

La Meunerie

Le journal QUATORZIÈME ÉDITION - JUIN 2024
ADRIENNOIS





Café/resto chez GuiGui

Près de chez vous à Saint-Adrien

Chez Guigui sera un petit café servant de bon plats réconfortant suivant les saisons et les saveurs locales. Au café, j'ai envie de vous offrir une belle expérience culinaire tout en restant dans la simplicité. Un endroit où on ne se prend pas au sérieux, alliant des plats copieux à une touche de funky. Préparez-vous à vivre des soirées thématiques pleines de convivialité, de bonne humeur et de découvertes culinaires, où chaque événement vous laissera des souvenirs inoubliables.

Ouverture très bientôt!

Guillaume Laberge



Inscrivez-vous dès maintenant pour votre **solde prépayé** valide lors de nos marchés publics et à notre kiosque libre-service
Mi-juin à fin octobre 2024



www.entreluneetsol.com

819-990-1333

- ♥ samedis de 10h à 13h devant l'église de St-Adrien-de-Ham
- ♥ mardis de 15h à 19h au Carré St-Louis à Montréal
- ♥ kiosque libre-service 3640 3^e rang Ste-Hélène-de-Chester

Éditorial

En tant que travailleuse autonome, j'ai souvent été tentée de lancer un projet sur la plateforme de financement de La Ruche, pour un projet de livre de contes... Heureusement, certaines personnes dépassent le stade de la cogitation et passent à l'action. Guillaume Laberge a dépassé son objectif de financement de 137% avec son projet de café/resto Chez GuiGui !!! Si bien que ce nouveau resto devrait se pointer dans les prochaines semaines, avec l'été! Wow. Bravo!

Encore une fois, l'équipe du journal vous a concocté une édition qui témoigne de l'effervescence de notre communauté.

Vous êtes plusieurs à nous faire part de votre engouement face à votre journal, n'oubliez pas qu'une copie virtuelle est disponible sur le site de la ville.

Bonne Lecture

Lyse Trottier

TABLE DES MATIÈRES

Le St-Vrac, par Conrad Goulet.....	1
Le Beam, par Pierre-Philippe Coté.....	2
Chronique de La Meunerie, par Isabelle Therrien.....	3
Des nouvelles de l'école par Valérie Blanchette.....	6
Yoga coeur dansant.....	7
Fête de la St-Jean à Saint-Adrien.....	8
Le Collectif pour la communauté, par Jean-Pierre et Léa.....	9
Le courrier du coeur, par Gen câlins.....	12
Gîte sur l'arc en ciel.....	14
La Bibliothèque, par Clémence Hourlay.....	15
L'évènement PARTA-JEU.....	17
Chronique du Bureau de poste et Le Centre Odaina.....	18
Chronique FADOQ, par Pauline Dumoulin.....	19
La pastorale, par Pierrette Poirier.....	21
La sage maison, par Lucie Benoit.....	21
Rucher Fleur de Miel, par Antoine Dolé.....	22
Le camping de la rivière Nicolet.....	23
La chronique municipale, par Maryse Ducharme.....	25
Le marché de Saint-Adrien, saison 2024.....	28
La chronique du banquier du peuple.....	29
Les recettes d'une MPcurienne, par Marie-Pier Therrien.....	31
Le terrain de jeux, par Sarah Houle et planète Iz.....	34
Le Quiz, Par Line Mallet.....	38
Chronique MovMan.....	42
Histoire et ancêtre, par Jean-Marie Dubois.....	43
Folie douce des gens d'ici, par Lyse Trottier.....	49
Chronique de La Caisse Desjardins.....	52
Oracle, par Sarah Houle.....	54

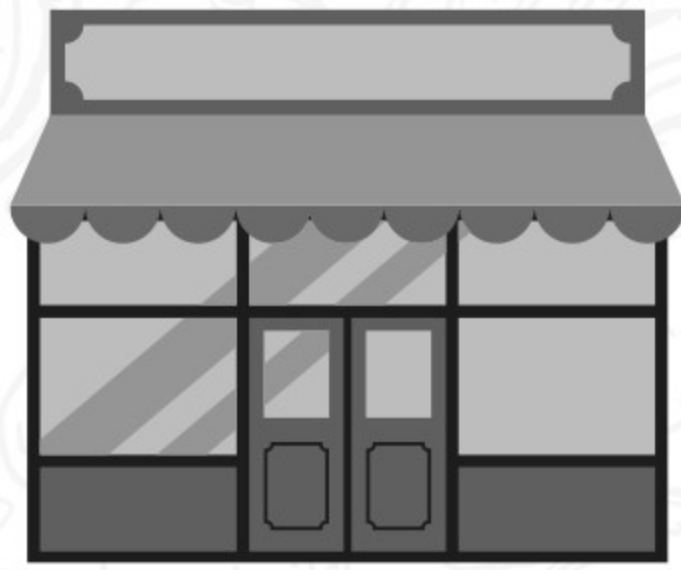
Coordonnatrice et graphiste: Isabelle Therrien

Photographes: Antoine Dolé, Jean-Pierre Chapleau, Jonathan Mercier. Page couverture: Claude Dupont

Correction de texte: David Savoie, Marie-Ève Laurendeau, Marion Deschênes.

NOUVELLE FORMULE

MAGASINEZ EN LIGNE ou SUR PLACE



Dépanneur
Entrepôt



- 🍎 PLUS DE 1200 PRODUITS & 3500 FORMATS 🍎
- 🍎 FRUITS & LÉGUMES, FROMAGES, VRAC, PAINS, BIÈRES, ETC. 🍎
- 🍎 VASTE CHOIX DE PRODUITS LOCAUX 🍎
- 🍎 OUVERT 24h/7j EN MAGASIN POUR MEMBRES 🍎
- 🍎 ÉCONOMISEZ AVEC LE GROUPE DE CO-ACHATS 🍎
- 🍎 ACHETEZ DES ST-DOLLARS & RECEVEZ UNE RISTOURNE DE 3% 🍎



Détails à 

www.ComptoirStVrac.com

LE BEAM

Encore de magnifiques projets dans notre belle église!

Par Pierre-Philippe Côté, citoyen de Saint-Adrien

Une superbe vidéo de Simon Léoza, entièrement produite et réalisée par une équipe adriennaise!

C'est en mars dernier que fut lancée la vidéo « Illusions », tirée de l'album ACTE III de Simon Léoza. L'artiste, qui a parcouru son chemin pendant plusieurs années sous le nom de Tambour, a une fois de plus choisi notre belle église pour y réaliser la captation de quelques titres de cet opus. Le 14 février dernier, le BEAM a été le théâtre de cet enregistrement épique. Le projet a été coordonné par Valléry Rousseau, alors que Louka Boutin a participé au tournage en tant que réalisateur et directeur photo et que Guillaume Briand s'est occupé de la prise de son et de la direction technique. Vous reconnaîtrez également un certain chanteur du coin dans la vidéo... Bonne écoute!

Disponible sur la chaîne YouTube de Simon Léoza.

Une exposition posthume pour le peintre Olivier Denis

Le 27 avril dernier, une exposition très spéciale a eu lieu au BEAM. À la demande de la famille du défunt, une célébration de la vie et de l'œuvre de l'artiste Olivier Denis s'est déroulée dans l'église. Familles et amis se sont réunis pour rendre un dernier hommage au regretté peintre. On y a chanté, pleuré et admiré les œuvres dans une ambiance jazz dirigée par Simon Godbout Castonguay. Plusieurs citoyens ont manifesté leur intérêt pour que cette exposition perdure. C'est ainsi que l'équipe du BEAM et la famille ont décidé de prolonger l'exposition pour un certain temps. Les œuvres pourront être admirées et un encan silencieux est en cours pour ceux qui désirent se procurer une œuvre. Pour toute information complémentaire, vous pouvez contacter Camille Denis au 819-828-0325.

Le BEAM, un lieu de formation pour les créatifs !

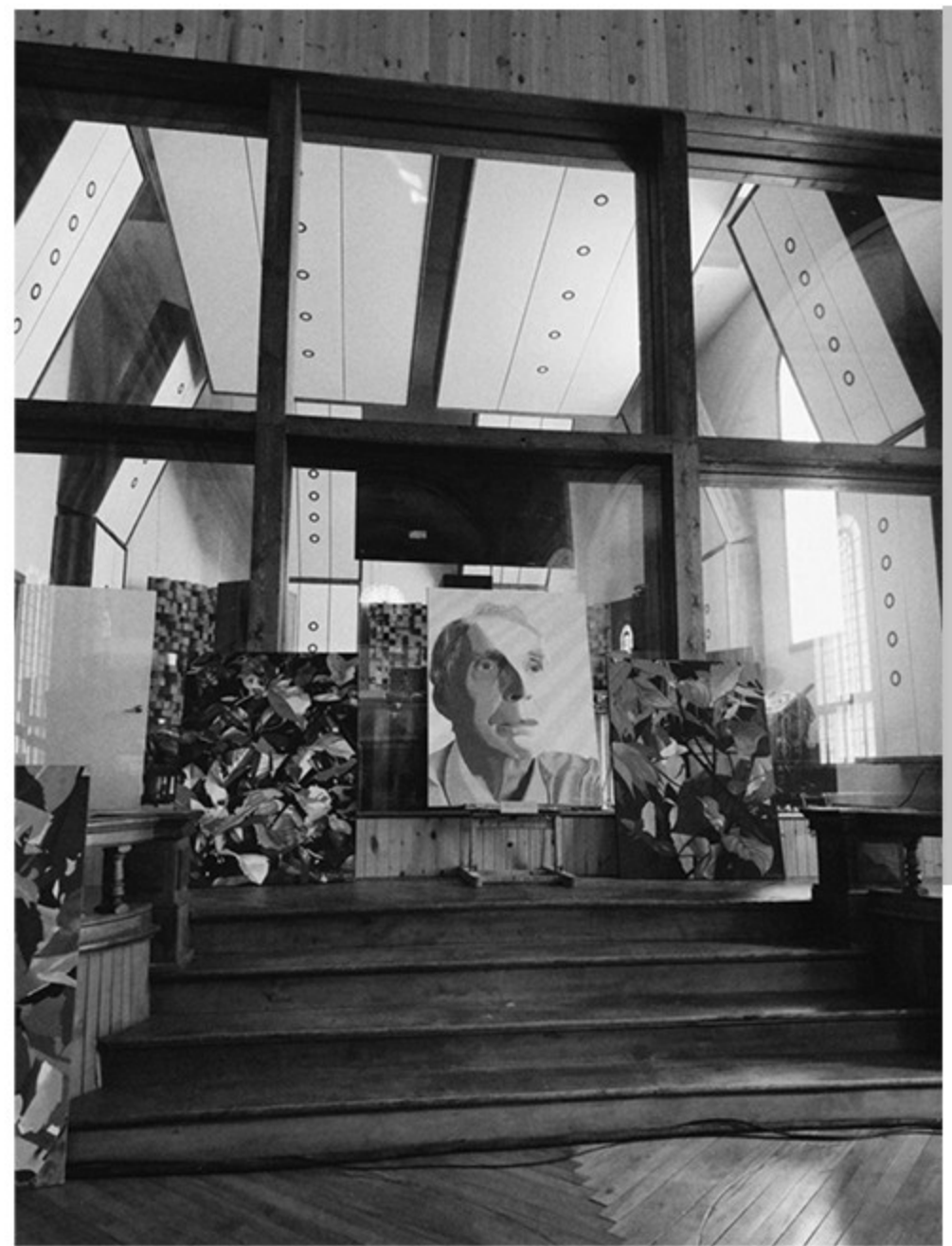
Du 15 au 19 avril dernier s'est tenue la 3ème édition du camp créatif pour compositeurs et compositrices de musique à l'image de la SPACQ-AE en collaboration avec le BEAM.

Il est parfois difficile pour un compositeur ou une compositrice de musique à l'image qui reçoit une commande pour le cinéma, la télévision ou les multiples plateformes numériques, de concilier les attentes créatives avec son rôle dans l'œuvre finale, qu'elle soit fictive ou documentaire. L'objectif général de cet atelier créatif était d'acquérir des connaissances en compagnie de professionnels aguerris, de tisser des liens et de développer des pratiques qui

transforment le cours du cheminement professionnel du participant. On misait à la fois sur les aspects créatifs, techniques et administratifs du métier de compositeur ou compositrice de musique à l'image. Le tout s'est déroulé en présentiel au hub créatif Le BEAM à Saint-Adrien.

Formateur principal : Pierre-Philippe Côté (Pilou)

Formateurs professionnels : Albéric Aurtenèche, René Roberge, Jean-David Perron et Daniel Toussaint.



Comment s'impliquer dans le hub créatif? Saviez-vous que tout le monde peut devenir membre du BEAM?

L'équipe du BEAM est à la recherche de citoyens désirant s'impliquer dans les différents projets qui touchent le lieu qu'est l'ancienne église. Si vous avez envie de vous impliquer dans nos activités, n'hésitez pas à entrer en contact avec nous à info@lebeam.ca.

La Meunerie

☎ 819 432-0705

✉ Contact@lameunerie.org

🌐 lameunerie.org

📘 facebook.com/lameuneriestadrien

Il est possible de louer La Meunerie pour vos rencontres de famille, vos réunions corporatives et vos événements privés. Contactez-nous!

Restez à l'affût de nos activités en suivant notre page Facebook ou en vous inscrivant à notre infolettre!

Merci à tous ceux et celles qui entretiennent notre vie de communauté!



La Meunerie

C'EST LE RETOUR DES TERRASSES MUSICALES!

En formule 5 à 7, bar et repas sur place dès 16h30. Apportez vos chaises pour plus de confort!

Contribution consciente

29 juin 2024 - Regina

Regina est horticultrice, artiste multi-instrumentiste, créatrice et hôtesse de cabarets, conteuse... et parle 5 langues! Sa passion pour l'être humain et tout ce qui vit lui inspire la pratique de l'art vivant du spectacle. Que ce soit en tant que percussionniste dans Kumpa'nia depuis 15 ans, dans Gypsy Kumbia Orchestra, dans Les Mains Tendres, Zeugma Danse, ou lorsqu'elle chante dans le trio vocal Singin' Rendez-vous, et Les Mères Noël, les sourires lumineux dans le public lui confirment à chaque fois les bonnes raisons de faire ce métier.

Ses 5 dernières créations solo, le Conte de Timmy en 3 chapitres, ainsi que Le Cycle Éternel en 2 chapitres, puis le tout dernier, Alma et le vide, unissent le conte, la musique, l'humour et le théâtre, et l'ont amenée sur plusieurs différentes scènes de festivals et d'événements privés. Ses spectacles sont des moments hors du temps où on peut se laisser porter par le moment présent, se faire raconter une histoire.

13 juillet 2024 - Claude et les motocrosseurs

Band de sous-sol spécialisé en covers de tounes qui provoquent des exclamations comme YEAH! et YOUHOU! Tobie Comtois (guitare magique), Francis Vallée (basse de fou), Éric Pomerleau (percussions de génie) et Claude Dostie (voix et autres altercations verbales) vont tellement te dépeigner Saint-Adrien qu'il va manquer de coiffeurs dans le village! QRBP, Elvis, Adamus, Black Keys, et bien plus!

Première partie: David Chamberland, guitariste et chanteur.

27 juillet 2024 - Manuel

Cet artiste cumule un répertoire de chansons qui vous feront entrer dans son univers bien coloré et à tout le moins rafraîchissant. Un univers où le cœur est maître et où l'authenticité et la vulnérabilité sont disciples. Un univers régi par des lois différentes que celles que la société propose. Un univers musical où se mélangent des influences allant des chansons médecines/mantras au reggae et de la chanson française au rap/slam.

Préparez-vous à danser, à chanter, à rire, à vibrer, bref, à vivre un moment hors du temps en sa compagnie.

10 août 2024 - D'jef

«D'jef» c'est un "patchwork" de styles. Des textes touchants et grinçants sur fond de musique déjantée où les lignes de blues se fondent à des passe-passe flamenco. Auteur-compositeur interprète, c'est seul sur scène qu'il vous fait dériver dans un monde qui se situe quelque part entre poésie et dérision. Ayant appris à animer les foules par d'innombrables spectacles de rue et sur les scènes à travers le Canada, l'Europe, et l'Amérique Latine, il décape l'ordinaire des choses avec une musique rapiécée aux sonorités d'Europe de l'est, de hip-hop, de flamenco, de jazz et de blues.

24 août 2024 - Cinsî?

Après de nombreux projets discographiques et plus d'une centaine de concerts avec le groupe 100 Crew et divers collectifs (Vitchen & Cinsî, Le Centième Orkestra,..), l'artiste belge Cinsî a sorti deux projets plus personnels, en étroite collaboration avec Yoetc pour les instrumentales.

En deux mots, on pourrait dire « du rap sur des samples ». Une grande place est également laissée aux scratches avec Djohndoe . On retrouve quelques touches de musique électronique grâce à Yoetc. Sur scène Cinsî est accompagné par Sétuite au micro, Yoetc aux machines et Djohndoe aux platines.

La Friperie mobile

Vêtements, accessoires et art.

Horaire estival:

Jeudi: 13h à 19h

Vendredi: 13h à 17h

Samedi: 10h à 17h

**S'habiller de la tête aux pieds pour 25 \$:
c'est possible à Saint-Adrien!**

Nous avons fait notre changement de saison à la friperie, il est donc temps de venir acheter vos sandales, maillots de bain, vos shorts ou belles robes estivales! Nous avons également des chapeaux et des lunettes de soleil!

Un beau cadeau à offrir

Vous voulez faire plaisir à quelqu'un pour une occasion spéciale? Nous avons des certificats cadeaux de disponibles au montant de votre choix. Un cadeau utile qui encourage l'achat local et qui convient à tous!

5639, Chemin St-Rémi, Saint-Adrien

fadoq

Club FADOQ ST-ADRIEN
Pauline Dumoulin 286 8860

Qui sommes-nous ?

*Le Réseau québécois **FADOQ** est le plus grand organisme d'aînés au Canada, avec près de 525 000 membres, 701 clubs, 16 regroupements régionaux et près de 4 700 administrateurs bénévoles. Fort d'une longue et fructueuse tradition d'un demi-siècle, il demeure bien de son temps et est plus que jamais un joueur indispensable sur l'échiquier d'un Québec à la population vieillissante.*

Notre mission : Rassembler et représenter les personnes de 50 ans et plus dans le but de conserver et d'améliorer leur qualité de vie. Le Réseau défend et fait la promotion de leurs droits collectifs, valorise leur apport dans la société et les soutient par des programmes, services et activités, notamment en loisir, culture, sport et plein air. Nous sommes là pour vous. Rejoignez votre club en prenant votre carte de membres.

