

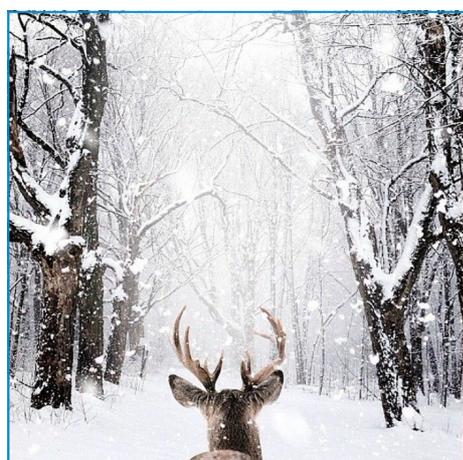
Le Bavard

S'informer pour se développer



TABLE DES MATIÈRES

Joyeuse St-Valentin	1
Tarifs / Parutions / Équipe / OMH	2
Faites vos jeux	3
Pensée / Club Optimiste / Quoi faire	4
Chronique santé	5
Recette du mois	6
Trucs et astuces	7
Index des recettes 2020-2021-2022	8
Mot du maire	9
Budget 2023	10
Conseil vous informe	11-12
Film du 7 février 2023	13
Écho concert du 2 décembre 2022	14
Résultat guignolée 2022	15
Ridées mais pas fanées	16
Centre sportif G.H. Vermette	17
RJL	18
Solutions / Maison de la famille	19
Cartes d'affaires	20-24



LES TARIFS

POUR UNE PUBLICITÉ	TARIF
Une annonce	6.00\$
1/4 de page	8.00\$
1/3 de page	10.00\$
1/2 page	12.00\$
3/4 de page	15.00\$
1 page	20.00\$
Première page	25.00\$
Organismes sans but lucratif Mouvements communautaires	Gratuit
Carte d'affaires/espace	45.00\$/année
Abonnement	40.00\$/année

LES PARUTIONS

TOMBÉE	PARUTIONS
15 février	28 février

L'ÉQUIPE DU BAVARD

Jacqueline Bernier, trésorière (796.2146)
Claude Blanchet, administrateur (703.0682)
Nathalie Boucher, vice-présidente (796.3083)
Hélène Gagné, resp. des abonnements (796.2104)
Diane Lachance, secrétaire (703.0743)
Lise Lachance, présidente (703.0682)
Pierrette Léger, rédactrice (581.777.8703)

Vous pouvez déposer votre correspondance, vos annonces ou toute autre documentation ou demande dans la boîte sécurisée à l'entrée du bureau municipal ou les envoyer par courriel à l'adresse suivante:

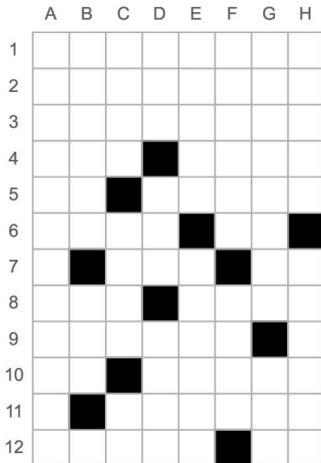
lebavard1974@ gmail.com

Nous vous demandons d'inscrire votre nom et votre numéro de téléphone dans vos correspondances avec Le Bavard. Merci.



LOGEMENTS À LOUER HLM DE ST-ÉDOUARD

Logements 3 ½ disponibles présentement au HLM, 122 rue Hamel, St-Édouard, pour personnes de 50 ans et plus. Admissibilité selon les normes de la SHQ (le coût du loyer est calculé en fonction des revenus et services). Veuillez communiquer avec Mme Anne Bernier, directrice, au 418-926-1202.



7								6
		8						
1	2	4	7	6	5			8
2	3	5	1	7				9
				4				
4				5	3	7	8	1
6			8	2	1	3	7	5
						6		
5								4

HORIZONTALEMENT

1. Courge blanche.
2. Atténuera l'effet de choc.
3. Un homme à tout faire.
4. Cap sur la boussole. Petite lettre grecque.
5. C'est-à-dire en bref. Guider.
6. La limite du bois. Coincé.
7. Sans surprise au moment de régler. Équipe sportive.
8. Ligue de basket. Qui a une solide carcasse.
9. Octroya.
10. Parvenu jusqu'à nous grâce à la mère. Danse à la sauce cubaine.
11. Tel un meeting au Bourget.
12. Déférence. Largeur de coupon.

