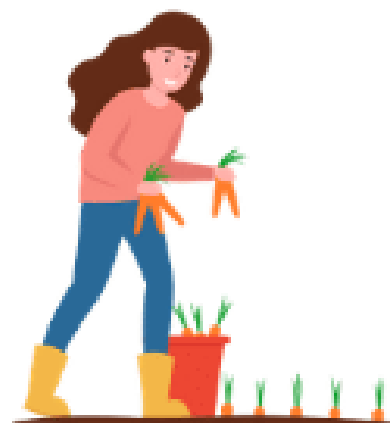
Association des proches aidants Arthabaska-Érable (819) 795-3577

Association des personnes proches aidantes Drummond (819) 850-1968

Association des personnes proches aidantes de Bécancour-Nicolet-Yamaska ... (819) 606-0076



appad
ASSOCIATION DES PERSONNES
PROCHES AIDANTES DRUMMOND





FORMATION SUR LE *Trouble d'accumulation compulsive*



OBJECTIFS DE LA FORMATION :

- COMPRENDRE LES CARACTÉRISTIQUES DU TAC
- RECONNAÎTRE LE TAC ET LE DIFFÉRENCIER DES AUTRES DIAGNOSTICS
- ÊTRE CAPABLE D'UTILISER LES OUTILS D'INTERVENTION LIÉS AU DÉSENCOMBREMENT À DOMICILE
- ÊTRE EN MESURE D'ADAPTER LES INTERVENTIONS EN FONCTION DE L'ÉTAT D'URGENCE
- MAÎTRISER LES TECHNIQUES D'INTERVENTION APPROPRIÉES ET SE SENTIR OUTILLÉ

Quand : Mardi 17 septembre 9h à 16h30

Où : 690 Rue de Mgr Panet, Nicolet, QC J3T 1W1, Canada

Coût : 200\$ par personne

Pour inscriptions et informations :

Mariève Proulx-Roy

direction@traversedusentier.org

819-293-6416 poste 104



Formation de La Maison Grise de Montréal



VIE COMMUNAUTAIRE

Le CIUSSS MCQ et ses services : *Être mieux... ensemble!*

Pour des communautés fortes et résilientes



S'impliquer dans la communauté ou auprès de nos proches, que ce soit au sein d'une association ou par l'intermédiaire d'une activité qui nous passionne, est bénéfique pour la santé. Le saviez-vous?

Oui, vous avez bien lu! Être entouré, avoir un réseau social, s'entraider, avoir un sentiment d'appartenance envers sa municipalité et s'y sentir en sécurité, tout cela contribue à vous garder plus heureux, moins stressé et, par conséquent, en meilleure santé.

C'est pour cela que les organisateurs communautaires du CIUSSS MCQ soutiennent et font la promotion d'une démarche accessible et gratuite qui s'appelle *Être mieux... ensemble!* Pour des communautés fortes et résilientes.

Devenir membre d'*Être mieux ensemble*

Vous avez à cœur le mieux-être de vos concitoyens? Vous souhaitez devenir des créateurs de santé? Vous avez plus de 18 ans?

Le CIUSSS de la Mauricie-et-du-Centre-du-Québec vous invite à devenir membre de cette démarche collective. Le rôle des membres est de participer ou de créer des activités dans leur communauté. De plus, en vous inscrivant, vous aurez accès à des formations, des ateliers, des conférences gratuites et serez informé des activités offertes dans votre secteur.

Pour plus d'informations, vous pouvez consulter le site Web du CIUSSS MCQ ou communiquer avec notre équipe par courriel ou par téléphone.



Site Web : ciusssmcq.ca

Courriel : 04etremieuxensemble@ssss.gouv.qc.ca

Téléphone : 819 374-7711, poste 58337

Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de la Mauricie-et-
du-Centre-du-Québec

Québec



BIBLIOTHÈQUE

Maintenant disponible !

Deux nouvelles expositions dont une pour adulte
sur le petit écran et l'autre, pour jeunes,
les histoires d'eau.