Par le biais du journal local Adriennois nous vous ferons rapport des activités et développement concernant la **FADOQ**. Une première nouveauté est notre partenariat avec le **COMPTOIR ST-VRAC** qui vous permet d'économiser encore plus sur vos achats. Le 3 novembre dernier, avait lieu une porte ouverte, pour faire découvrir l'épicerie et discuter avec les résidents tout en prenant un café, thé et biscuits servis gracieusement. Quoi de mieux qu'une journée portes ouvertes pour démystifier le concept de l'épicerie participative et le fonctionnement de l'achat en vrac!

En tout temps les membres FADOQ ont droit à ce privilège.

- ✓ 50% de rabais sur l'adhésion annuelle du Comptoir St-Vrac.
- ✓ 10% de rabais supplémentaires sur vos achats en magasin chaque jeudi.

DES NOUVELLES DE L'ÉCOLE!

Pour célébrer la fête de Pâques, les parents de l'OPP ont organisé une super campagne de financement pour mettre en valeur nos producteurs locaux. Les parents et les membres de la communauté ont été très nombreux à se procurer de bons produits de Pâques. Nous avons réussi à recueillir 1400\$ pour permettre aux élèves de vivre de belles activités spéciales. Merci à nos partenaires locaux: La ferme dans le vent, le Rucher Fleur de miel, l'Érablière du Cerf rouge et Gaëtan et ses succulentes brioches. Un merci spécial à Geneviève Chenel qui a organisé avec brio cette campagne de financement avec moi.

Tournoi de basket à l'Escale

Le 8 avril dernier, les élèves de 4-5-6 ont participé au tournoi de basketball à l'école secondaire l'Escale. Les Huskies de NDL ont remporté la 2e place de la petite finale. Ce fut un match très serré jusqu'à la fin. Bravo aux élèves qui ont tout donné sur le terrain et merci à M. Maxime, notre super prof d'éducation physique pour ton dévouement.

Activités au jardin pédagogique communautaire

C'est reparti pour une autre année au Jardin pédagogique communautaire de Saint-Adrien !

Alors qu'il faisait tempête de neige en mars dernier, les élèves de l'école NDL ont accueilli le printemps en créant un jardin dans leur classe, en préparant des semis et en tissant des porte-bonheurs pour se souhaiter des bonnes récoltes ! Merci à Valérie Gagnon et à Léa C. Brillant pour l'organisation et l'animation et aux parents et membres de la communauté qui s'impliquent dans ce magnifique projet.

À venir en mai et juin

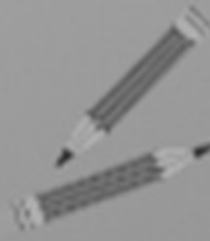
Les élèves de 3-4 participeront au Cross-country à Wotton. Go go go à nos coureurs !!!

Une journée de transition scolaire pour accueillir nos futurs élèves de l'an prochain !

Votre reporter scolaire

Valérie Blanchette (maman de Charlotte et Arthur)

Journée transition



scolaire



Le CPE La sourcière, l'école Notre-Dame-de-Lourdes et Concertation Avenir Jeunesse des Sources

s'unissent pour vous accueillir pour l'activité transition scolaire le 7 juin 2024.

Lors de cet avant-midi, vous aurez la chance de rencontrer l'enseignante, ainsi que la directrice, de visiter la classe, l'école et même de faire un tour d'autobus.

Cet activité s'adresse aux parents et enfants de 4 et 5 ans n'ayant jamais fréquenté l'école qu'ils soient inscrits ou non pour l'automne 2024.

*C'est un rendez-vous à ne pas manquer!
Début de l'activité à 9h30 à l'école,
collation servie sur place.*

Surprise remise à tous les enfants ayant confirmé leur présence avant le 15 mai à:

patricia.f@cpelasourciere.ca





(819) 828-0325 <https://yogacoeurdansant.com/>

Venez visiter l'exposition posthume d'Oliver Denis au



BEAM ! Durant la saison estivale venez contempler au Beam les œuvres du défunt père de Camille Denis. Vous trouverez des infos et l'horaires des visites sur la page Facebook mémoire d'Olivier. **Les prochaines visites auront lieu le 18 mai en même temps que la fête du printemps et le 8 juin de 15h à 20h. Ces moments seront accompagnés d'un quatuor de jazz.**

SOIRÉE DE YOGA DANSE SHAKTI (féminin Sacré) 19h à 21h



Vendredi 24 mai/21 juin (Studio Arc-en-ciel)

Une fusion qui permet d'intégrer progressivement les mouvements de la danse orientale à travers une recherche de souplesse, de fluidité, de subtilité qui éveillent les chakras et la puissance féminine (Shakti). On termine avec des enchaînements Yin, une détente, et une médiation. Un cours qui régénère le corps dans toute sa globalité.

MATINÉE D'ATELIER DE YOGA 10h30 à 12h30



Samedi le 15 juin (Studio Arc-en-ciel)

L'atelier débute par une médiation afin de capter l'énergie subtil (prana) qui servira tout au long de la séance. **Nous serons accompagnés de Simon Godbout Castonguay au Sitar.** Nous poursuivrons la séance en présence et en conscience à travers une approche progressive et subtile en souplesse et en ouverture du corps physique et énergétique en lien avec la respiration consciente.

MASSAGE YOGA THAILANDAIS



Une **technique de massothérapie unique et assez particulière qui s'inspire grandement du yoga et de la méditation.** Il consiste en une succession de pressions, d'étirements passifs, de frictions et de mobilisations articulaires, où la respiration occupe une grande place.

Les bienfaits sont nombreux, diminue les tensions musculaires et émotionnelles, améliore la souplesse et la mobilité articulaire, apporte une détente globale du corps et de l'esprit, rétablit l'équilibre énergétique et la circulation sanguine et renforce le système immunitaire.



JIN CHIN DO (acupression) Signifie « La Voie de l'Esprit Compatissant ». Une technique d'acupression qui **visse à relâcher les tensions physiques et émotionnelles du corps** par des points d'acupuncture. Induit un agréable état, dans lequel la personne peut relaxer et sortir de sa tête pour visiter son corps, donnant ainsi accès aux sentiments et à la sagesse intérieure.

Camille Denis, responsable de Yoga Coeur Dansant, offre la possibilité de recevoir deux types de massage elle a obtenu sa certification en massage Yoga Thaïlandais et elle est en processus d'apprentissage en Jin Chin DO. Communiquez avec elle pour prendre un rendez-vous. (819) 828-0325 / camilledenis@gmail.com

BONNE SAINT-JEAN

DIMANCHE 23 JUIN 2024

VENEZ VOUS AMUSER AVEC NOUS !

DÈS 15H

- ◆ **BAR**
- ◆ **FEU DE JOIE**
- ◆ **JEUX FAMILIAUX**
- ◆ **SERVICES DE REPAS**
- ◆ **ET AUTRES SURPRISES**
- ◆ **MUSIQUES QUÉBÉCOISES**
- ◆ **GROUPES DE MUSICIENS SUR SCÈNE**

BIENVENUE À TOUS !

AU PARC SERGE PICARD À SAINT-ADRIEN, QC.

**INFORMATION :
PAT@PROJETBTU.COM**

NOUVELLES DE NOTRE COLLECTIF POUR LA COMMUNAUTÉ

[ANCIENNEMENT COMITÉ DE DÉVELOPPEMENT]

Jean-Pierre Chapleau, Président

Un nouveau nom Pour mieux refléter notre mission

Notre comité de développement change de nom ! Il s'appellera dorénavant le **Collectif pour la communauté**, pour mieux refléter sa mission : faciliter l'émergence et la réalisation des initiatives communautaires en tissant des liens riches de sens au sein de notre communauté.

Suivez notre nouvelle Page Facebook pour connaître toutes nos activités : Collectif pour la communauté de Saint-Adrien

C'est parti les agoras !

Qu'est-ce qu'une agora ? Nos agoras sont des moments de rassemblement que nous créons pour s'informer et échanger sur des enjeux qui touchent notre communauté.

Le 17 mars dernier avait lieu notre première agora. Elle portait sur le projet de développement éolien dont il est question dans notre MRC. Comme ce sujet est complexe et comporte de multiples facettes, nous avons choisi de la faire précéder d'une soirée d'information qui a eu lieu à La Meunerie. Ainsi chaque agora pourra prendre une forme légèrement différente pour s'adapter au thème abordé.

Cette première expérience a été un succès, comme en témoignent les commentaires que nous avons reçus. La participation, autant le jour de l'agora même, que lors de la soirée d'information du jeudi 7 mars, ont été très bonnes. Ceci nous montre clairement que nous avons besoin, comme collectivité, de ces espaces de discussion essentiels pour réfléchir ensemble, réajuster notre vision de l'avenir, discuter de nos défis et continuer de co-construire notre communauté. Il y aura donc d'autres agoras !

rer pour les prochaines fois. Notamment, si des panélistes sont invités, nous nous verrons à baliser davantage leurs interventions de façon à pouvoir donner plus tôt la parole aux citoyens participants.

La formule a inspiré d'autres communautés au sein de la MRC, et ainsi un forum semblable a eu lieu à Wotton le dimanche 28 avril. D'autres suivront peut-être.

Parmi les enjeux qui feront l'objet de prochaines agoras, le thème de la collectivité nourricière a été retenu en premier. C'est en effet le temps de faire le point sur le déploiement du plan d'action de notre communauté nourricière. Plus d'informations à ce sujet plus loin dans de cette chronique. Pour la suite, l'actualité suggère certains autres enjeux qui requièrent notre attention à court terme. Nous pensons en particulier à une nécessaire réflexion sur la situation et la place de nos personnes âgées dans notre communauté ainsi que sur ce qu'il faut faire pour les garder le plus longtemps possible parmi nous.

AGORA À VENIR

Thème : **Communauté nourricière**

Invitation à tous les citoyens

Présentation du bilan du Plan de développement d'une communauté nourricière (PDCN) et atelier de création et de priorisation des actions pour l'avenir de notre communauté nourricière

Quand : **dimanche 9 juin
de 9h à 11h 30**

Où : Salle communautaire de Saint-Adrien

Léa C. Brillant, Coordinatrice du plan de développement d'une communauté nourricière (PDCN) de Saint-Adrien

Une communauté nourricière Qu'est-ce que ça mange en hiver ?

Au centre du Plan de développement de la communauté nourricière (PDCN) de Saint-Adrien, se trouve l'objectif fondamental de construire et renforcer une communauté florissante et résiliente.

Le PDCN... c'est quoi encore ?

Le Plan de développement d'une communauté nourricière (PDCN), c'est un plan d'action triennal, c'est-à-dire une série d'initiatives à réaliser sur 3 ans pour atteindre un objectif : celui de renforcer notre système alimentaire local. *En gros*, on réalise des actions pour mieux manger chez nous !

Notre PDCN adopté en 2022 est le résultat d'une initiative du Collectif pour la communauté soutenue par la Municipalité de Saint-Adrien. Il a été créé grâce à de nombreuses consultations. Les agriculteurs, transformateurs et distributeurs professionnels comme les citoyens jardiniers amateurs ont été consultés. Ces échanges ont permis de dresser le portrait de notre réalité agroalimentaire locale et de présenter des actions clés pour l'améliorer.

Notre ambitieux plan d'action compte plus de 50 actions divisées parmi 13 stratégies qui abordent une grande variété d'enjeux, couvrant des domaines tels que la politique, la réglementation, les initiatives communautaires, l'aménagement du territoire, la production, la commercialisation, la transformation, etc. Pour assurer la réalisation de ces actions, le Collectif a recruté une ressource 14 heures par semaine — c'est moi ça, Léa —, avec le soutien financier de la Municipalité et de la MRC.

J'ai débuté la coordination du PDCN en septembre 2022 et j'ai complété une année de ce mandat avant de prendre une petite pause pour accueillir un nouveau membre de notre famille... Cependant, je dois avouer

que j'ai continué à m'investir bénévolement pendant mon congé de maternité dans de nombreuses activités afin de maintenir et faire fleurir des projets de notre communauté nourricière. Après tout, le PDCN, c'est aussi devenu un bébé pour moi !



Légende de l'image : Le plan d'action du PDCN demandait notamment d'instaurer des événements festifs saisonniers. C'est ainsi qu'ont été créés la Fête du printemps, la Fête des récoltes et le Marché de Noël.

J'ai repris officiellement mes fonctions à la fin du mois d'avril. Pour repartir sur de bonnes bases, je vous convie donc à une rencontre citoyenne le 9 juin prochain. Ce sera l'occasion de prendre connaissance des actions réalisées ou débutées — plus de 25 actions — au cours de la première année du PDCN, et à participer à une réflexion collective sur l'avenir de notre communauté nourricière.

Comme vous le savez, à Saint-Adrien, ça bouge beaucoup ! Lors de l'atelier de réflexion collective, nous prioriserons ensemble les actions à entreprendre pour la suite et proposerons sans doute de nouvelles idées qui correspondent mieux à notre réalité actuelle.

Notre comité de suivi du PDCN est également ouvert à accueillir de nouveaux membres pour orienter nos actions. De 3 à 4 rencontres sont prévues par année. Pensez-y !

Vos idées, vos expériences et votre implication sont importantes ! Faites-nous part de votre participation à la rencontre citoyenne et indiquant « participe » sur l'événement Facebook **Agora — Communauté nourricière de Saint-Adrien** partagé sur la page du Collectif ou en écrivant à coordinationpdcn@st-adrien.com

Au plaisir de poursuivre cette aventure à vos côtés !



**FLORENCE
CHAPUT-BOUCHARD**
éducatrice spécialisée • enseignante de yoga • tutrice

Professionnelle en éducation spécialisée

- ↳ Relation d'aide
- ↳ Accompagnement
- ↳ Suivi psychosocial
- ↳ et bien plus !

Clientèles:

ado - trouble d'apprentissage, toxicomanie
adulte - santé mentale, crise transitionnelle
famille - enfant à besoins particuliers

*Près de 10 ans
d'expérience dans
le domaine !*



Tutorat et soutien académique

- ↳ cours d'été
- ↳ préparation aux examens
- ↳ enrichissement
- ↳ rattrapage
- ↳ aide aux devoirs

*en présentiel ou
100 % en ligne !*

Cours d'introduction au yoga

en privé, en famille, en entreprise...

- ↳ **calmez votre anxiété**
- ↳ **bougez plus**
- ↳ **respirez mieux**
- ↳ **découvrez votre potentiel infini !**



Enseignante
certifiée 

*@FlorenceCB,
Éducatrice
spécialisée
819-990-0033*

florencecb.tes@gmail.com



*Confidences de
sorcières*

Service d'écoute
pour vos expériences extraordinaires:
prémonitions, visions, intuitions, etc.

pour infos ou prendre rv
(présentiel ou à distance)
lysetrottier@icloud.com

 Confidences de Sorcières



Au fil du temps, ma vie artistique de conteuse m'a donné une grande liberté: celle de porter attention à mes rêves, visions et prémonitions.

Des régressions en hypnose ont même ravivé des souvenirs de plus loin que l'on croit habituellement possible de se rappeler. Et vous?

Vous est-il arrivé de vivre des prémonitions? D'avoir des visions d'âmes ayant quitté notre dimension matérielle, ou encore d'entendre leur message? Avez-vous expérimenté la communication par télépathie? Vos rêves tentent-ils de vous envoyer des signes?

Vous aimeriez vous confier ET vous ne cherchez pas un service de psychothérapie: je suis là!

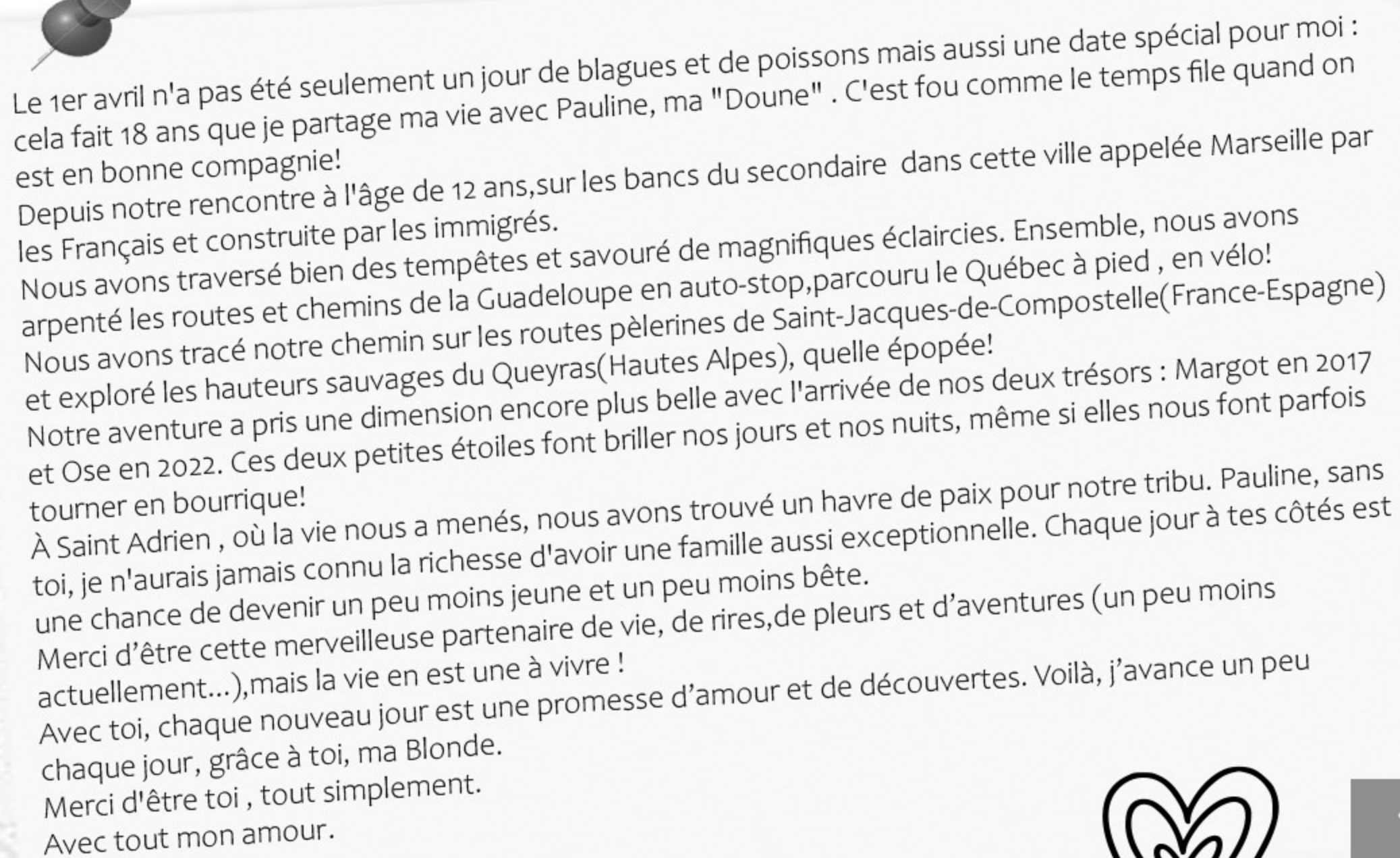
Je peux vous accompagner à vous interioriser par la sagesse des osselets chamaniques, vous aider à écrire votre histoire et bien d'autres choses encore.