VERTICALEMENT

- A. Très très intéressante.
- B. Donner de l'agrément. Grain à moudre.
- C. Marché conclu ! Il doit tenter l'acheteur. Petit cours côtier.
- D. Elle faisait monter le ton. Enfile une veste. Risquer le tout pour le tout.
- E. Fait des sillons. Pas du tout courageux.
- F. Prénom de Signoret. Atteint dans son honneur.
- G. Des gens plutôt caustiques. Il est pris par pincées.
- H. Marchandise sans valeur. Relatif à l'épiderme.

MANDALA POUR LES GRANDS



COLORIAGE POUR LES PETITS





LES GAGNANTS CLUB OPTIMISTE

Décembre 2022

Crédit-voyage : Chantal Paré et Sylvain St-Onge de Laurier-Station

100\$: Jocelyn Bernier de St-Édouard

75\$: Andrée Lavoie de Ste-Croix

QUOI FAIRE ?

Magasinage à Québec

Lundi, le 6 février 2023

Départ à l'église de St-Édouard à 9h00

Daniel Lemay (418) 796-28880 maison, (418-554-2880) cell

FADOQ

Mercredi, le 1er février 2023 à 13h00 : Rencontre de jeux à la salle municipale

Mercredi, le 15 février 2023 à 17h00 : Souper de la St-Valentin au Resto du Bois Clair, jeux divers en après-midi

Les Messes

Dimanche, le 12 février 2023 à 11h00 : Mme Lucie Trépanier et Mme Louise Laliberté

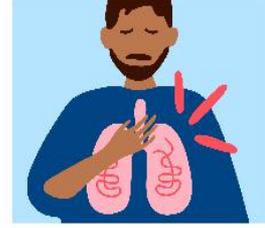
Vendredi, le 17 février 2023 à 14h00 : Faveur obtenue (Jardin des Aînés)

Mercredi, le 21 février 2023 : Mercredi des cendres : Horaire et Intention à déterminer

Dimanche, le 25 février 2023 à 11h00 : Mme Aliette Blanchet et M. Grégoire Tanguay

Difficultés à respirer : causes possibles

L'essoufflement, également appelé dyspnée, traduit une gêne respiratoire désagréable. Son apparition peut être récente et rapide (dyspnée aiguë) ou progressive et ancienne (dyspnée chronique).



Qu'est-ce que la dyspnée ?

La dyspnée peut être causée par de nombreux facteurs. Elle se manifeste par des difficultés à inspirer et à expirer. L'inconfort qu'elle suscite peut varier d'une personne à l'autre et son intensité n'est pas systématiquement indicateur de sa gravité.

Quels sont les différents types de dyspnée ?

Il existe différents types d'essoufflement. Il est essentiel de savoir les distinguer afin de pouvoir identifier au mieux ce qui les cause et d'obtenir le traitement adéquat :

Dyspnée aiguë : La dyspnée aiguë est un motif fréquent de consultation aux urgences. Les origines les plus fréquentes chez l'adulte sont l'insuffisance cardiaque aiguë, l'embolie pulmonaire et une infection pulmonaire survenant sur un poumon déjà malade (asthme, bronchopneumopathie chronique obstructive (BPCO), etc.)

Dyspnée cardiaque : La dyspnée cardiaque est le résultat d'une insuffisance cardiaque : le cœur n'assure plus son rôle de pompe du flux sanguin. Des oedèmes apparaissent sur l'ensemble du corps et les poumons se retrouvent inondés. Le patient ressent alors une suffocation et une pression dans la poitrine.

Dyspnée d'embolie pulmonaire : C'est une dyspnée survenant brutalement mais d'intensité variable. Elle est généralement associée à une douleur dans la poitrine.

Dyspnée inspiratoire : La dyspnée inspiratoire se manifeste par une difficulté à inspirer de l'air, elle est souvent due à un obstacle au niveau de la trachée ou du larynx, ou à une diminution de diamètre du larynx comme dans le cas d'une laryngite. Elle peut s'associer à une modification de la voix.