**Vous avez entendu parler du projet d'une école secondaire alternative ?
Vous êtes curieux d'en savoir plus ?
Venez nous rencontrer le 05 novembre 2024 à 19 h au Faubourg Mont-Bénilde !**

Voici une brève présentation de comment est né notre projet :

L'idée d'une école secondaire alternative sur le territoire du Centre de services scolaire (CSS) de la Rivéraine est venue de parents ayant des enfants fréquentant l'école primaire alternative des Perséides située dans la ville de Bécancour. Connaissant déjà ce modèle d'école au primaire et en ayant constaté les avantages, ils ont décidé, en mai 2024, d'entamer des démarches pour rendre le modèle alternatif accessible également au niveau secondaire, et ce, pour les élèves qui proviennent autant de l'école alternative des Perséides que des autres écoles primaires du CSS.

En continuité avec l'école alternative des Perséides, l'école secondaire alternative désire créer un milieu centré sur l'élève et sur ses intérêts. Tout en accompagnant les élèves vers les attentes du programme du ministère de l'Éducation, l'école s'assurera de développer le plein potentiel de ces derniers, dans le respect de leurs capacités individuelles, de leurs forces et de leurs défis.

Au fil des années, les jeunes qui évolueront dans l'école développeront une grande autonomie, un sens critique et une réelle motivation à apprendre. Les compétences qu'ils auront acquises au secondaire feront d'eux des adultes engagés, déterminés et prêts à s'investir pleinement dans leurs projets de vie.



FOIRE AGRICOLE DE NICOLET

ÉCOLE D'AGRICULTURE DE NICOLET
SAMEDI 21 SEPTEMBRE 2024
DE 9 H À 16 H • ADMISSION GRATUITE

- Tour de calèche
- Animaux de la ferme
- Jeux gonflables pour les enfants
- Exposition de machineries agricoles
- Activités de découverte agricole
- Kiosques d'artisans
- Aire de restauration
- Plusieurs autres activités !



Pour information : École d'agriculture de Nicolet, 819 293-5821, poste 2364
📍 575, rue de Monseigneur-Brunault à Nicolet



QUI SOMMES-NOUS?

La Passerelle est un organisme qui a pour mission de regrouper les membres de l'entourage d'une personne atteinte qui présente des manifestations cliniques reliées à un trouble majeur de santé mentale, de leur offrir une gamme de services de soutien, et ce, afin de leur permettre d'actualiser leur potentiel.

QUELS SONT LES TERRITOIRES COUVERTS PAR NOS SERVICES?

La Passerelle dessert les territoires des MRC de Bécancour et de Nicolet-Yamaska.

SERVICES OFFERTS :

- Interventions psychosociales
- Pair aideance famille
- Activités d'information
- Groupes d'entraide
- Activités de formation
- Activités de sensibilisation
- Mesures de répit-dépannage
- Programme enfance-jeunesse

GROUPES D'ENTRAIDE

Venez partager votre vécu lors d'un dîner-causerie ou d'une soupe-partage avec des gens qui vous comprennent, sans jugement et dans la confidentialité. Cette activité est réservée à ceux et celles qui viennent chercher des services à La Passerelle.

À NICOLET

Mardi 15 octobre - 12 h à 15 h

« Petit défi, grand défi, comment s'y préparer? »

Mardi 12 novembre - 12 h à 15 h

« Témoignage de l'auteur du livre *Fille de malades* »

Jeudi 12 décembre - 12 h à 15 h

« Je nourris positivement ma santé mentale et je me sens bien, est-ce correct? »

À GENTILLY

Mardi 22 octobre - 18 h à 20 h

« Deuil : Apprivoiser le détachement »

Mardi 19 novembre - 18 h à 20 h

« Prendre soin de moi, est-ce que c'est égoïste? »

Mardi 17 décembre - 18 h à 20 h

« Je donne, je reçois »



FORMATION

« Agir en sentinelle pour la prévention du suicide »

Vous souhaitez jouer un rôle actif pour prévenir le suicide, sans être un professionnel en intervention? Vous pouvez vous aussi contribuer à repérer les signes de détresse dans votre milieu et à diriger les personnes vulnérables vers les ressources d'aide appropriées.