Ne condamnez plus votre balai magique à pousser vos précieuses expériences sous le tapis!

Déjà l'été qui est à nos portes et la moitié de 2024 passée. Le temps passe si vite en bonne compagnie! Quelle chance de grandir au coeur d'une communauté remplie de richesse et d'abondance... non pas celle monétaire et matérielle, mais bien celle de connaissances, de personnalités, de cultures et de différences. Saint-Adrien est pour moi un endroit inclusif, accueillant et ouvert à l'autre. Un village où natifs et néos, enfants et aînés, conservateurs et extravertis se rencontrent depuis des décennies pour créer le monde de demain, celui que l'on souhaite pour nos familles. Les différences d'esprit comme celles culturelles nous rendent plus forts et permettent de s'ouvrir aux possibilités qui nous attendent. J'ai confiance en notre cheminement collectif et en l'avenir que nous bâtissons.

J'aimerais aussi prendre le temps de remercier une personne qui fait un travail remarquable pour mettre en place des opportunités villageoises: **Émilie Windsor**. Elle est notre agente de développement à Saint-Adrien, au cas où vous ne la connaissiez pas encore. On peut aussi dire notre développeuse de projets comme la maison des jeunes, le terrain de pétanque et de volley-ball, le sentier de marche au village, la nouvelle porte de garage municipale, des collaborations avec la FADOQ et j'en passe... Emilie, j'adore prendre le temps de partager et réfléchir avec toi sur les possibilités qui s'offrent à notre communauté. Penser à comment nous pouvons faire le maximum pour rentabiliser les opportunités afin d'offrir des potentiels d'épanouissement à la population, à nos amis et à nos enfants. Lancer des graines dans le vent et voir où elles se poseront pour fleurir ou non. Ta vision d'une communauté saine rejoint la mienne et m'inspire à continuer d'aider à faire de Saint-Adrien le plus bel endroit où vivre. Merci de faire la différence, de persévérer et de croire en ta vision.

Passez lui dire bonjour à la municipalité ou encore à sa bleuetière et pourquoi pas de lui dire merci pour son beau travail pour la communauté!



Le 1er avril n'a pas été seulement un jour de blagues et de poissons mais aussi une date spécial pour moi : cela fait 18 ans que je partage ma vie avec Pauline, ma "Doune" . C'est fou comme le temps file quand on est en bonne compagnie!
Depuis notre rencontre à l'âge de 12 ans, sur les bancs du secondaire dans cette ville appelée Marseille par les Français et construite par les immigrants.
Nous avons traversé bien des tempêtes et savouré de magnifiques éclaircies. Ensemble, nous avons arpenté les routes et chemins de la Guadeloupe en auto-stop, parcouru le Québec à pied , en vélo!
Nous avons tracé notre chemin sur les routes pèlerines de Saint-Jacques-de-Compostelle(France-Espagne) et exploré les hauteurs sauvages du Queyras(Hautes Alpes), quelle épopée!
Notre aventure a pris une dimension encore plus belle avec l'arrivée de nos deux trésors : Margot en 2017 et Ose en 2022. Ces deux petites étoiles font briller nos jours et nos nuits, même si elles nous font parfois tourner en bourrique!
À Saint Adrien , où la vie nous a menés, nous avons trouvé un havre de paix pour notre tribu. Pauline, sans toi, je n'aurais jamais connu la richesse d'avoir une famille aussi exceptionnelle. Chaque jour à tes côtés est une chance de devenir un peu moins jeune et un peu moins bête.
Merci d'être cette merveilleuse partenaire de vie, de rires, de pleurs et d'aventures (un peu moins actuellement...), mais la vie en est une à vivre !
Avec toi, chaque nouveau jour est une promesse d'amour et de découvertes. Voilà, j'avance un peu chaque jour, grâce à toi, ma Blonde.
Merci d'être toi , tout simplement.
Avec tout mon amour.

Antoine



Mon dernier voyage m'a fait réaliser à quel point j'aime ma vie et **ma communauté** dans le vortex Adriennois! J'ai passé beaucoup de temps dans l'ouest ces derniers temps et les paysages sont magnifiques, mais ce n'est rien comparé au sentiment de plénitude que je ressens ici au Québec, chez moi, là où il y a mes racines. C'est spécial ce que l'on vit ici, la connexion entre les humains, les projets innovants en conscience, la diversité, et une belle balance entre vie sociale et contemplation de la nature qui nous entoure. Je vous aime! Je nous aime!

PS: Merci à **Yzabel Daigle** d'avoir si bien pris soin de la friperie durant mes absences! You are the best!

Isabelle Therrien



Je suis amoureux.
Amoureux fou de quelqu'un,
quelqu'une, de plusieurs, d'un
lieu, d'un espace dans le temps
que vous connaissez.

Je rêve la nuit de me retrouver
parmi vous, à vivre cette vie que
l'on mérite. Cette vie guidée par
la foi, l'espoir et la lumière.

Cette vie pleine de douces folies
et d'allégresse, nous faisant
oublier la dure réalité que l'on
semble vouloir nous imposer.

À chaque fois que le rêve devient
réalité, je ne peux que m'estimer
chanceux et heureux du partage
de ce petit coin de pays, de
paradis.

Saint-Adrien, je t'aime, mon
beau vortex d'amour,
d'ouverture sur les possibles
infinis.

Le souvenir de tes fréquences
vibratoires ne fait qu'accentuer
le désir de te retrouver.

À bientôt
*ManuManu*xx



Point de suture du coeur

Pleurs dans le noir
Sourires accessoires - Moment provisoire
Finis les accroires - Enfin le vouloir
Lumière du soir - Soleil d'espoir
Guérison élévatoire - Cicatrice en mémoires
Floraison libératoire

Femme déesse reine



gitesurlarcenciel.com

À Saint-Adrien, moins de 5 km du cœur du village et
12 km du Mont-Ham



**RÉSERVER UNE NUIT ET OBTENEZ 15 % SUR CHAQUE NUIT
SUPPLÉMENTAIRE CONSÉCUTIVE**

TROIS CHAMBRES

La Campagnarde, lit Queen

La Zénitude, 2 lits simples

La Suite L'indépendante, lit Queen

Avec cuisinette, salle d'eau,
Entrée privée

Inclus

Literie, peignoirs, produits bio

Petit-déjeuner de produits locaux

Peut-être en version sans gluten,

Sans lactose, à faible teneur F. O. D. M. A. P

Numéro d'enregistrement 292670

L'HÉBERGEMENT INCLUT AUSSI

WI-FI, BBQ

BAIN À REMOUS EXTÉRIEUR

FEU DE CAMP

AIRE DE DÉTENTE INTÉRIEURE
AVEC FOYER

SOINS DE MASSOTHÉRAPIE
SUR PLACE
(AVEC SUPPLÉMENT)

facebook.com/gitesurlarcenciel
gitesurlarcenciel@outlook.com

(819) 286-8477 ou (819) 342-3007

Booking.com

Traveller Review Awards 2024

9,7
out of 10

14

Des nouvelles de la bibliothèque

Comme les années précédentes, la bibliothèque restera ouverte cet été selon l'horaire habituel des lundis après-midi (15h30 à 17h30) et des jeudis soir (18h30 à 20h30) grâce à l'implication de bénévoles motivés. L'horaire ne vous convient pas? Cela nous intéresse qu'il soit modelé en fonction de vos besoins. N'hésitez pas à nous en parler!



Mailles et mots

Le premier jeudi soir du mois
18 h 30 à 20 h 30



Nouveauté : Mailles et mots

Émilie et Marie-Ève, bénévoles à la bibliothèque et tricoteuses/crocheteuses, profiteront de l'ouverture de la bibliothèque pour amener leurs ouvrages et passer un bon moment à jaser de livres ou de laine. Joignez-vous à elles pour avancer vos projets (tricot, crochet, broderie, etc. — tout ce qui se transporte bien!) ou pour obtenir de l'aide sur un patron ou une technique.

Pour toutes et tous, peu importe votre maîtrise des arts du fil. Ce n'est pas un atelier dirigé, mais Marie-Eve et Émilie peuvent répondre à vos questions.

Prêt de casse-têtes

Il y a désormais un grand choix de casse-têtes disponibles gratuitement pour le prêt à la bibliothèque. De 12 à 1500 morceaux, il y en a pour tous les goûts et pour tous les âges!

HORAIRE

Lundi de 15h30 à 17h30

Jeudi de 18h30 à 20h30

819 828-0137

reseaubiblioestrie.qc.ca

biblio037@reseaubiblioestrie.qc.ca

Suivez notre page Facebook pour être au courant des dernières nouvelles :

Biblio de Saint-Adrien

La bibliothèque municipale est un service gratuit pour tous les résidents de Saint-Adrien. Elle est dans l'école, l'entrée se fait via la porte blanche située sur le pignon opposé à l'église. Bienvenue!

Présentation de l'équipe

Claude Dupont est le conseiller municipal responsable de la bibliothèque. C'est un lecteur intéressé, participant assidu au club de lecture et spectateur occasionnel de l'heure du conte (pour prendre des photos, prétend-il). Grâce aux quelques questions qui suivent, apprenez à mieux le connaître à travers ses goûts littéraires!

Quel est ton marque-page?

J'ai 2 petits marque-pages qui m'ont été offerts par Héma-Québec il y a très longtemps (je suis un donneur assidu) et dont je me sers encore et toujours.

Quel livre a marqué ton enfance?

Doc Savage; héros (comme Bob Morane), mais qui travaillait avec une équipe de scientifiques pour combattre les méchants.

Quel personnage de livre aimerais-tu être?

J'en suis déjà un : Dupont-le-Claude, seul membre de plus de 10 ans à bord d'un bateau pirate en quête d'un trésor fabuleux (série «Les petits pirates», Alain M. Bergeron).

Comment choisis-tu tes livres?

Prioritairement par mes auteurs-trices préférés. Puis à la volée (je laisse trainer mon doigt sur l'endos des livres de ma bibliothèque jusqu'à ce qu'il s'arrête).

Quel est ton lieu favori pour lire?

Ma baignoire.

As-tu besoin de silence pour lire? Non, je lis souvent en écoutant de la musique.

10 livres que tu as aimés :

Panik de Geneviève Drolet, Il pleuvait des oiseaux de Jocelyne Saucier, la série Malaussène et tout Daniel Pennac, tout Serge Bouchard, tout Dany Laferrière, tout Robert Lalonde, tout Gilles Archambault, tout Christiane Singer. Ça en fait déjà plus de dix.

Sélection de nouveautés dans notre collection

La version qui n'intéresse personne,
Emmanuelle Pierrot

D'étranges romans étrangers :

Un homme heureux,
Arto Paasilinna

L'Incolore Tsukuru
Tazaki et ses années de
pèlerinage, Haruki
Murakami

Il est grand temps de
rallumer les étoiles,
Virginie Grimaldi

Des documentaires

Habiter son utérus, Maud Renard

Les fleurs comestibles, Mélinda Wilson

La ferme impossible, Dominique Lamontagne

De passionnantes BD pour la jeunesse :

Le Grimoire d'Elfie 1. L'île presque, Alwett et Arleston
Coincée, Lloyd et Nutter



À SAINT-ADRIEN
PARTA-JEU

DIMANCHE 23 JUIN 2024

JOURNÉE DE PARTAGE ET DÉCOUVERTE
VENEZ FÊTER LA SAINT-JEAN AVEC NOUS !

DÈS 9H

♦ **DE 9H À 15H DES KIOSQUES D'ÉCHANGES-JEU:**
PRODUITS LOCAUX, NOURRITURE BIO, ARTICLES
ARTISANAUX, VÊTEMENTS & + ENCORE !

♦ **JEUX POUR TOUTE LA FAMILLE,**
MAQUILLAGES & + ENCORE !

♦ **ENCAN SILENCIEUX**

♦ **CHOIX DE REPAS SUR PLACE :**
MICHOUI ET REPAS SANTÉ OU CRU

APRÈS 15H

LA FÊTE CONTINUE AVEC LA SAINT-JEAN-BAPTISTE
SELON L'HORAIRE DE LA VILLE DE SAINT-ADRIEN.

BIENVENUE À TOUS !

AU PARC SERGE PICARD À SAINT-ADRIEN, QC.

RÉSERVATION DE VOTRE KIOSQUE ET INFORMATION :
PARTA-JEU@BOUTIQUE-CADEAUX-ARTISANS.CA

ENTRÉE
GRATUITE !



LA CHRONIQUE DU BUREAU DE POSTE

-Par Marie-Soleil Jacques

Le mois dernier, Postes Canada a augmenté légèrement ses tarifs d'affranchissement concernant les timbres vendus à l'unité, en carnet, rouleau et feuillet pour le Canada, États-Unis et l'International. La dernière majoration de tarif d'affranchissement remonte déjà à quelques années. Sachez toutefois que vos timbres permanents « P » vendus en rouleau et carnet concernant le Canada, demeurent valides et ne nécessitent aucun ajustement de prix. Pour plus de détails, passez me voir ou consultez le site de postescanada.ca. De plus, plusieurs se questionnent sur le retrait du Publisac, qui a été remplacé par une nouvelle formule, appelée « Raddar » et qui doit être distribué par Postes Canada. Malheureusement le « Raddar » ne sera pas desservi pour les petites municipalités tel que St-Adrien en raison de la faible population. Cette décision provient de Publisac (TC.Transcontinental). Toutefois, la version numérique est disponible sur raddar.ca. Si vous désirez les rejoindre pour émettre vos commentaires et suggestions, voici leurs coordonnées : info@raddar.ca ou 1-888-999-2272. Cependant la distribution de « L'Actualités-l'Étincelle » (journal présent dans le Publisac) est maintenant assurée par Postes Canada à chaque semaine ainsi que certaines circulaires. Vous n'avez pas reçu votre copie de « L'Actualités » et vous désirez recevoir ces publicités, communiquez avec moi s.v.p !

J'en profite également, pour rappeler aux citoyens domiciliés sur la "Route 257" de poursuivre leurs démarches actuelles dans leur changement d'adresse pour remplacer l'appellation de la "Route 257" par le "Chemin des Semeurs" (changement d'appellation effectué par la municipalité en juin dernier). Votre réacheminement gratuit se termine incessamment. Veuillez aviser sans tarder vos destinataires s.v.p ! Merci pour votre belle collaboration ! Sachez qu'il existe des alternatives par la suite.

****Prenez note que le bureau de poste sera fermé :**

- Lundi 24 juin 2024
(Fête nationale du Québec, Saint-Jean-Baptiste)
- Lundi 1 juillet 2024 (Fête du Canada)

Voici un rappel des heures d'ouverture :

- Lundi: 09h-11h / 12h30-16h30
- Mardi au vendredi : 09h-11h / 13h-16h30
- Samedi & Dimanche : Fermé

Au plaisir de vous servir prochainement ! Bonne saison estivale ! **Tél. : (819) 828-0235**



1631 Giguère, Saint-Adrien, 819-828-0919

centredodaina@gmail.com

<https://www.centredodaina.ca>

<https://www.facebook.com/centredodaina>

<https://www.facebook.com/cnaila>

Centre de santé globale, lieu de ressourcement et d'ancrage, espace de transformation personnelle et collective, cœur de cocreation en conscience, vortex de vie et terre d'accueil des Étoiles!

SOINS INDIVIDUELS OFFERTS

- Massothérapie avec ou sans huile
- Soins thérapeutiques du corps physique
- Soins de détente
- Soins énergétiques, harmonisation
- Soins en périnatalité
- Approches orientales
- Libération cellulaire, émotionnelle et des mémoires karmiques
- Relation d'aide
- Processus pour diminuer stress, anxiété, peurs
- Approche pour retrouver sa boussole intérieure, ancrer sa confiance en soi
- Quête individuelle, en couple, famille ou petits groupes
- Lecture d'âme
- Activation et reconnexion cosmique

RENCONTRES DE GROUPE DISPONIBLES

Plusieurs cours et ateliers de groupe sont disponibles avec les détails sur notre site web <https://centredodaina.ca/activites/>.

ATELIER-BOUTIQUE DE CRISTAUX CNAÏLA

Cristaux naturels, bijoux, produits d'artisans locaux, objets de purification et d'harmonisation. Les heures d'ouverture et les nouveautés sont mises à jour sur notre page:

<https://www.facebook.com/cnaila>

CERTIFICATS-CADEAUX DISPONIBLES

Bienvenue à tous!

Bonjour à tous!

L'été est enfin à nos portes et un lot d'activités **gratuites et offertes à tous** sont prévues pour l'année **2024** jusqu'au printemps **2025**.

C'est le temps de vous inscrire afin de réserver vos dates.

PARC SERGE PICARD :

ACTIVITÉS EXTÉRIEURES GRATUITES OFFERTES À TOUS

Tous les mercredis matins *à partir du 12 juin*:

PÉTANQUE : 9h00 à 10h30, venez jouer, rencontrer des gens sympathiques pour jaser et avoir du plaisir. Le jeu de boules est fourni!

PICKLEBALL : Laissez-vous tenter, c'est un jeu facile et familial. Le pickleball est un sport de raquette (entre le badminton, le ping-pong et le tennis) qui se joue à 2 ou en équipe de 4. Les raquettes et les balles sont fournies.

SALLE COMMUNAUTAIRE :

ACTIVITÉS CULTURELLES GRATUITES OFFERTES À TOUS

LES MERCREDIS GRANDS EXPLORATEURS :

Ouverture des portes : 12h45

Le film débutera à 13h30 précises.

Voici les titres et les dates:

Cinq enfants du Monde	22 mai 2024
Auvergne	12 juin 2024
Sénégal	25 septembre 2024
Himalaya	23 octobre 2024
Les voies de la liberté	20 novembre 2024
Arménie	22 janvier 2025
Route 66	26 février 2025
Japon	19 mars 2025

COURS D'INFORMATIQUE :

Les vendredis 6-13-20-27 septembre 2024 de 9 h à 11 h. Pour les personnes qui possèdent un téléphone intelligent ou une tablette et qui sont intéressées à en savoir plus. (Fonctionnement de base, Internet, les applications, etc.)

Les mercredis 11-18-25 octobre 2024 de 9 h à 11 h. Pour les personnes qui ont les logiciels Word et Excel installés sur leur portable (laptop) ou sur leur tablette (fonctionnement de base d'un ordinateur, tour d'horizon des logiciels, comment faire la mise en page d'un texte, d'un budget ou d'un tableau, etc.

Groupe de 6 à 8 personnes. Documents fournis.

INSCRIPTION REQUISE (Pauline 286-8880).

BINGO : Le 2e lundi soir du mois, 19h00 à 21h00

Année 2024 : Les 9 septembre, 14 octobre, 11 novembre et 9 décembre.

Année 2025 : Les 13 janvier, 10 février, 10 mars et 14 avril.