Dyspnée expiratoire : Elle se rencontre dans la crise d'asthme ou dans une poussée de bronchopneumopathie chronique obstructive (BPCO), et s'associe alors à des sifflements.

Dyspnée de Kussmaul : La dyspnée de Kussmaul est une dyspnée qui se décompose en quatre temps : inspiration, pause, expiration, pause. On la retrouve classiquement dans une complication du diabète, l'acidocétose métabolique qui correspond à une accumulation de substances acides dans le sang.

Dyspnée Chronique : C'est un essoufflement d'apparition progressive et qui perdure dans le temps. Comme pour la dyspnée aiguë, les principales causes sont d'origine cardiaque et pulmonaire. Elle commence en général par être présente à l'effort.

Dyspnée d'effort : La dyspnée d'effort est une gêne respiratoire qui survient exclusivement lors d'un effort physique. Elle est souvent l'indicateur d'une maladie pulmonaire, telle qu'un asthme, ou d'une insuffisance cardiaque. Le cœur est alors incapable de s'adapter aux exigences accrues de l'organisme pendant l'effort. Plus la pathologie évolue, et plus la gêne respiratoire augmente, jusqu'à ce que le patient ressente un essoufflement même au repos.

Pouding au riz crémeux

NOM DE LA RECETTE _____



INGRÉDIENTS



- 1 tasse de riz à longs grains
- 2 tasses d'eau chaude
- ½ tasse de sucre
- 2 c. à soupe de fécule de maïs
- ¼ c. à thé de sel
- 2 ½ tasses de lait
- 2 jaunes d'œuf battus
- ½ c. à thé de vanille
- Muscade au goût
- ½ tasse de raisins secs (facultatif)
-

RÉALISATION



- Cuire le riz dans l'eau chaude en couvrant 5 minutes à 100% et 10 minutes à 70%.
- Dans un bol, mélanger le sucre, la fécule et le sel.
- Ajouter le lait et les jaunes d'œuf.
- Incorporer le riz cuit, la vanille et les raisins.
- Cuire 8 à 10 minutes en remuant.
-



Une étagère pour la gamelle du chien

Vous avez une étagère qui ne sert à rien ? Coupez des trous dedans de la taille de la gamelle de votre chien, puis insérez-les dedans. Fini les gamelles qui se baladent dans la maison.



Utilisez un rangement pour les couverts pour les bijoux

Prenez un casier range-couverts et ajoutez un crochet à tasse dans chaque compartiment. Vous pourrez y accrocher vos bijoux fantaisie facilement sans les emmêler.

Rangez vos vêtements à la verticale

Finis les tiroirs de commode désordonnés ! Rangez vos vêtements côte à côte au lieu de les empiler les uns sur les autres.



Réparez vos DVD rayés sans effort

Si vos DVD sont rayés et rejouent en boucle la même scène, alors suivez cette astuce. Mettez un peu de dentifrice sur un chiffon sec et passez-le doucement sur le DVD rayé. Les petites rayures de votre CD ou DVD préféré disparaissent.

Protégez les choses fragiles avec des bouées

Vous partez en voyage, et vous devez transporter des bouteilles en verre ? Protégez les récipients cassables tels que les bouteilles de vin ou les bocaux avec des brassards gonflables pour enfants.



Rangez facilement vos écharpes et collants

Plutôt que de les regrouper dans un tiroir, nouez-les sur un portemanteau. Puis rangez-les dans votre garde-robe. C'est super pratique, car vous les voyez tous d'un seul coup d'oeil. C'est même particulièrement joli si vous avez une collection de collants arc-en-ciel comme moi. Cette astuce fonctionne aussi pour les foulards et écharpes.

Gardez vos gâteaux frais grâce à du pain

Vous avez beaucoup de gâteaux à préparer pour le lendemain ? Faites cuire à l'avance vos gâteaux sans crainte qu'ils ne rassissent. Gardez-les frais toute la nuit en plaçant une tranche de pain dessus. Le matin, votre pain sera dur comme une pierre, mais le gâteau restera frais et moelleux.