Date : Mardi 8 octobre

Heure : 8 h 30 à 16 h 30

Lieu : Centre Gabrielle Granger, Nicolet

Formation gratuite présentée par le Centre de prévention du suicide Accalmie. Ouverte au public mais offerte en priorité aux membres de La Passerelle. Inscription obligatoire.

FORMATION

« Lâcher-prise »

Vous désirez apprendre des stratégies concrètes qui vous permettront de lâcher prise, être moins dans le contrôle et développer votre résilience?

Cette formation de 5 rencontres est pour vous!

Dates : Les jeudis 24-31 octobre, 7-14-21 novembre

Heure : 13 h 30 à 15 h 30

Lieu : Centre Gabrielle Granger, Nicolet

Cette formation gratuite est ouverte au public mais offerte en priorité aux membres de La Passerelle. Inscription obligatoire.

CONFÉRENCE

« Les non-dits et les ravages qui s'en suivent »

Conférencier : Alain Bellemare

Qu'il s'agisse d'un secret bien gardé, d'un message voilé ou d'une information dissimulée, les non-dits créent de profonds ravages chez la personne qui cache une vérité, mais plus encore chez les gens concernés.

Date : Mardi 5 novembre

Heure : 18 h à 20 h

Lieu : Centre Gabrielle Granger, Nicolet

Conférence gratuite et ouverte au public! Inscription obligatoire.

DÎNER DES FÊTES

« Thématique : chandail moche »

Festoyons ensemble! Arborer votre plus moche (quétaine) chandail de Noël pour venir déguster un repas traditionnel des fêtes avec nous. Musique festive, jeux thématiques et prix de présence.

Date : Samedi 7 décembre

Heure : 11 h 30 à 16 h

Lieu : Édifice multifonctionnel (caserne) Bécancour, secteur Ste-Angèle-de-Laval

Activité réservée aux **membres** de La Passerelle.



Vous avez un proche qui vit avec une problématique en santé mentale et vous aimeriez nous rencontrer? Vous avez des questions? N'hésitez pas à nous contacter!

819 233-9143

secretariat@lapasserellebecancour.com

www.lapasserellebecancour.com





JOURNÉE INTERNATIONALE DES AÎNÉS 1^{ER} OCTOBRE 2024

Nous, les aînés!

Citations savoureuses

par René Bergeron

MARIE TIFO ET
PIERRE CURZI
PORTE-PARLES 2024



CONFÉRENCE
des Tables régionales de concertation
des aînés du Québec

ESTRIE
RÉGION HÔTE
— 2024 —

En partenariat avec :

Québec



Marche en plein air
au Musée des
Abénakis



Atelier animé par :



la Traversée
du Sentier



Repas chaud
3 services,
servi sur place

Centre communautaire d'Odanak

Une journée de rencontre et de plaisir garanti!

Le mardi 1 octobre de 10 h à 14 h

58, rue Waban-Aki, Odanak, QC J0G 1A0

GRATUIT

Réservation obligatoire:



819 862-0822

Places
limitées



Date limite d'inscription: 24 septembre 2024 à 16 h

✨ Transport collectif disponible! ✨



CENTRE-DU-QUÉBEC

TABLE DE CONCERTATION
DES PERSONNES

aînées

de NICOLET-YAMASKA



Citations savoureuses

par René Bergeron

Le Canadien est entré dans les séries par la poche d'en arrière.

Il connaît son hockey sur la pointe des doigts.

J'espère qu'ils vont se réveiller le derrière.

On tourne en rond, mais on tourne tellement vite qu'on a l'impression d'avancer. - Michel Chartrand

À talent égal, tu repêches le meilleur des deux joueurs.

J'suis un modèle Chevrolet 1949. C'est un beau char, mais, à un moment donné, le moteur, la transmission, le différentiel. Le corps humain, c'est la même chose. – Ron Fournier.

On va voir de quel bois je me chausse.

Markov du Canadien a mis beaucoup d'épaules à la roue. – Michel Therrien

Il est entre la vie et la morgue.

Martin Saint-Louis a plusieurs flèches à son arc.