VIACTIVE : Venez rejoindre l'équipe de Jeannine et Aimée, tous les lundis matin pour des exercices légers de mise en forme, offerts gratuitement à tous.

Début: 9 septembre de 10h00 à 11h15 à la salle communautaire.

LES SOUPERS DE LA FADOQ : à la salle communautaire. Ouverture des portes à 17h15. Le souper commence à 18h00. Cette année, les soupers seront suivis de spectacles ou de danse. Le Buffet Lise sera au rendez-vous pour nous servir.

THÉMATIQUES ET DATES:

13 septembre 2024 : **Souper d'automne**, suivi du spectacle de M. Donald Dubuc qui est un conteur et un cèleur de danses traditionnelles de la nouvelle génération au Québec

29 novembre 2024 : **Souper de Noël**, suivi par de la danse avec Fernande.

14 février 2025 : **Souper de la Saint-Valentin**, suivi par !!!! présentement en négociation au moment de l'écriture.

11 avril 2025 : **Souper du temps des sucres**, suivi par de la danse avec Fernande.

16 mai 2025 : **Souper du printemps**, suivi par L'Assemblée Générale Annuelle (AGA).

CONFÉRENCES THÉ TRE GRATUIT:

Nous sommes actuellement à regarder et à négocier pour vous offrir au moins 4 à 5 conférences gratuites durant l'année ainsi que possiblement, une pièce de théâtre...

Plus de détails à venir!

Voilà pourquoi il est IMPORTANT de consulter régulièrement la publication mensuelle du «**Marchons ensemble**», ou encore de lire et conserver les envois que la **Fadoq** vous fait parvenir par la poste, histoire d'être au courant des activités et d'inscrire les dates pour pouvoir participer et surtout, ne rien manquer! Merci à toutes les personnes qui œuvrent à offrir de belles occasions à nos aînés, mais aussi, en fin de compte à tous les citoyens de Saint-Adrien. Alors, profitez-en! Et participez!

Le Conseil d'Administration du Club Fadoq Saint-Adrien.

PAROISSE

COEUR-IMMACULÉ-DE-MARIE

WOTTON-SAINT-ADRIEN

Par Pierrette Poirier

Neuvaine à Saint-Antoine

Avec l'arrivée de la saison estivale, commence la neuvaine à Saint-Antoine à la chapelle de Saint-Camille. Cette année, elle débute le mardi 11 juin prochain et se poursuit pendant 9 mardis consécutifs à compter de 19h00.

Comme d'habitude, la célébration se déroule comme suit : chapelet, présentation spéciale et messe.

Cette année, le thème général, c'est le 150^e du diocèse de Sherbrooke. À cette occasion, les prêtres qui viendront présenteront les sanctuaires du diocèse.

Voici les dates déjà confirmées :

11 juin : Bénédiction de la verrière
(Abbé Steve Lemay)

18 juin : Sanctuaire Sainte-Anne-de-la-Rochelle
(Abbé Jean-Claude Demers)

25 juin : Sanctuaire Saint-Gérard
(Mgr Donald Lapointe)

2 juillet : Sanctuaire Mont Saint-Joseph
(Abbé Gilles Baril)

9 juillet : Sanctuaire Sacré-Cœur de Beauvoir
(Abbé Jocelyn Plante)

16 juillet : Sanctuaire Saint-Antoine
(Abbé Marcel Jacques)

23 juillet : Communauté Nouvelle
(Famille Marie Jeunesse)

30 juillet : Présentation d'un prêtre venant de l'étranger

6 août : 125^e du Sanctuaire Saint-Antoine
(Abbé Gilles Baril)



En ce beau mois de Mai, lors de notre récent C.A. de la Sage Maison, tous les membres ont décidé de continuer à travailler sur notre projet.

Même si le terrain pour bâtir se fait attendre, même si notre 2^e demande de subvention provinciale au PHAQ (Programme d'habitation abordable québécois) a été refusée, nous gardons espoir.

Nous sommes à la croisée des chemins dans cette aventure de 4 ans presque. Il nous faudra trouver ensemble des solutions et analyser de nouvelles possibilités concrètes.

Nous visons une stratégie à court terme en misant sur un plan d'action pour la prochaine année : consultations auprès d'autres initiatives de logements abordables, de coopératives d'habitations, recherche de partenariats d'expertises et financiers sur notre territoire (MRC, CDC, Fédé Coop de l'Estrie).

Afin de réaliser enfin notre objectif de garder nos personnes âgées à Saint-Adrien en leur offrant un milieu de vie sécuritaire, respectueux, accueillant et digne de leurs vécus, nous aurons besoin d'une forte mobilisation citoyenne et de coopér-action des membres et des futurs membres qu'ils soient utilisateurs ou de soutien.

Aussi, avec l'aide du Collectif communautaire de St-Adrien (Comité de développement), en Septembre prochain toute la population de notre Municipalité sera invitée à un Agora de réflexion sur l'avenir et le sort de nos aîné.es ici à Saint-Adrien.

Nous vous souhaitons un été plein de chaleur humaine.

Lucie Benoit pour tous les membres du CA.



Nouveaux Horizons au Rucher Fleur de miel

Avec l'arrivée du printemps, le Rucher s'immerge dans la préparation de ses installations pour assurer une saison apicole prospère.

Nettoyage et Maintenance des Ruches

La rénovation printanière commence par un nettoyage approfondi des ruches. Cette étape essentielle implique l'inspection de la structure de chaque ruche, le remplacement des cadres endommagés, et le retrait des accumulations de propolis, de cire et d'abeilles mortes. Un environnement propre est vital pour prévenir les maladies et les infestations parasitaires qui pourraient affaiblir la colonie durant la saison active.

Inspection des Colonies

Une fois les ruches nettoyées, il est crucial de vérifier l'état des colonies. Cette inspection détaillée permet de s'assurer que la reine est présente et en bonne santé, que la population d'abeilles est robuste, et que les réserves de nourriture sont suffisantes. L'apiculteur examine également les signes de maladies ou de parasites, comme la loque américaine ou le varroa, afin d'intervenir rapidement si nécessaire.

Peinture Écologique des Hausses

Cette saison, une nouveauté écologique embellit et protège certaines hausses : la peinture suédoise. Composée de farine, d'eau, de pigments naturels, de savon noir, d'huile de lin, de sulfate de fer pour le mordant et pour protéger le bois des intempéries, cette peinture est prisée pour sa durabilité et son faible impact environnemental. Les pigments naturels offrent une palette de couleurs harmonieuses qui se fondent dans le paysage. Cette approche s'inscrit dans une démarche de respect et de préservation de l'environnement, alignée avec les valeurs du Rucher.

Planification Stratégique

En parallèle à ces activités, la planification de la saison inclut l'optimisation de l'emplacement des ruches et la préparation à l'élevage de nouvelles reines pour diviser certaines colonies et ainsi agrandir le cheptel. Anticiper les floraisons et comprendre les cycles biologiques des plantes locales permet d'aligner les pratiques du rucher avec les rythmes naturels, maximisant ainsi les bénéfices pour les abeilles et la biodiversité environnante.

Conclusion

Le Rucher Fleur de Miel entre dans le printemps avec dynamisme et innovation, prêt à accueillir une nouvelle saison apicole. Les pratiques écologiques telles que les traitements (conformes aux pratiques biologiques) à base d'acide formique pour la gestion du varroa (acariens de l'abeille), soulignent un engagement envers la durabilité et la santé des colonies. À mesure que les jours s'allongent et que la température monte, le rucher bourdonne, non seulement d'activité apicole, mais aussi d'un engagement renouvelé envers un avenir plus vert.





CAMPING

DE LA
RIVIÈRE NICOLET

Venez passer LA JOURNÉE





- Tubes et **kayaks**
- **Pêche** en étang
 - Jeu d'évasion **en forêt**

- Jeux d'eau et piscine **creusée**
 - **Jeux** gonflables
 - Karts à **pédales**
- Bar laitier
 - Pizza
 - Produits locaux
- **Parc** de jeux
 - Party **mousse**
 - Miniferme



Voir toutes
les activités
disponibles

32, RANG 16 EST, WOTTON • 819 828-0108
campingrivierenicolet.com



MUNICIPALITÉ SAINT-ADRIEN

1589, rue Principale, Saint-Adrien (Québec) J0A 1C0

Tél. : (819) 828-2872 Téléc. : (819) 828-0442 Courriel. : municipalite@st-adrien.com

Nuisances et entretien des propriétés

De façon générale, les résidents de la Municipalité entretiennent leurs propriétés avec fierté. Toutefois, à l'occasion, on peut voir certains immeubles négligés, des nuisances visibles, des terrains mal entretenus et des abris temporaires encore montés après le 1er mai. Il devient donc important de rappeler à la population que des règlements régissent ces négligences.

On entend par nuisances, toute matière malpropre ou nuisible qui affecte l'environnement ou la qualité de vie des résidents d'un secteur donné. Entrent également dans cette définition les traineries constituées de résidus solides, liquides ou gazeux provenant d'activités résidentielles, industrielles, commerciales ou agricoles laissées au regard de tous et qui déguisent l'aspect de propreté du village.

Les gazons oubliés, les branches mortes laissées sur les terrains sont également assimilées à la notion de nuisance.

Pour ce qui est des abris temporaires ou garage de toile blanche, brune ou jaune (un abri temporaire peu importe sa grandeur, sa couleur, ou sa conception reste un abri temporaire), ils sont autorisés à partir du 15 octobre mais doivent être enlevés au 1er mai (structure incluse).

Déroger à ces règles peut entraîner des pénalités minimales de 200\$ et pouvant atteindre 3000\$.

La Municipalité croit que cette démarche sera la seule nécessaire pour éveiller chez chacun le sentiment de fierté et d'appartenance dont ont toujours fait preuve les Adriennois.

Chiens en liberté, médaille et devoir de maîtres

En tout temps, les chiens doivent être sous le contrôle de leurs gardiens ou d'une personne adulte et responsable. Cette obligation est valable dans le périmètre urbain comme dans nos rangs de campagne. Des pénalités sont prévues au règlement contre tout gardien qui contreviendrait à cette règle.

Nous vous rappelons également que les chiens doivent obligatoirement être médaillés et que cette médaille doit être portée au collier du chien en permanence.

Permis de construction et de rénovation

Les règlements relatifs aux constructions et rénovations de la municipalité de Saint-Adrien ont pour objectif de promouvoir le bien-être et la sécurité sur l'ensemble du territoire, en fixant des normes et des règles pour l'édification, la transformation, la reconstruction, la rénovation, la démolition, l'enlèvement, le déplacement de toute construction ou partie de construction, de manière à en assurer les qualités essentielles souhaitables.

Comme les règlements sont complexes et ne peuvent se résumer en quelques lignes, il est important de mentionner que pour toute intervention, il serait bon de prévoir une rencontre avec votre officier municipal en bâtiment et environnement.

Dans le doute, prenez pour acquis que tous travaux et activités doivent être déclarés et réalisés en conformité avec notre réglementation, informez-vous.

Travaux effectués sans permis et pénalités

Une légende urbaine veut que les travaux effectués sans permis ne soient pas détectables après la fin des travaux et qu'aucune sanction ne peut plus être imposée. En réalité, c'est qu'à Saint-Adrien, une tolérance s'était établie, la Municipalité ne donnait pas suite au phénomène des travaux sans permis, mais toute bonne chose a une fin.

Maintenant, la volonté du conseil est d'appliquer le règlement, et de pénaliser les propriétaires d'immeubles qui auront effectué des travaux sans permis. Ce qui signifie que, dès qu'un contrevenant sera détecté, la pénalité prescrite au règlement sera appliquée.

Nous tenons également à vous informer que cette année est celle de la tournée générale des évaluateurs, qui visiteront toutes les résidences de la Municipalité. Suite à cette opération, un rapport qui contiendra toutes modifications aux immeubles de notre territoire nous sera remis.

Avant que nous ayons en main ce rapport, si vous avez effectué une construction, une rénovation ou tout autres travaux du genre sans permis, vous pouvez venir nous rencontrer et nous vous émettrons un permis sans autre condition. Par contre, après la réception de la mise à jour des dossiers d'évaluation, toutes les constructions, rénovations et autres qui nécessitent un permis, qui auront été détectés par nos évaluateurs, feront l'objet de constat d'infraction et ce, de façon systématique.

Prévaliez-vous de cette opportunité de vous conformer, et évitez ainsi des amendes sévères inutiles.

Formulation des plaintes

Nous tenons à vous rappeler que lorsque vous désirez faire une plainte en vertu d'un règlement municipal, cette plainte doit être faite par écrit et signée. Aucune plainte ne sera traitée si ces conditions ne sont pas réunies.

Bonne saison chaude à tous!

Tous ensemble pour une qualité de vie exceptionnelle; oui nous y croyons.

Le conseil municipal, la direction et ses employés vous souhaitent un bon printemps et un été fantastique.

Jennyfer Poitras
officière municipale



Régie intermunicipale d'incendie des Trois Monts

ENSEMBLE POUR PRÉVENIR LES FEUX

Le printemps s'en vient à grand pas. Ce qui veut dire que la saison des feux de broussailles revient aussi. À chaque année, votre service de protection contre les incendies est demandé pour éteindre des feux d'origine accidentelle ou volontaire, dans les broussailles ou dans la forêt.

Chaque petit feu allumé volontairement était, à la base, petit et sous contrôle de son responsable. Il suffit d'un moment de distraction ou d'un vent qui se lève pour en perdre le contrôle. Même si vous pensez que votre feu est éteint, le vent pourrait transporter des braises, ou même parfois, ce sont les racines qui propagent l'incendie. C'est pourquoi une grande quantité d'eau est nécessaire afin de bien éteindre et refroidir votre feu.

Feux à ciel ouvert ou en foyer?

Le beau temps rime aussi avec un beau petit feu de camp et ceci aussi, nous vaut plusieurs appels pour vérifier un feu à ciel ouvert ou parce que la fumée incommode un voisin. Définissons donc un feu à ciel ouvert, et rappelons-nous où et quand on peut en allumer.

Feu à ciel ouvert : Tout feu autre que dans un foyer conforme avec porte et cheminée pare-étincelles est considéré comme un feu à ciel ouvert.

Où peut-on allumer un feu à ciel ouvert (sans permis)

- Dans un périmètre rural (campagne);
- À une distance de 3 mètres de la ligne de propriété, 5 mètres de tous matériaux combustibles, 10 mètres de tout bâtiment et 45 mètres des bâtiments agricoles;
- Sur une surface incombustible et ayant un muret de rétention de 25 cm de hauteur, sur laquelle le feu ne doit pas être plus d'un mètre de diamètre et un mètre de hauteur;
- Aucun feu à ciel ouvert ne peut être allumé dans le périmètre urbain (village).

Quand peut-on allumer un feu à ciel ouvert (sans permis)

- Quand l'équipement nécessaire pour empêcher la propagation du feu est disponible sur les lieux où est allumé le feu, et ce, pour toute la durée dudit feu;
- Quand une personne d'au moins 18 ans est présente sur les lieux, et ce jusqu'à ce que le feu soit complètement éteint;
- Quand la vitesse du vent est inférieure à 20 km/h. Il est interdit d'allumer ou le maintenir allumé lorsque le vent dépasse cette force;
- Quand aucun produit accélérant n'est utilisé;
- Quand la fumée n'incommode pas les voisins;
- Quand le responsable a répondu à son obligation de vérifier le niveau de danger d'incendie indiqué par la Sopfeu et que celui-ci est bas ou modéré;
- Aucun feu à ciel ouvert ne peut être allumé sans permis entre le 1 avril et le 1 juin.

-Quand on utilise seulement, comme matière combustible, du bois séché non verni, non peint, ni traité et exempt de toute matière toxique. Il est interdit d'y brûler des déchets solides ou autres rebuts visés aux règlements sur les déchets. Dans le cas où le service incendie serait appelé à intervenir sur les lieux d'un feu où des polluants seraient brûlés (plastique, huile, pneus et matériaux de construction etc.), le service serait dans l'obligation de transmettre le dossier au ministère de l'environnement.

Village ou périmètre urbain

Dans le village, un foyer conforme est requis;

Un foyer extérieur ne peut être installé que dans la cour arrière ou latérale;

Le foyer extérieur doit être à distance d'au moins 2 mètres de toute ligne de propriété, d'au moins 3 mètres de tous matériaux combustibles et d'au moins 5 mètres de tout bâtiment;

Pour tout autre feu, un permis est requis.

Demandez-le à votre responsable municipal, ce permis est obligatoire et gratuit.

Évitez une infraction!

Le fait, pour une personne d'allumer un feu sans permis ou de ne pas respecter les conditions d'utilisation stipulées ci-haut, constitue une infraction. Cette personne est passible de sanctions et peut être tenue responsable du paiement des déboursés encourus par la Régie pour le travail du service de sécurité incendie. Ceci est seulement un résumé du règlement municipal, je vous invite à le consulter de plus de précision pour festoyer joyeusement en sécurité.

Bon feu de camp!



LE MARCHÉ DE SAINT-ADRIEN

SAISON

2024

DU 22 JUIN AU 21 SEPTEMBRE

Regroupant des producteurs et artisans de la région dans une atmosphère de fête, le marché de Saint-Adrien est une rencontre hebdomadaire à ne pas manquer. Une journée idéale pour faire ses emplettes de produits locaux mais également pour partager un dîner, un moment convivial autour de nos tables à pique-nique ou pour profiter des invités musicaux se joindront à l'événement 4 samedis durant l'été.

LES MARCHÉS EN MUSIQUES: 6 JUILLET - 20 JUILLET - 3 AOÛT - 17 AOÛT

ARTISAN.ES ET PRODUCTEUR.ES PRÉSENT.ES TOUS LES SAMEDIS:

- **Les Jardins d'Entre Lune et Sol** avec leurs légumes bio
- **L'atelier floral MELI FLORA** par Mélina Dupras-Rossier avec ses créations florales et ses bijoux de pierres semi-précieuses
- **Christine-Claire** avec bijoux de macramé et ces mini lectures de tarot
- **Mère et Terre** d'Audrey Laporte avec ses produits de la ferme; caramel au lait de chèvre, sel aromatisé, cannages et des massages sur chaise
- **La ferme Francis Picard** avec leur viande de bouvillon nourri à l'herbe
- **La ferme Dans'lvent** producteur de porc, poulet et oeufs de pâturage
- **Claude Dupont** avec la vente de livre au profits de la biblio
- **SoukhaMondesavons** par Réjean Bergeron avec ses savons loofah exfoliant et ses savons en barre
- **Tristan et Maël Lussier** avec du café, des biscuits et des muffins
- **Les Jardins de la Splendeur** de Solange avec ses germinations et ses différents plats santé et végétarien

ARTISAN.ES ET PRODUCTEUR.ES OCCASIONNELLEMENT PRÉSENT.ES:

- **Catherine Sauvage** avec sa gamme de soins corporel et de parfums élaborer à partir de plantes sauvages (Parfums-crème-onguent-foin d'odeur- sauge) (**29 juin, 13 et 7 juil., 17 et 31 août, 21 sept.**)
- **Les Gousses à Gab** avec leurs produit artisanal d'ail noir en sac (**17 août et 14 sept.**)
- **Marinades péruviennes et cics** par Marisol Hidalgo (**22 Juin, 6 et 20 juillet, 10 août et 21 sept**)
- **Créations Lumifées** par Eliana Angers avec ses jouets pour enfants et articles féérique (**22 et 29 juin, 20 juil., 3 et 17 août**)
- **La rosée en fleur** par Sarah Houle avec sa savonnerie artisanale, produits corporels et ménagers artisanaux (**22 juin, 31 août et 14 sept.**)
- **Rucher fleur de miel** par Antoine Dolé avec son miel artisanal et ses produits de la ruche (**27 juil., 3et24 août, 7 et 21 sept.**)
- **Chouchoune & Moi** par Coralie Fortin-Bohemier avec ses chouchous à cheveux variés et ses sacs magiques maison (**22 juin**)
- **Centre d'apprentissage libre les Semences d'Étoiles** par Sarah Houle avec ses collations sans gluten/sans produits laitiers et de l'artisanat pour une levée de fond (**22 juin, 10 août, 7sept.**)

Si vous êtes artisan.ne ou producteur local et que vous aimeriez être exposant.e pour la saison ou de façon occasionnel, nous vous invitons à vous rendre sur le site de la municipalité <https://www.st-adrien.com/le-marche/> Vous y trouverez toutes les informations et le lien vers le formulaire d'inscription ainsi que celui du document "introduction au marché" qui vous renseignera sur notre charte de valeurs. Une fois le formulaire rempli et après consultation de votre demande, nous vous recontacterons afin de finaliser votre adhésion.

Au plaisir et à bientôt

Devant l'église
1606 Rue Principale
Saint-Adrien, QC
J0A 1C0

SAISON 2024
DU 22 JUIN AU 21 SEPTEMBRE

TOUS LES SAMEDIS
10:00 AM - 1:00 PM

La chronique d'un banquier du peuple: No.1

La disparition de l'argent comptant et la bio-numérisation de nos vies

Ayant accumulé plus de 25 ans d'expertise dans le domaine financier et bancaire, à conseiller mes clients sur leurs options, j'ai été témoin d'événements souvent passés inaperçus qui, mis en perspective, nous permettent de mieux comprendre les enjeux qui poussent l'élite actuelle à une tentative de reset coordonné au nom du « *Build Back Better* ».

Examinons tout d'abord l'évolution des taux d'intérêt directeur de la Banque du Canada:

La faiblesse des taux et la situation d'urgence suivant la crise immobilière de 2008 ainsi que suivant la « pandémie » a donc permis une expansion exceptionnelle de la masse monétaire par l'endettement des états et donc l'impression de billets verts, en majorité déjà numérique.

Il est évident que nos dirigeants n'ignoraient pas que l'accroissement aussi rapide de la masse monétaire, de l'endettement du gouvernement, de ses dépenses et du relèvement des taux directeurs de manière coordonnée, allait générer de l'inflation sans nécessairement stimuler une croissance économique saine et viable à long terme.

Que se passerait-il si l'inflation revenait de plus belle sans pour autant être le résultat d'une économie saine et en surchauffe?

C'est donc ici que prend son sens l'expression « *stagflation* » : une économie stagnante accompagnée d'une inflation persistante.

Le constat actuel semble indiquer, aux USA, que l'inflation est bien présente et que

les baisses de taux pourraient ne pas avoir lieu.

Ceci étant dit, venons-en à notre sujet: **Qu'en est-il de la disponibilité de liquidités, de billets verts et d'argent comptant?**

Hé bien, je vous annonce qu'il y a présentement un phénomène de contraction importante de la masse monétaire, qui dans les faits, raréfie la ressource.

La contraction de la masse monétaire M2 arrive au moment même de l'annonce de **fermeture de guichets automatiques** et des problèmes d'approvisionnement en numéraire (argent comptant) datant d'avant 2020.

Il faut souligner qu'en 2018-2019, cette contraction de la masse monétaire avait conduit à la mise en place de plans d'injection de liquidités en urgence afin d'éviter que les banques ne manquent de « *cash* » à court terme pour leur clients.

Ces plans d'urgence n'ont pas été publicisés et ont été totalement éclipsés par les événements du début 2020, qui ont eu l'effet d'un écran de fumée, puisque l'injection massive de capitaux réglait le problème, du moins temporairement...

Actuellement on peut facilement estimer que l'argent « *fiat* » (monnaie émise par nos banques centrales) est déjà numérisé à environ 90%.

C'est donc un grave constat que de réaliser que ces dernières années, le progrès ou encore le pouvoir de suggestion ont convaincu la masse **d'abandonner l'usage du billet vert**.

Cette situation nous rend tous extrêmement vulnérables sur le plan économique.

En réponse à la baisse d'achalandage des points de services bancaires et guichets automatiques, plusieurs institutions financières ont annoncé, de manière coordonnée, la fermeture de points de ravitaillement en argent comptant.

Il sera donc de plus en plus difficile de se procurer de l'argent comptant, principalement en région, mettant en péril le commerce local, de proximité et indépendant, pour lequel les frais de services chargés aux commerçants lors de l'usage de monnaie plastique ou numérique peuvent faire une grande différence sur la marge bénéficiaire.

Et pour en rajouter au portrait que je viens de dresser, un projet révolutionnaire en matière de gestion d'actifs et de « *titrisation* » par les institutions financières verra le jour sous peu.

Graphique 5
Inflation excluant le coût de l'intérêt hypothécaire



Nota - Le dernier point de données correspond à février 2024.

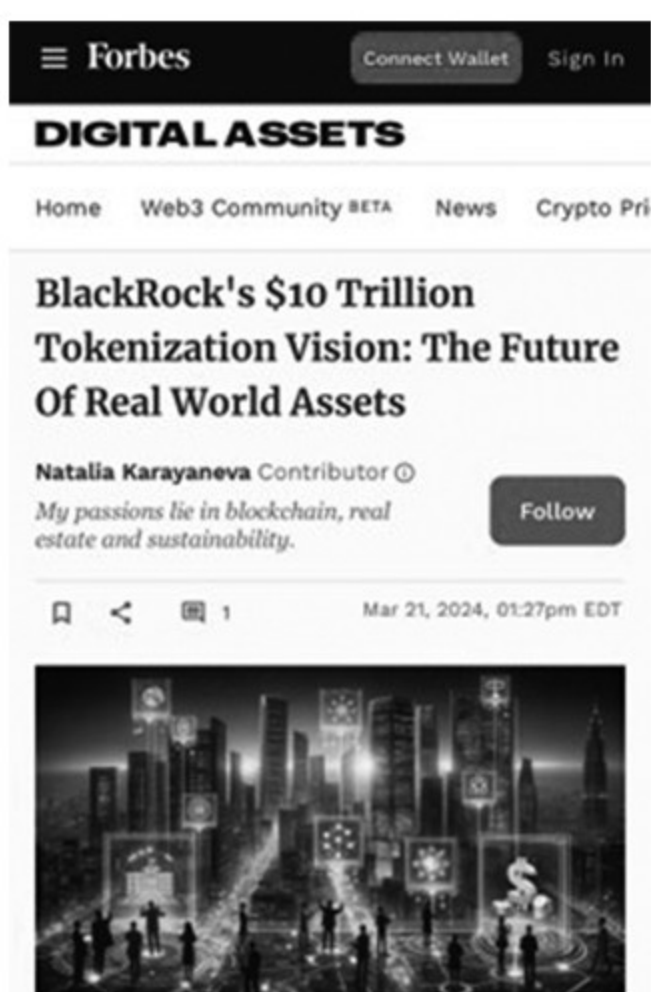
Source : Statistique Canada.

Ce projet s'inscrit inévitablement dans l'agenda de bio-numérisation du monde.

BlackRock, certainement la plus grosse société de gestion d'actifs, de fonds de pension et de gestion de portefeuille au monde, proposera prochainement aux institutions bancaires, une participation dans un portefeuille de « *tokenisation* » d'actifs réels, soit des immeubles, des maisons, des équipements, des véhicules... etc... tout ce qui peut être financé.

<https://www.forbes.com/sites/nataliakarayaneva/2024/03/21/blackrocks-10-trillion-tokenization-vision-the-future-of-real-world-assets/?sh=4ca51fd1535c>

La « *tokenisation* » est un procédé qui utilisera la « *blockchain* » (la technologie du Bitcoin) pour créer des « *NFT* » (token non fongibles) liés à des actifs tangibles et finançables, facilitant la gestion et les transactions sur ces actifs, comme votre maison ou votre voiture par exemple.



Il est donc évident que si ces procédés sont éventuellement adoptés par les institutions financières pour une raison de rentabilité, d'économie et de transparence dans la gestion du risque, il est fort probable que comme consommateur, on vous demande la confirmation de votre identité numérique (préalablement imposée par nos gouvernements) permettant de lier votre droit de propriété au *NFT* en question.

Il sera donc extrêmement facile de conditionner vos droits selon les paramètres souhaités et programmables en temps réel avec l'aide de l'intelligence artificielle.

Il ne manquera que la monnaie digitale programmable de banques centrales (CBDC) pour couronner le tout et bonjour la **société numérique sans argent comptant**.

Si pour vous, **la disparition rapide de l'argent comptant** et la **bio-numérisation** de notre société inévitable vous dérange, n'attendez pas que la tempête soit sur nous pour vous mobiliser.

Voici une suggestion d'action coordonnée qui pourrait possiblement ralentir l'inévitable.

Je vous invite à prendre connaissance du lien ci-joint afin de faire savoir à Desjardins et nos élus, que nous sommes plusieurs à être inquiets de **la disparition rapide de guichets automatiques dans notre communauté**.

Ensemble, reprenons notre pouvoir citoyen et exerçons nos droits démocratiques.

Desjardins étant toujours une coop appartenant à ses membres, il est totalement légitime d'agir.



Connexion-u.org

Mot de la présidente de Connexion-U.org:

<https://connexion-u.org/?na=v&nk=3359-e0c2cc34a0&id=134>

Mobilisation:

<https://connexion-u.org/mobilisation-des-membres-et-clients-desjardins/>

Communiqué:

https://connexion-u.org/wp-content/uploads/2024/03/Communique-Mobiliser-les-membres-et-clients-de-Desjardins_Direct-22-3-24-1.pdf

Contact: info@connexion-u.org



Chronique d'une **MPcurienne**

-Par Marie-Pier Therrien

Quand vient le moment d'écrire ma chronique culinaire, je me pose toujours la question : « Qu'est-ce que j'aime manger à ce temps-là de l'année? ». Alors voilà, qu'est-ce que m'évoque culinairement le mois de juin? La réponse est facile : les fraises! Les bonnes et savoureuses fraises du Québec, qu'on cueillait autant qu'on mangeait directement sur les plants quand on était enfant. Ça se terminait inévitablement par un mal de ventre, mais ça valait la peine! Ce que j'aime beaucoup faire lors de la saison des fraises, c'est un shortcake! Et ces temps-ci, j'ai un petit penchant (lire ici : une solide dépendance) au mélange de matcha et de chocolat blanc, alors je vais donner une petite « twist » au classique!

Shortcake aux fraises *avec chantilly au matcha et chocolat blanc*

Tout d'abord, j'utilise toujours la recette de gâteau de Ricardo, mais sachez que si vous vous sentez flemmards, vous pouvez toujours acheter les bases de gâteaux vendues en épicerie (ça en prend deux pour les deux étages). C'est un peu moins savoureux, mais je le fais souvent lorsque je prends une décision de dernière minute!

Ingrédients

Gâteau

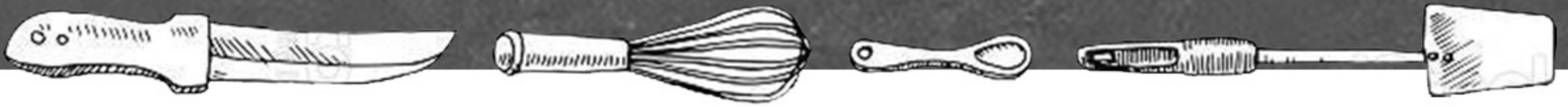
1 tasse de farine tout usage non blanchie
1 c. à thé de poudre à pâte
1/4 c. à thé de sel
3 œufs, séparés
1 1/4 tasse de sucre
1/2 tasse de beurre non salé, ramolli
1 c. à thé d'extrait de vanille
1/2 tasse de lait

Fraises

Écoutez, ça en prend beaucoup pour que ça goûte assez! Un bon 2 tasses minimum de fraises fraîches tranchées (mais moi, j'en mets beaucoup plus!).

Chantilly au matcha et au chocolat blanc

240 ml de crème à fouetter 35 % (1 contenant)
150 g chocolat blanc
2 c. à thé de poudre de thé matcha
1/2 c. à thé de vanille



Méthode:

Gâteau :

Placer la grille au centre du four. Préchauffer le four à 350 °F. Moi j'ai pris deux moules à gâteaux en silicone pour ne pas avoir à couper le gâteau, mais un fait l'affaire! N'oubliez pas, si vous avez des moules normaux, de les beurrer et fariner!

Dans un bol, mélanger la farine, la poudre à pâte et le sel. Réserver.

Dans un autre bol, fouetter les blancs d'œufs au batteur électrique jusqu'à l'obtention de pics mous. Ajouter 1/2 tasse de sucre graduellement en fouettant jusqu'à la formation de pics fermes. Réserver.

Dans un troisième bol, fouetter le reste du sucre avec le beurre, les jaunes d'œufs et la vanille au batteur électrique. À basse vitesse, incorporer les ingrédients secs en alternant avec le lait.

Incorporer le quart de la meringue dans la pâte pour l'alléger. À l'aide d'une spatule, incorporer le reste de la meringue en pliant délicatement. Verser dans le ou les moules.

Cuire au four 40 minutes pour deux moules (ou 55 pour un environ) ou jusqu'à ce qu'un cure-dent inséré au centre du gâteau en ressorte propre. Démouler immédiatement et laisser refroidir complètement sur une grille.

Chantilly fouettée au matcha et chocolat blanc :

Faire fondre le chocolat blanc (votre méthode préférée, soit le bain-marie, le micro-ondes ou le chaudron à feu doux).

Passer le matcha au tamis sur le bol contenant la crème à fouetter.

Fouetter la crème au mélangeur, lorsqu'elle commence à prendre forme, ajouter le chocolat blanc et continuer de fouetter jusqu'à ce qu'elle ne bouge plus lorsqu'on penche le bol (et pics fermes).

Montage :

Couper le gâteau en deux tranches pour faire deux étages. Sur l'étage du bas, verser la moitié du mélange de crème, recouvrir des fraises tranchées, couvrir avec le deuxième étage de gâteau et le reste de crème, puis décorer avec le restant de fraises. Moi, je conserve 8 belles grosses fraises que j'équeute et je fais deux incisions sur le dessus pour les ouvrir (voir la photo).

BON APPÉTIT!





**ESPACE-NATURE
PETIT HAM**

Gilles Pellerin
gpellerin@hotmail.com
Tél.: 819 828-2341

merci a tout ceux qui ont cru au projet!

WWW.PETITHAM.COM

TRAVAUX DE TOUT GENRE - Pelle à l'huile bio
Champs d'épuration (tous systèmes) Pelles 8 à 35 tonnes
Vente de sable - Aménagement de berges



**EXCAVATION
PELLERIN
INC.**

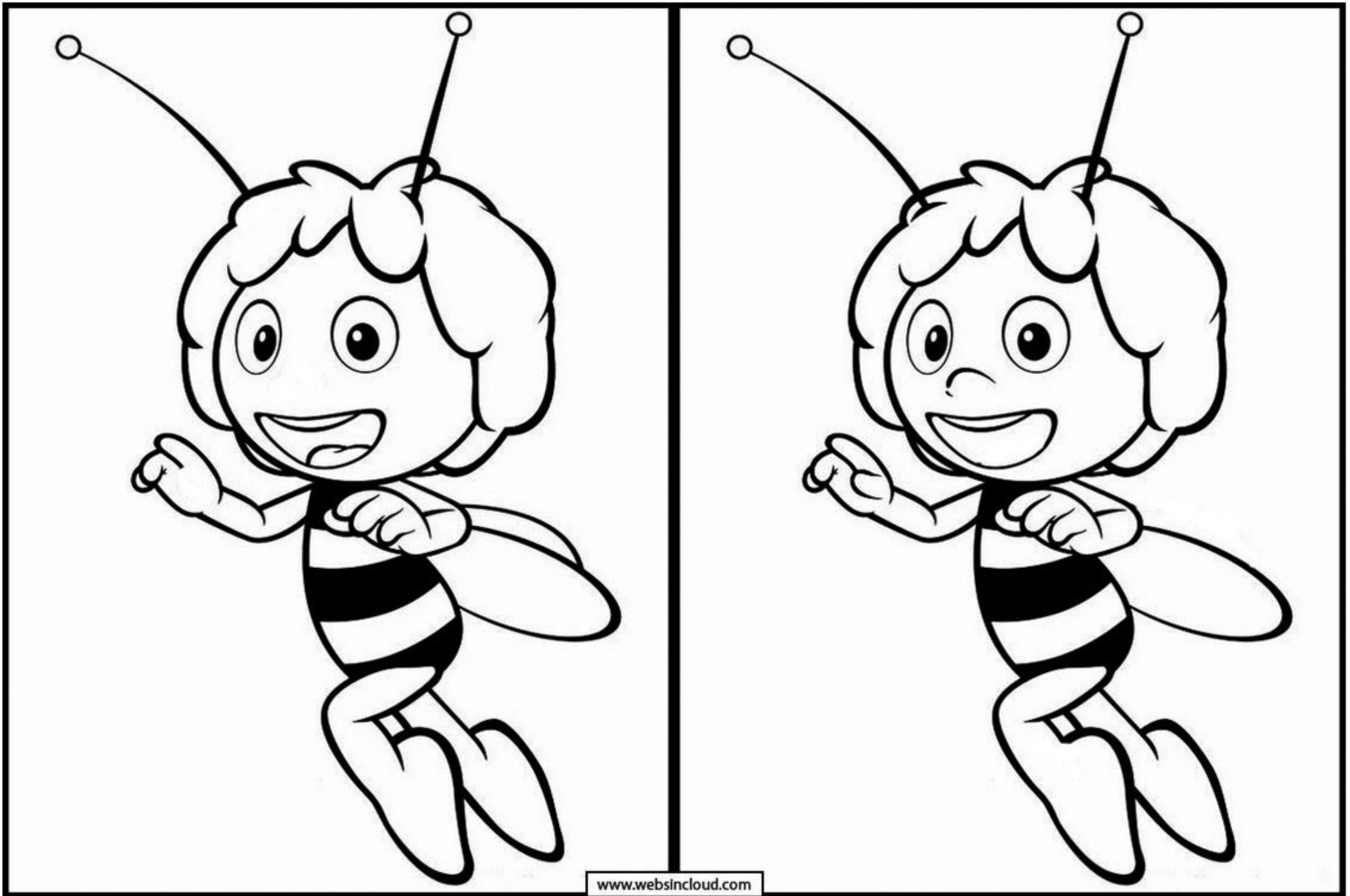
info@excavationpellerin.ca

Bur. **819 340.1927**

www.excavationpellerin.ca

RBQ: 5752-6279-01

Trouve les 5 différences entre les deux dessins. Entoure-les.



Charade 1

Mon premier est un pronom singulier
Mon deuxième est le contraire de plein
Mon troisième est la terminaison des verbes du 1er groupe
Mon quatrième est une voyelle
Mon tout se joue sur une console

Charade 2

Mon premier est un passage construit au-dessus d'une rivière
Mon deuxième est une partie du corps situé au bout de la jambe
Mon tout est une personne qui combat les incendies

Devinette

Pourquoi dit-on que les carottes donnent une bonne vue ?

Réponses:

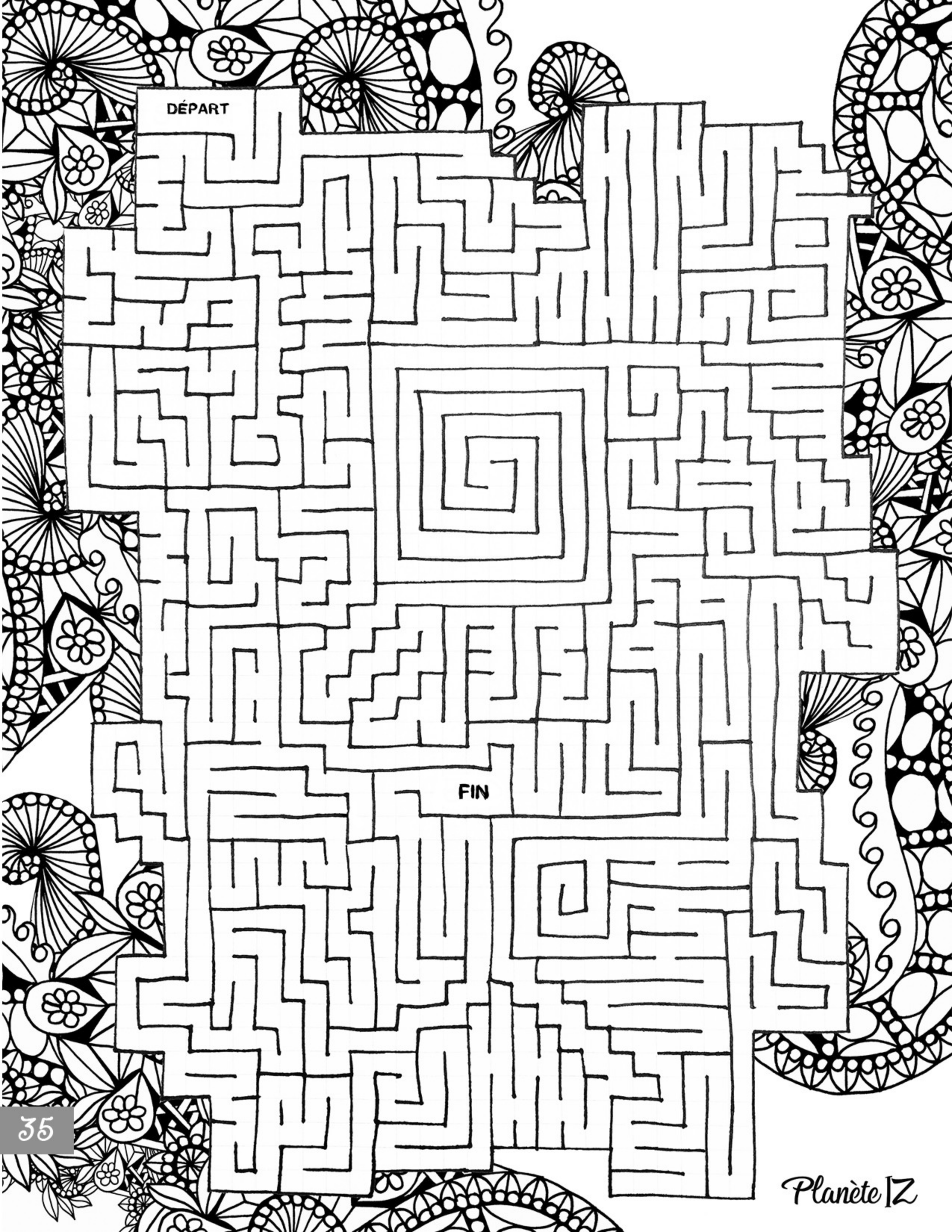
Charade 1: Je-vide-er-o (jeux vidéo)

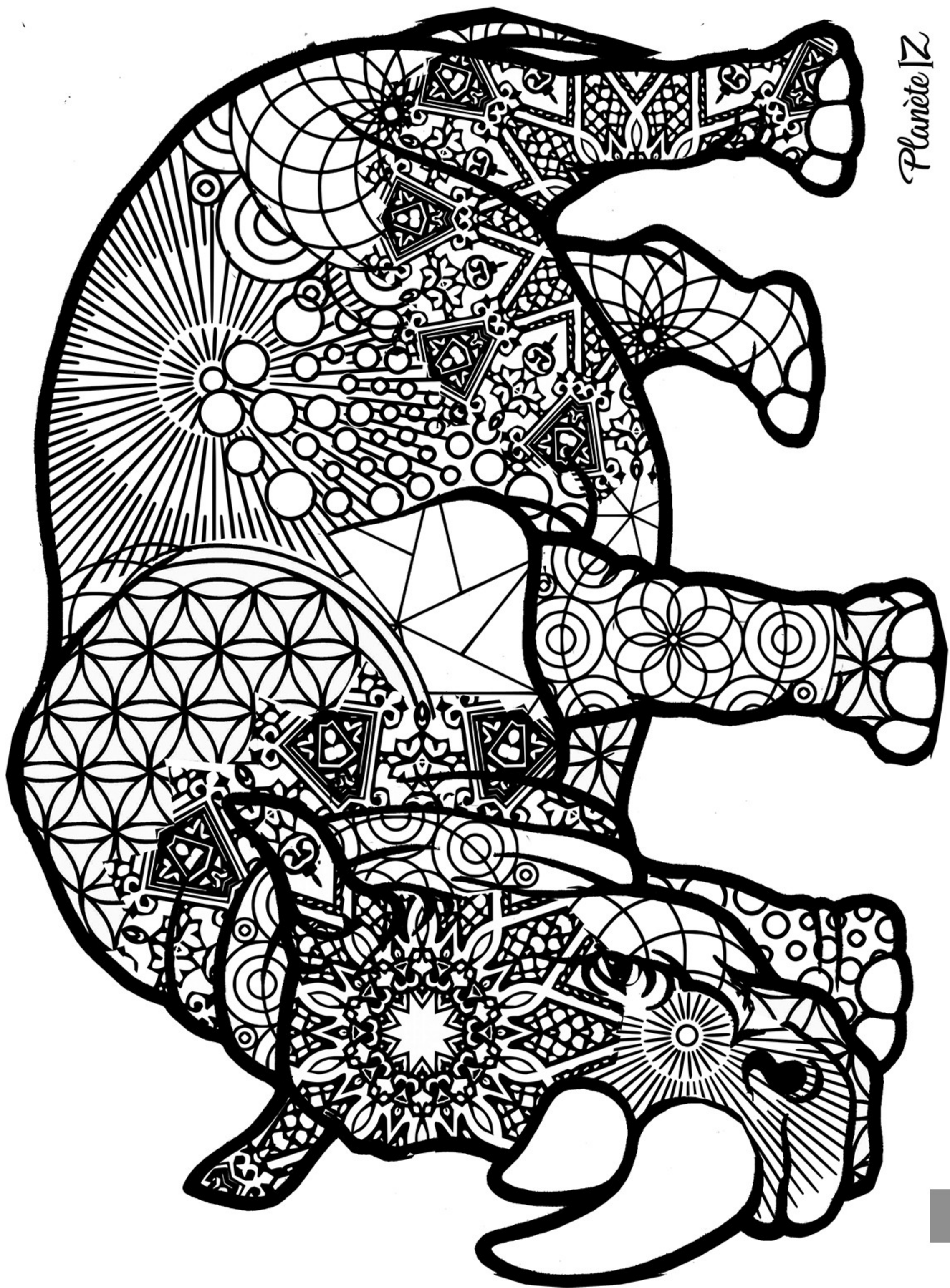
Charade 2: Pont-pied (pompier)

Devinette : parce qu'on a jamais vu de lapin avec des lunettes !!

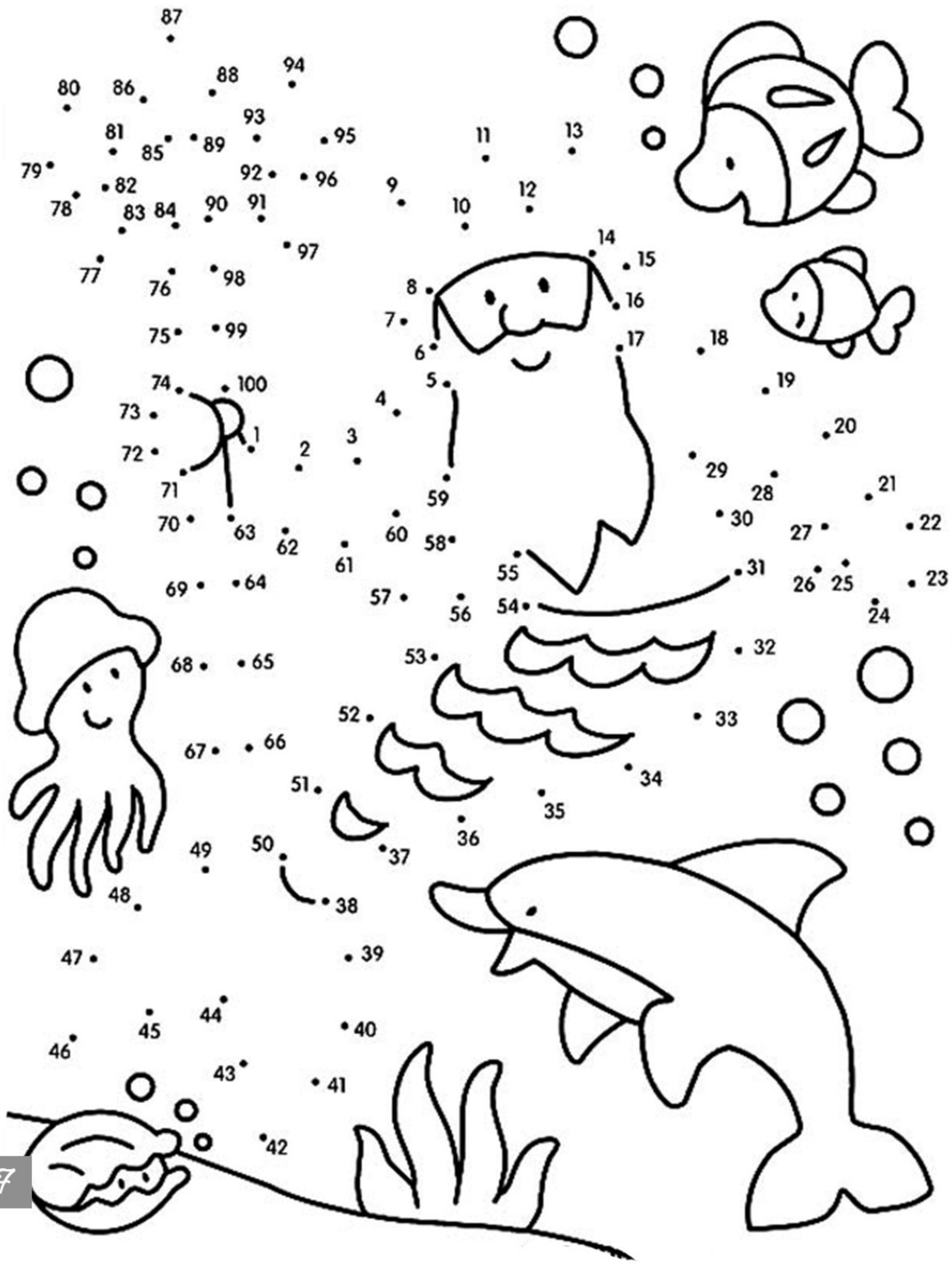
DÉPART

FIN





Planète 12



QUIZZ

-Par (Pau)Line

Bonjour, je suis Line et ce mois-ci je te propose un quizz sur les artistes chanteurs.

1. Quel est le vrai nom de cet artiste ?

Émile Bilodeau, Émile Bileaud ou Émile Billodeau

2. Quels sont les deux premiers membres du groupe des Cowboys Fringants ?

Karl Tremblay et Jean Francois Puzé ou Jérôme Dupras et Marie-Annick Lépine

3. Quel est le nom de naissance de Hubert Lenoir ?

Hubert Chiasson ou Hubert Lenoir

4. Quelle est la date d'origine du groupe Les Trois Accords ?

1997 ou 2002

5. Quel est le premier album à succès d'Éric Lapointe ?

Obsession ou Je marche dans ma vie

6. Quelle est la date de naissance de Linda Lemay ?

25 juillet 1966 ou 1er août 1954

7. Quel est le nom de naissance de Cœur de Pirate ?

Béatrice Martin ou Martine Béatrice

8. En 1972, quelle artiste sort son premier album Tiens-toé ben, j'arrive! ?

Diane Dufresne ou Chantal Renaud..

9. Elle a été chanteuse du groupe Corbeau de 1978 à 1984. Qui est-elle?

Marjo ou Céline Dion.

10. Pendant douze ans, il se consacre à la production de bière dans des microbrasseries et est pendant quelque temps vice-président de la société Unibroue. Qui est -il ?

Robert Charlebois ou Richard Seguin

RÉPONSES DU

QUIZ

1. Émile Bilodeau
2. Karl Tremblay et Jean-François Pauzé
3. Hubert Chiasson
4. 1997
5. Obsession
6. 25 juillet 1966
7. Béatrice Martin
8. Diane Dufresne
9. Marjo
10. Robert Charlebois

Mariages | Portraits | Familles

PHOTOGRAPHIE

Jonathan Mercier

www.jonathanmercier.com



Isabelle Therrien 819.990.0072
iz.earthling333@gmail.com

CORRECTION ET RÉVISION DE TEXTE

Littérature, poésie, site Web, etc.

Marion Deschênes
450-210-4047
m4rionsd2@gmail.com






**Alain
RAYES**

Député de Richmond—Arthabaska

alainrayes.ca
alain.rayes@parl.gc.ca








1-877-751-1375 (sans frais) | **819-751-1375**
 3, rue de la Gare, Victoriaville (QC) G6P 6S4




FERME


FRANCIS PICARD

Saint-Adrien, Qc



Ferme familiale de viandes aux pâturages
 Le meilleur bœuf de la paroisse !

fermefp@hotmail.com
819-993-0067

**100%
BOEUF
NOURRI À
L'HERBE**



PARC RÉGIONAL DU

Mont-Ham

360 DEGRÉS DE DÉCOUVERTES DANS VOTRE COUR ARRIÈRE!

RABAIS SUR L'ABONNEMENT ANNUEL POUR LES RÉSIDENTS DE LA MRC DES SOURCES. FAMILIAL: 75\$ INDIVIDUEL: 55\$

HÉBERGEMENTS DISPONIBLES

Camps rustiques, tentes prospecteurs, tipis, espaces tente.

CAMPING AU SOMMET

Activité organisée - calendrier sur le site Web.

AVEC MON CHIEN

Dernier week-end de chaque mois
Calendrier sur le site Web.



Informations et réservations au montham.ca

SOYEZ FIER DE VOTRE MONTAGNE!

MOVMAN

Encore à la course?

Par MovMan. « N'arrêtez jamais de bouger! »

Être un héros du mouvement entraîne son lot de déformations professionnelles. Je dois vous l'avouer, je prends un malin plaisir à analyser à leur insu la manière de courir des gens.

Certains se tordent le corps d'un bord à l'autre, d'autres semblent complètement rigides.

Certains arrondissent le dos, d'autres se penchent vers l'arrière.

Certains adoptent une longue foulée, d'autres ne lèvent pratiquement pas les pieds.

Certains respirent bruyamment, d'autres ont des bras hyperactifs.

Tous les enfants apprennent bientôt à courir une fois que la marche est acquise. C'est la manière la plus rapide de se déplacer par ses propres moyens. Ça peut s'avérer essentiel en situation d'urgence : une correspondance d'autobus à ne pas manquer, un retour hâtif à couvert juste avant une averse, une fuite désespérée face à une horde d'admiratrices en délire... ou le contraire!

Mais si nous apprenons à courir instinctivement dès notre tendre enfance, pourquoi observe-t-on autant de manières différentes de le faire?

Si un mouvement **produit l'effet escompté**, on dit qu'il est **efficace**, peu importe l'énergie qu'il requiert ou le risque de blessure qu'il introduit. Si tous les types de course décrits plus haut permettent de parcourir la même distance dans un temps défini, ils sont tous efficaces... mais pas forcément efficaces!

L'efficacité est le **rapport entre le résultat obtenu et les moyens mis en œuvre** pour y parvenir. En musique, c'est la différence entre un débutant qui pianote mécaniquement une pièce et un virtuose qui l'interprète avec aisance. En arts martiaux, c'est la distinction entre l'élève qui essaie maladroitement une technique et le maître qui l'exécute avec fluidité. En course, il s'agit de retirer tout ce qui n'est pas essentiel, d'**apprendre à en faire moins**.

On pourrait croire que l'efficacité s'obtient seulement par la **quantité** d'heures de pratique : plus on passe de temps à s'exercer, plus on maîtrise une habileté donnée. Cette idée ne représente qu'une partie de l'équation : la **qualité** est tout aussi déterminante. C'est en portant attention à ce que l'on fait et en cherchant délibérément à se perfectionner que l'on observe un réel progrès.

Avez-vous déjà vu une personne qui semble flotter plutôt que courir? Ses pas sont légers, son corps reste droit, mais souple, sa respiration est contrôlée et on dirait qu'elle pourrait continuer pendant des heures sans se fatiguer (ce qui est probablement le cas, d'ailleurs).

Elle a simplement appris à faire de la gravité une alliée! Voici quelques pistes pour **retrouver le plaisir de courir sans effort** :

- ✓ Cadence rapide toujours stable, indépendante de la vitesse
- ✓ Jambes complètement détendues à partir des genoux
- ✓ Petits pas légers comme si le sol était brûlant
- ✓ Et plusieurs autres détails sur la posture...

Vous aimeriez en savoir davantage, n'est-ce pas? David Savoie, qui m'a beaucoup appris, a écrit un **excellent article à ce sujet** que je vous recommande vivement : mouvementsnaturels.com/blogue/courir-comme-un-humain.

Bonne course!



Histoire et ancêtres

Les ancêtres des Saint-Cyr de Saint-Adrien

-par Jean-Marie Dubois

En plus de faire connaître les ancêtres des Saint-Cyr, cette chronique met en évidence l'évolution du patronyme et les différentes façons dont il a été écrit au fil des siècles.

1. Le premier ancêtre s'appelait **Pierre Deshaye**. Certains affirment qu'il est né le 12 mars 1648 dans la paroisse Saint-Vivien à Rouen, capitale de la province de Normandie, en France. Rouen est aussi une ville portuaire sur le fleuve La Seine. Toutefois, sur internet, personne ne présente l'acte de naissance ou de baptême de Pierre.



On ignore pour quelle raison Pierre avait décidé de quitter la France. Il serait arrivé en Nouvelle-France probablement en 1665. Il y est mentionné pour la première fois au Recensement de 1666 à **Trois-Rivières** comme domestique chez Marie Boucher, veuve d'Étienne de Lafond; il est dit âgé de 19 ans (donc naissance 1647). Il sera au même endroit au recensement de 1667.

Le 22 février 1672, il reçoit de Michel Godefroy sa première terre de 3 arpents de front sur 21 de profondeur, à **la rivière Saint-Michel, à Bécancour**. Puis le 13 septembre 1674, chez le notaire Antoine Adhémar, le Père Louis Nicolas, au nom des Seigneurs des Jésuites, lui concède une autre terre, probablement voisine de celle qu'il possède déjà.

Vers 1677, il épouse **Marguerite GUILLET Lajeunesse**; on n'a ni acte de mariage, ni contrat. Marguerite est née le 17 août 1660 et a été baptisée le 22; l'équipe de PRDH de l'université de Montréal indique qu'elle aurait été « baptisée au Cap » (Cap-de-la-Madeleine) mais l'acte est listé dans le registre de la basilique Immaculée-Conception à Trois-Rivières. Elle est la fille de Pierre Guillet (menuisier - charpentier) et de Jeanne St-Pair.

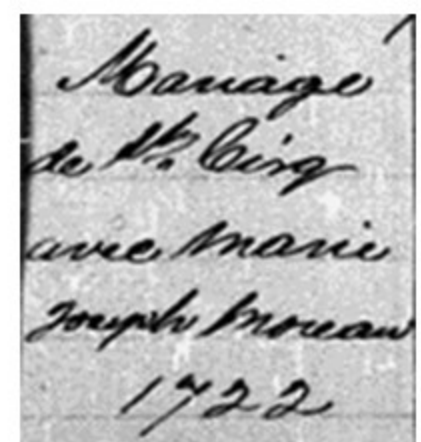
Catherine, la première enfant du couple Pierre et Marguerite, fut baptisée au Cap-de-la-Madeleine le 18 septembre 1678.

Au recensement de 1681, Pierre travaille toujours pour Marie Boucher et sa famille est établie dans la seigneurie de Lantôt, à Bécancour; on mentionne que huit arpents sont défrichés (depuis 1672) et une vache lui est louée.

Jusqu'en 1706, onze naissances dans cette famille; pour les 9 dont on a l'acte de baptême, 8 sont baptisés au Cap-de-la-Madeleine et une à Batiscan en 1692. Le 6 juin 1736, Pierre décède et sera inhumé le lendemain à Bécancour; il est nommé **Pierre Deshays dit St Syr**. Il est dit âgé de 84 ans, ce qui situerait sa naissance en 1652. On ne sait pas quand est décédée Marguerite; elle était présente au mariage de son dernier enfant en 1713.

2. Le septième enfant, prénommé **Pierre** comme son père, est né vers 1695. Le 17 novembre 1722, chez le notaire Pierre Petit à Trois-Rivières, il passe un contrat de mariage avec **Marie Joseph Moreau**. Le mariage religieux aura lieu le lendemain à Bécancour; seul le début de l'acte est lisible; en marge de l'acte, on peut lire **St Cirq** comme nom de famille. Marie Joseph a été baptisée à Batiscan le 30 janvier 1702; elle a été inhumée à Bécancour en 1743. Son mari Pierre sera inhumé au même endroit en août 1782. Dans cet acte de sépulture, il est nommé Pierre **Dehays dit St Syr**.

Dans mes recherches j'ai trouvé aucune explication d'où pourrait venir cet ajout « dit St-Cyr, St-Cirq ou St Syr ». On sait que les surnoms étaient toujours utilisés pour les soldats du Régiment de Carignan. Mon ancêtre soldat Francois Dubois portait le surnom Lafance dans l'armée; une fois qu'il a quitté l'armée, on l'a appelé « Dubois dit Lafrance », et certains de ses descendants ont gardé seulement le nom Lafrance. Mais Pierre n'a jamais été soldat du Régiment de Carignan. Les 10 enfants du couple ont été baptisés à **Bécancour**.



3. L'aîné de Pierre et Marie Joseph a pour prénom **Charles**; il est baptisé le jour de sa naissance, le 12 août 1723 à Bécancour; son nom de famille est écrit **Deshaies St Cirq**. Le 21 janvier 1750, Charles est chez le notaire royal Louis Pillard à Trois-Rivières pour un contrat de mariage avec **Claire Amable Pré dite Richard**; celle-ci est native de Louiseville, le 26 avril 1731. Dans ce contrat, le nom de famille de Charles est écrit **Deshayes StCire**. Le couple a eu six enfants; pour les 4 dont on a retrouvé l'acte, leur baptême a eu lieu à Bécancour.

4. L'aîné, **Joseph**, serait né vers 1751; on n'a pas d'acte. Le 9 février 1773 il épouse Marie **Françoise Deshaies** à Bécancour; à l'acte de mariage il est nommé simplement Joseph St-Cyr. Joseph était cultivateur. De 1774 à 1788, le couple a eu 9 enfants, tous baptisés à Bécancour. Françoise décède le 18 mai 1827 à Bécancour; **Joseph Deshayes dit Saint-Cyr** est inhumé à Bécancour le 16 octobre 1838, le lendemain de son décès.

5. Louis, avant-dernier de la famille, est né le 14 janvier 1786 à Bécancour et fut baptisé le lendemain; même si en marge de l'acte de baptême il est écrit **Bapt. de Louis St Cyr**, dans l'acte, le nom de son père est Joseph **Deshaies dit St-Cyr**. Louis s'est marié une première fois avec **Marie Josèphe Dubois** en février 1816 à Bécancour; celle-ci est une descendante de François Dubois et Catherine Vieillot; ils ont eu trois enfants; Marie Josephte est décédée en déc. 1820. Louis s'est marié une deuxième fois en novembre 1829, à Bécancour, avec **Cécile Roy**. De 1831 à 1845 sont nés 7 enfants, tous baptisés à Bécancour. Louis a été inhumé à Saint-Paul-de-Chester le 7 mai 1871; il est nommé Louis **St Cyr**. Je n'ai pu retracer en quelle année il est arrivé à Saint-Paul-de-Chester.

6. L'aîné issu du deuxième mariage se prénomme **Moïse**; né le 24 janvier 1831 à Bécancour et baptisé le lendemain: il est nommé Moyse **Deshayes dit Saint Cyre**. À son mariage à Sainte-Gertrude en 1853 avec **Édith Levasseur**, il est nommé Moïse **St Cyr** dans l'acte, mais **St Cyre** en marge de l'acte. Au fil des événements, Édith aura d'autres prénoms dont Odélie, Édile, Adèle et Olive. De 1854 à 1864 sont nés les 7 enfants, six garçons et une fille; 5 de ceux-ci sont décédés avant d'avoir 18 ans. Les naissances ont lieu à différents endroits: un à Ste-Gertrude, un à Ste-Geneviève, trois à Québec,

un à St-Paul-de-Chester, le dernier à un lieu indéterminé. En 1866, ils sont à Wotton dans le rang C. Au recensement de 1871, ils sont à Chester West et tous sont déclarés catholiques. En Juillet 1879, dans le rapport du curé de la paroisse, ils font partie des 7 non-catholiques mentionnés. Ils quittent Chester peu de temps après.

Au recensement de 1881, le couple et 3 enfants (Damien, Sévère et Joseph) sont à Wotton (probablement dans le rang C); tous sont déclarés de religion méthodiste. À ce recensement, il y a à Wotton 43 personnes (de 8 familles) non-catholiques; les religions identifiées sont Methodist NC, Canada Presbyterian Church, Baptiste et Réforme Presbyterian.

7. Le dernier de la famille, **Joseph**, est né le 10 novembre 1864 et fut baptisé le lendemain à l'église catholique Sainte-Gertrude (Bécancour). Il est nommé Joseph **St-Cyr**. Il épouse **Octavie Leroux** le 30 juillet 1917 à Saint-Adrien. Dans l'acte de mariage, Joseph est dit protestant et Octavie catholique; une dispense accordée par l'évêque Paul Larocque a permis ce mariage entre un protestant et une catholique. Quand Joseph est-il passé de catholique à protestant? Je n'ai pas retracé l'information à ce sujet.

Au recensement de 1931, on les retrouve avec leurs deux enfants Albert et Alfred à Ham-Nord; je n'ai pu trouver exactement à quel endroit ils demeuraient. Concernant leur religion, seule Octavie est déclarée catholique, Joseph et les deux garçons sont déclarés



Presbytériens. Deux autres familles de Ham-Nord sont aussi de religion presbytérienne, un Roy et un Boutin. Il y a eu une église presbytérienne à Ham-Nord en 1924-1925-1926; j'ignore où elle était située; peut-être utilisaient-ils simplement la salle de l'école comme église; on retrouve les actes religieux sur internet pour ces 3 années; il n'y a que quelques pages pour chacune des années. J'ai trouvé aucun document pour le décès de Joseph. Octavie est décédée à Asbestos le 25 février 1969 et le service religieux a eu lieu le 1er mars à Saint-Adrien. J'ignore où elle a été inhumée. Peut-être à Saint-Adrien; je ne suis pas allé voir.

8. Le plus jeune des deux fils, **Alfred**, est né le 29 août 1920 et a été baptisé le lendemain à l'église catholique de Ham-Nord; il est inscrit comme Joseph Alfred Léopold **St-Cyr**. Selon un site internet tenu par M. François St-Cyr, Alfred a épousé **Alice Roy** le 10 octobre 1942 à l'église Saints-Martyrs-Canadiens de Victoriaville. Ils se sont établis à Saint-Adrien, au coin du rang Petit Troisième. Alfred a été tireur de puits (il avait appris de son père), cultivateur, camionneur et journalier à la John's Manville. Alice a été baptisée à l'église presbytérienne de Ham-Nord le 6 mars 1926; elle était née le 7 février. Alfred est décédé le 28 juillet 1988 à l'hôpital d'Asbestos; Alice est décédée le 25 août 2013 à l'hôpital à Sherbrooke; les deux sont inhumés au Cimetière Protestant de Danville. Le couple a eu onze enfants.

9. **Claude St-Cyr** est le troisième enfant (troisième garçon) de la famille. Il est né et a été baptisé le jour même, à Saint-Adrien, le 1er août 1946. Il a épousé **Marie-Andrée Poirier**, fille d'Émile Poirier et de Germaine Pellerin, le 7 août 1965 à Saint-Adrien. Ils ont eu 4 filles et un garçon: Nancy (1966), Nathalie (1967), Suzie (1968), Claudia (1975) et Dave (1981).

Marie-Andrée est née en novembre 1946 à Saint-Adrien et est décédée en février 2020 à Asbestos; elle est inhumée à Saint-Adrien. Claude réside toujours à Saint-Adrien en face de l'église.



J'ai commencé une recherche sur la diversité religieuse au fil des ans dans notre région: à paraître plus tard...

N'hésitez pas à me signaler les erreurs que j'aurais pu faire dans mes recherches.

Jean Marie Dubois 819-828-3349

**Transport
en commun
pour TOUS**



STC DES
SOURCES

**Réservation / informations
819 879-7107**

**4\$ par déplacement
Départ: Bureau de poste**

**Vers les municipalités
de la MRC des Sources**

**POUR:
vos Rendez-vous,
vos commissions,
vos loisirs,
visiter vos amis/es, etc...**



POURQUOI ANNONCER DANS LE JOURNAL ADRIENNOIS?

Notre mission première est de mettre à la disposition de la communauté un moyen de communication saisonnier concernant les sphères importantes de notre municipalité, tout en donnant de la visibilité aux entreprises locales et du plaisir aux lecteurs!

D'une portée saisonnière, la visibilité que nous offrons est à un prix très compétitif!

En annonçant dans le journal Adriennois, vous supportez ce beau projet de communauté. Nous croyons que notre journal communautaire contribue à garder notre village vivant et dynamique.

Vous trouverez ci-joint les différents plans de visibilité que nous offrons :

Format publicité	1 parution	4 parutions
Carte d'affaire	20\$	60\$
1/4 page	25\$	75\$
½ page	40\$	120\$
1 page	60\$	150\$
2 pages	75\$	200\$

ABONNEMENT

Vous n'habitez pas Saint-Adrien et aimeriez recevoir le Journal Adriennois? Il est maintenant possible de vous y abonner! Le coût est de 25\$ pour quatre parutions, payable en personne ou par chèque à la municipalité de Saint-Adrien. Une version numérique est également disponible gratuitement sur le site de notre municipalité.

Pour un abonnement

Veillez contacter le bureau municipal de Saint-Adrien.
Téléphone: 819-828-2872

Pour une publicité ou des questions

N'hésitez pas à nous contacter par courriel ou par téléphone :
journal.adriennois@gmail.com Téléphone : 819-990-0072

Merci de votre précieux soutien!



AUBERGE RESTAURANT



La Mara

127 Gosford Sud, Ham-Sud, Québec

819.877.5189

aubergelamara.com

Auberge 5 chambres • Restaurant du Terroir
Apportez votre vin!

LA JAMBONNIÈRE

SAINT-RÉMI-DE-TINGWICK
QUÉBEC

- 📍 3015 chemin St-Rémi, St-Rémi de Tingwick
- ✉ commande@jambonniere.com
- ☎ (819)-359-3700
- 🌐 www.jambonniere.com
- 🕒 Lundi au samedi: 9h à 17h
Dimanche: Fermé

LA GRANGE PARDUE

FERME BRASSICOLE · HAM-NORD

261, route 216 Ouest, Ham-Nord (Qc) G0P 1A0

www.lagrangepardue.com



Projets
Uniques &
Personnalisés

Violettes
Tattoo

À Saint-Adrien
facebook.com/violettetattoo

Sentir la vie en nous et tout autour.
Calmer le mental, respirer, se centrer, rééquilibrer la posture. Le tout dans la bonne humeur, avec 11 exercices chinois de santé qui nous amènent doucement vers un enchaînement de Tai Ji Quan.

J'enseigne avec joie, depuis 25 années, cet art subtil, puissant et bienfaisant. Au plaisir!

Chi

Art du Chi
méthode • stévanovitch

Centre Odaïna, 1631 rue
Giguère, St-Adrien

Cécile Colson
819-990-2800
cecilecolson@artduchi.com

Boutique

CADEAUX
& ARTISANS

1633 RUE PRINCIPALE,
SAINT-ADRIEN

Heures d'ouvertures sur :
boutique-cadeaux-artisans.ca



www.fromagerielamaisongrise.com
maisongrise@live.ca

et Ferme
Fromagerie
La Maison Grise

- 🌿 Fromage de chèvre
- 🌿 Lait frais
- 🌿 Boutique à la ferme

819 828-2034 68, route 216 Wotton (Québec) JOA 1N0

miotte

Miotte vous offre ses services dans les environs de Saint-Adrien.

- Ateliers de couture ou tricot (enfants ou adultes)
- Altérations et réparations (vêtements, accessoires, peluches, etc...)
- Peluches faites à la main.
- Création de courtepointes.
- Projets sur mesure.
- Accompagnement de projets personnels.

Contactez moi si vous avez besoin de quoi que ce soit qui touche aux textiles. Il me fera plaisir de vous offrir mes services de couture.

Je suis minutieuse et j'adore travailler en récupérant les textiles!

Au plaisir,
Anouk

miotte.ca - 514-710-3942
anouk.kouri@gmail.com



Carlito Photo

SERVICES OFFERTS



- Séances photos (portraits, familles, événements)
- Matériel imprimé de mes photos de nature

CONTACT

- 819-352-3340
- carlitophoto22@gmail.com
- Facebook / Instagram



WWW.CARLITOPHOTO.COM

KOMBUCHANV

KOMBUCHANV™

DISPONIBLE AU

COMPTOIR ST-VRAC
LA MEUNERIE
MONT-HAM

KOMBUCHANV

Spiritualité et Folie douce

Pleins feux sur le Centre Odaïna

Par Lyse Trottier

Et si Odaïna était une présence? Une personne que l'on pouvait visiter?

Quand j'ai suivi des cours au Centre et que j'ai eu la chance d'y animer des ateliers, j'avais l'impression qu'il y avait les participants ET la présence du lieu. Un lieu empreint d'amour et des soins accordés par toute l'équipe.

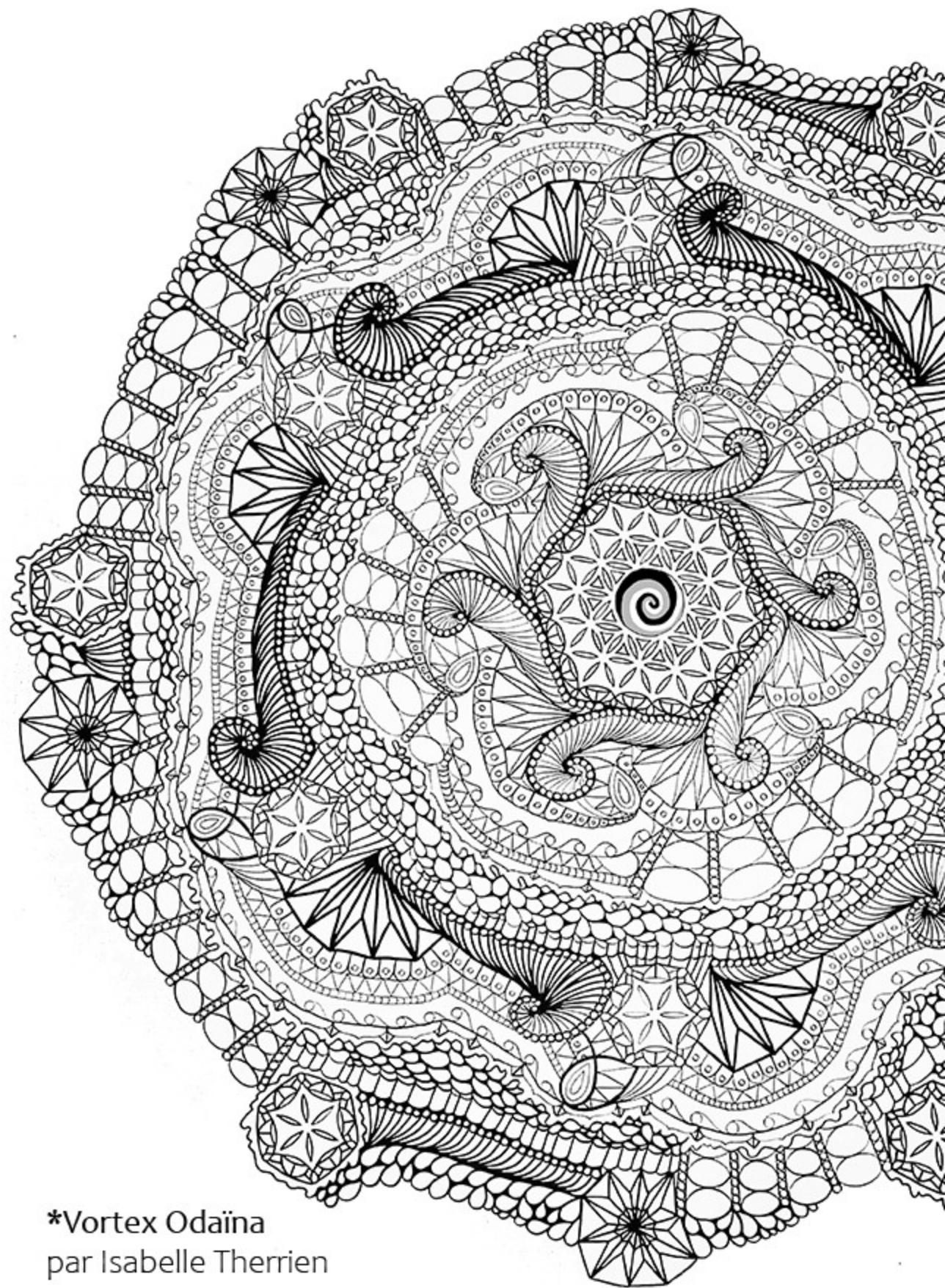
D'ailleurs, **Isabelle Therrien***, artiste chérie du village – et coordonnatrice de ce journal – a été invitée à rendre cette énergie visible, en peignant un magnifique mandala au sol. Un mandala qui témoigne d'un mouvement en expansion, un vortex qui nous invite chacun et chacune à rayonner nos propres couleurs, notre propre mouvement.

Je suis assise, bien confortable sur un des coussins de méditation, profitant de la vastitude des lieux où se déroulent les cours de groupe, afin de préparer cet article. Je mesure le temps qui s'est écoulé depuis l'ouverture du Centre. À l'époque, j'avais passé une entrevue auprès de Nina afin de possiblement y travailler comme réceptionniste/préposée à l'accueil.

Elle m'avait demandé, en essence, comment je percevais mon implication... Et quels seraient mes besoins, une fois que je me serais déposée? J'avais répondu du tac au tac que je n'en savais « fichtrement » rien et que je ne savais pas, non plus, quand j'arriverais à me déposer...

Finalement, le bureau de la réception a fait place à une approche libre-service. Quand les gens pénètrent en ce lieu, pour un massage, une consultation, un cours, ou simplement prendre une collation, une tisane, c'est la vibration puissante des lieux qui les accueille, sans intermédiaire.

Être de retour, quelques années plus tard, me fait réaliser que je suis enfin parvenue à me déposer... Il m'aura fallu me dépouiller de rêves, d'objectifs et de responsabilités, pour me rendre compte que, parfois, le don de soi c'est avant tout s'accorder de l'importance, s'aimer inconditionnellement, comme on le fait tellement plus facilement pour un enfant ou un amoureux.



***Vortex Odaïna**
par Isabelle Therrien

Le temps est un concept étrange. J'ai eu la chance de vivre une expérience de régression, en hypnose, avec Jean-Claude Fradette, un autre gardien de l'essence d'Odaïna. En transe, j'ai exploré différentes histoires qui m'aidaient à porter un regard nouveau sur ma vie actuelle. Beaucoup d'enjeux de santé, psychologique et physique, dépendent d'ailleurs de notre capacité à nous sentir investis pour notre propre mieux-être. Lors de cette expérience, je me suis aperçue que mes mauvais plis, de ne pas me considérer à ma juste valeur, dataient de plus longtemps que je ne le croyais. Il me fallait me secouer pour revenir à la base. C'était un choc salutaire.

En parlant de choc, je revois notre communauté rassemblée lors du décès d'une amie. Odaina, la compatissante, avait accueilli les endeuillés en son sein pour panser leur tristesse. Et comme il y a un temps pour les larmes et un temps pour la joie, il fallait honorer Sylvie Berthaud, cette militante pacifiste, cette humaniste rayonnante, qui laissait dans son sillage une inspiration hors du commun. Il a donc été décidé de nommer l'espace de repos « La Belle Verte », à sa mémoire.

En effet, quand on sort d'un soin, on a parfois besoin d'un sas de décompression entre notre ancienne réalité et celle où l'on vient tout juste de se rappeler l'existence de nos ailes.

Mais pas besoin d'attendre cette occasion pour découvrir cet espace privilégié. C'est ce qui me touche d'Odaina, cette invitation à simplement se déposer, que ce soit à l'intérieur ou dans un hamac de son merveilleux parterre, sans que l'on ait à déboursier quoi que ce soit. La vue y est superbe, avec un panorama à couper le souffle.

Cela me fait penser à une des phrases fétiches de ma mère : souvent, on ne voit pas plus loin que le bout de notre nez, à l'échelle d'une fourmi, mais voir loin aide à penser autrement.

Odaina, la bienveillante, inspire à penser autrement, que ce soit par la beauté de ses installations, la majesté de son environnement naturel ou par les différents soins que l'on y trouve. La vie est cyclique et j'éprouve de la gratitude à la pensée que je pourrai y retourner encore et encore, afin de mieux revenir à moi.

Pour connaître la programmation du centre ou la panoplie de soins et les différentes personnes-ressources qui y œuvrent, prenez le temps d'y faire un tour, ou consultez son site internet : centreodaina.ca





ASSEMBLÉE
NATIONALE
DU QUÉBEC

PRÉSENT DANS RICHMOND

ANDRÉ BACHAND
DÉPUTÉ DE RICHMOND



819 879-1104



Andre.Bachand.RICM@assnat.qc.ca

Fière partenaire de votre communauté



MOULIN 7

MICROBRASSERIE
RESTO-PUB





Assurances

Annulation de voyage : 6 situations imprévisibles... à prévoir

Malgré toutes vos précautions, certaines situations imprévisibles pourraient vous obliger à annuler vos vacances. Parce que ça n'arrive pas qu'aux autres, on comprend vite pourquoi l'assurance* annulation de voyage est le chouchou des globe-trotters.

Voici 6 causes d'annulation ou de modification couvertes :

1. Maladie

Une personne de votre famille, votre compagnon ou compagne de voyage ou vous-même tombez soudainement malades ou subissez une blessure avant le départ, ce qui rend impossible le déplacement. Bien qu'on ne veuille pas y penser, il y a aussi la possibilité qu'un ou une proche décède.

2. Intempéries

Votre avion est cloué au sol pour cause d'intempéries, le vol est annulé à l'approche d'un ouragan ou votre transporteur accuse un retard.

Ou encore, la météo est si mauvaise que les routes sont impraticables et les moyens de vous rendre à l'aéroport, quasi inexistant.

3. Avertissement du gouvernement canadien

Après l'achat de la protection Annulation ou modification de voyage, ou suivant l'augmentation de votre montant d'assurance, le gouvernement canadien diffuse des avertissements visant votre destination ou votre type de voyage (par exemple, une croisière).

Avertissement diffusé avant la date prévue de votre départ

L'avertissement est toujours en vigueur dans les 14 jours avant la date prévue de votre départ, et vous devez donc annuler votre voyage non essentiel.

Avertissement diffusé après votre arrivée à destination

Vous pouvez modifier votre voyage pour revenir dans votre province ou territoire de résidence. Si vous choisissez de rester à destination, vous demeurez couvert ou couverte jusqu'à la date indiquée sur votre confirmation d'assurance.

4. Devoir de citoyenneté

On vous assigne à témoigner à un procès ou on vous convoque pour agir comme juré ou jurée.

5. Perte d'emploi involontaire

Juste avant de partir, vous perdez l'emploi permanent que vous occupiez pour le même employeur depuis plus d'un an. Vous n'êtes donc plus en mesure d'absorber les frais de votre voyage.

6. Sinistre

Un sinistre survient à votre domicile et fait d'importants dommages à la résidence juste avant votre départ. Cela vous oblige à demeurer sur place pour gérer la situation.

L'assurance annulation couvre quoi?

-Tous les frais non remboursables payés à l'avance auprès d'un fournisseur de voyage¹ :

-Billet d'avion;

-Réservation d'hôtel;

-Forfait tout-inclus, etc.

Et les limites dans tout ça?

Ça semble cliché, mais c'est une réalité. Informez-vous des exclusions de l'assurance annulation, car elle a ses limites. Voici quelques exemples communs :

Conditions météorologiques

Les prévisions sont mauvaises et décevantes. Vous ne pourrez pas être remboursé si vous annulez le voyage.

Situation personnelle

Vous vivez une rupture amoureuse juste avant le départ. Même s'il s'agit de la personne qui devait vous accompagner, ce n'est pas couvert non plus.

Situation professionnelle

Votre employeur vous refuse votre congé, ce qui vous empêche de partir. Vous ne pourrez pas vous prévaloir de votre assurance pour une telle raison. Vérifiez si votre congé est préalablement autorisé par votre employeur avant de payer votre voyage.

Documents importants

C'est le jour de votre départ et vous n'avez toujours pas reçu votre passeport. Ou vous vous rendez compte une fois à l'aéroport que votre passeport n'est plus valide. Ces raisons d'annuler votre voyage ne seront pas couvertes par la protection annulation de votre assurance voyage.

Conseils pratiques concernant l'assurance annulation

1. Évaluez tous les frais non remboursables pour votre voyage. Le remboursement pour la protection est limité au montant d'assurance souscrit.
2. Munissez-vous de l'assurance annulation dès l'achat ou dès le premier dépôt pour votre voyage. Aussitôt qu'une cause d'annulation possible est connue, il est trop tard pour acheter cette protection.
3. Lisez et comprenez les conditions, limites et exclusions de votre protection d'annulation, particulièrement l'exclusion pour les blessures ou les troubles de santé instables. Celles-ci varient d'un assureur à l'autre.
4. La protection d'annulation est pertinente même si vous partez dans quelques heures, car elle inclut une couverture pour l'interruption de voyage. Ainsi, après le départ, la protection couvre ce qui suit :
 - a. La portion non utilisée et non remboursable des frais que vous avez payés à l'avance.
 - b. Les frais de subsistance que vous devez engager dans certaines situations, par exemple si vous devez revenir plus tard que prévu.
 - c. Le coût supplémentaire occasionné par le changement de date ou d'heure de votre billet d'avion, de bateau, de train ou d'autobus.

Source : Ce contenu a été initialement publié dans le blogue du Mouvement Desjardins / [/www.desjardins.com/qc/fr/conseils/annulation-voyage-raisons-imprevisibles.html](http://www.desjardins.com/qc/fr/conseils/annulation-voyage-raisons-imprevisibles.html)

*Desjardins Assurances désigne Desjardins Sécurité financière, compagnie d'assurance vie. DesjardinsMD, Desjardins AssurancesMC, les marques de commerce comprenant le mot Desjardins et leurs logos sont des marques de commerce de la Fédération des caisses Desjardins du Québec, employées sous licence.

1. Seuls les frais payés pour les personnes couvertes en vertu du contrat sont remboursables. Les compagnons et compagnes de voyage doivent également se procurer une assurance voyage pour bénéficier d'une couverture. L'assurance est souscrite auprès de Desjardins Assurances. Certaines conditions et restrictions s'appliquent.



Découvrez
EspaceProprio
initiative de Desjardins

53

ACHAT – VENTE – RÉNOVATION

EspaceProprio vous outille de l'achat à la vente, en passant par la rénovation et l'entretien.

L'adresse pour vos projets d'habitation

espaceproprio.com

Copyright © 2023 EspaceProprio Tous droits réservés.

Oracle

Pour cette édition, l'inspiration m'est venue de proposer simplement une guidance à travers ces trois images. Alors prends un instant pour choisir celle qui t'interpelle le plus et lis le message qui lui correspond.



1. La renaissance printanière t'invite à prendre soin de toi. Dans tes profondeurs, au cœur de la vérité, de toi à toi. Simplement. Une partie de toi demande à renaître mais d'une nouvelle façon, une façon dont tu ne connais point tous les détails actuellement. Mais tu ressens cet élan de transformation. En toi tes plus belles qualités brillent. L'énergie printanière t'invite à prendre soin de toi, véritablement.

Quelle partie intérieure demande à être entendue?

Ton corps physique te communique ses besoins par des sensations, ton âme murmure les sentiments au creux de ton cœur. Ton corps peut te faire déplacer des montagnes. Mais lorsqu'il a besoin de repos et de douceur, de quelle façon réponds-tu à son besoin?

Tes cellules reçoivent les changements de fréquence de la Terre. Elles doivent s'adapter et les intégrer. C'est un processus qui demande du temps et parfois du repos, sans qu'il n'y ait de cause apparente extérieure. Sois conscient.e que tu es en changement de fréquence et que tu attires encore plus ce que tu souhaites.

2. Le silence est bon, voir comme nourricier pour ton âme. Actuellement, il te permet de mettre les idées au clair. Et surtout d'être centré sur toi. Les derniers changements que tu as connus sont arrivés rapidement. De transition en transition. Quel chemin prendre? Le silence t'est bénéfique actuellement, c'est réellement comme s'il peut t'aider à mettre les choses en perspective.

Parfois ce que l'on cherche se trouve simplement à l'intérieur de soi. L'énergie de l'équilibre yin-yang est importante à cette phase. La sensation de l'équilibre intérieur te permet d'ouvrir en toi des espaces pour créer ce que tu souhaites. Observe en toi l'effet de l'énergie collective, sois simplement conscient.e des énergies collectives sur ta fréquence vibratoire. Ce que tu cherches est tout près de toi.

3. La paix appelle l'âme, des grandes libérations sont en cours actuellement. Ton âme a connu la Terre depuis des éons. Tu portes en toi des énergies qui demandent la libération. Tu es tel.le celui ou celle qui a parcouru Terre en marchant tous les continents. Alors prends bien soin de toi, de ton cœur. Une fréquence pure s'y trouve, ne la rejette point. L'élément terre est vital. Écoute la nature, elle te parle, elle t'aide à élever ta fréquence vibratoire et te partage des inspirations.

Pour te régénérer, prends conscience de ces zones intérieures plus fragiles qui demandent simplement à être reconnues et libérées. Rappelle-toi, tes inspirations te partagent ce qui t'est bénéfique et que tu es aimé.e dans tout ce que tu es.

HALTE 161 RESTO CAFÉ

9, rue Principale, NDH, 819-464-1200

Ouvert Jeudi 11h-14h et 16h-19h Vendredi et Samedi 11h-14h et 16h-19h30 et Dimanche 10h-14h et 16h-19h

Menu Café, Crème glacée et Frappés aussi disponible

MENU GO	MENU GREC
Frite P 4.75\$ M 5.95\$ L 8.50\$	Salade Grecque 14.00\$ Concombres, tomates, poivrons, oignons marinés, feta, olives, vinaigrette maison.
Poutine classique P 8\$ M 11\$ L 14.75\$ XL 16.50\$	Salade Grecque Poulet Grillé 18.50\$ Concombres, tomates, poivrons, oignons marinés, fromage feta, olives, poulet grillé, vinaigrette grecque maison.
Poutine italienne P 10\$ M 13\$ L 16.75\$ XL 18.50\$	Poutine Grecque P 11\$ L 17\$ Quart de patate grecques, sauce poutine, fromage fêta, fromage en grain, olives, poivrons rôtis, oignons mariné.
Poutine sauce bbq buffalo ou miel et ail P 9\$ M 12\$ L 16\$ XL 18\$	Pita Poulet 9.75\$ Pita, poulet grillé, laitue, tomates, oignons marinés, sauce tzatziki
Rondelles d'oignons 6.95\$	Pita Végé 8.75\$ Pita, champignons, poivrons, laitue, tomates, oignons marinés, sauce tzatziki
Hot dog (2) 4.75\$	Assiette brochettes poulet 20.50\$ Quarts de patates grecques, salade césar, 2 brochettes de poulet grillé
Burger griot 9.95\$ Épaule de porc marinée, braisée puis frite, fromage cheddar mi fort, salade de chou, oignons marinés et sauce maison.	
Sloppy Joe (2) 9.25\$ Porc haché sauce tomate bbq servi dans 2 petits pain brioché	
Salade César 12.50\$ Laitue, bacon, fromage, croutons, vinaigrette césar	
Salade César avec Poulet Grillé 17.25\$ Laitue, bacon, fromage, croutons, vinaigrette césar avec poulet grillé.	
PIZZA CLASSIQUE	MENU DÉJEUNER
Pizza Fromage sauce tomate, fromage P 10.75 M 15.25 L 19.75 XL 22.25	Assiette Déjeuner Classique 12.50\$ 2 oeufs, 1 viande, Patates grecques, Fèves, Toast et Fruits frais
Pizza Pepperoni sauce tomate, pepperoni, fromage P 13.25 M 18.25 L 22.25 XL 28	Club Déjeuner 14.00\$ Club sandwich aux oeufs avec laitue, mayo, tomates et bacon servi avec patates grecques
Pizza Toute Garnie sauce tomate, pepperoni, poivrons, champignons, fromage P 16.25 M 21.95 L 25.15 XL 30.50	Wrap Déjeuner 14.00\$ Tortillas, oeuf, laitue, mayo, tomates, fromage, bacon. Servi avec patates grecques
Pizza Végé sauce tomate, olives, poivrons, oignons marinés, champignons, fromage P 14.25 M 21.50 L 25.25 XL 29	Crêpes bretonnes (2) 10.50\$ 2 crêpes servies avec sirop d'érable, fruits frais et crème fouettée
Pizza Québécoise sauce tomate, pepperoni, bacon, champignons, fromage P 17.5 M 25.25 L 28.75 XL 33.95	*Toutes nos assiettes sont servies avec thé ou café
Pizza Poulet Bacon BBQ sauce tomate, sauce bbq, poulet grillé, bacon, fromage P 17.75 M 25.95 L 29.50 XL 34.75	Extras Viandes (Jambon, Bacon, Saucisse) 2.50\$ Fève au lard 1.50\$ Oeuf 1.25\$ Pain Doré 3.75\$ Crêpe 3.50\$ Jus d'orange ou lait 2.00\$

Personnalisez votre Poutine ou Pizza