INDEX DES RECETTES 2020 / 2021 / 2022

RECETTE	PARUTION
Barres à l'avoine, aux abricots et aux pistaches	Mars 2020
Biscuits aux cerises et chocolat	Février 2021
Bœuf aux légumes et tomates	Avril 2021
Chaudrée d'automne aux légumes et au cheddar	Octobre 2021
Côtelettes de porc	Novembre 2021
Crème d'asperges au brie	Mai 2022
Cretons	Septembre 2020
Croissants en hors d'oeuvre	Août 2021
Dessert aux bleuets	Décembre 2022
Fromage au poulet pour craquelins	Août 2021
Galettes épinglettes aux dattes	Novembre 2022
Gâteau aux bleuets	Octobre 2020
Gâteau exquis au chocolat (style brownies)	Février 2022
Gâteau glacé au fromage Philly d'été	Août 2022
Gâteau moelleux à la courge spaghetti	Juin 2021
Gâteau moelleux aux bleuets	Juillet 2020
Gâteau pouding au chocolat	Mai 2021
Gelée de piment	Août 2020
Jambon au Crock Pot	Juillet 2021
Minis pains de viande	Mars 2022
Muffins aux fraises fraîches	Juin 2020
Muffins aux petits fruits et yogourt	Septembre 2022
Pain de viande aux légumes	Février 2020
Pâté à la dinde d'antan	Janvier 2022
Petits pains fourrés	Décembre 2021
Potage de navet	Octobre 2022
Pouding chômeur aux raisins	Avril 2020
Rouleau de Rice Krispies	Novembre 2020
Salade de crevettes et bleuets	Juin 2022
Salade tiède de farfalles au jambon, tomates séchées et asperges	Mars 2021
Salières santé	Janvier 2021
Saucisses B.B.Q.	Avril 2022
Soupe aux tomates et aux tortellinis	Janvier 2020
Tarte à la rhubarbe	Septembre 2021
Tarte aux pommes et au chocolat	Décembre 2020
Vinaigrette soleil et mousse au jambon	Mai 2020

Municipalité de Saint-Édouard-de-Lotbinière
2485 rue Principale
Saint-Édouard-de-Lotbinière (Québec)
G0S 1Y0
Tél. : 418 796-2971

Conseil municipal

Denise Poulin, maire

Patrice Lemay, conseiller n° 1

Sébastien Leclerc, conseiller n° 2

André Leclerc, conseiller n° 3

Lina Trépanier, conseiller n° 4

André Poulin, conseiller n° 5

Mylène Bernier, conseiller n° 6

Équipe municipale

Marie-Josée Lévesque

Directrice générale #301

Chloé Boudreau

Secrétaire-réceptionniste #300

Nathalie Roy

Technicienne en comptabilité #302

Patrick Bélanger

Directeur des travaux publics #303

Jeason Beaudoin

Préposé aux travaux publics

Réjeanne Côté

Coordonnatrice des loisirs #304

Pierrette Léger

Adjointe à la direction #305

Vicky Saumure

Inspectrice municipale #306

Valérie Auger

Service de garde municipal

André Maillet

Directeur incendie

Le mot du Maire



Avez-vous vu le **GRINCH** de Noël à St Édouard ?

Vendredi le 16 décembre 2022 a eu lieu notre marche de Noël dans les rues du village. Le GRINCH de Noël y était. Quelle belle activité !

Plus de cent personnes étaient présentes dont une quarantaine d'enfants . La marche a été agrémentée par la musique de Noël avec Pierre Lauzé et sécurisée par le camion de pompiers conduit par notre chef André Maillet. La température était belle et la bonne humeur était de la fête .

Les enfants ont pu décorer un sapin de Noël avant de l'illuminer.

Les fermières nous ont servi café, bouillon et chocolat chaud. Merci beaucoup.

Félicitations à Darko Tremblay, qui a remporté un bas de Noël bien rempli, qui était le prix du concours de décorations de l'ornement de Noël.

Deux prix de présence ont été remis, dont un panier cadeau de Goutez Lotbinière d'une valeur de 50\$ offert par la municipalité à M. Jérôme Hamel et un certificat-cadeau du Pic Bois L'Artisan également d'une valeur de 50\$ remis à Madame Marie-Ève Paquet.

Merci beaucoup à Réjeanne, notre coordonnatrice des loisirs, pour son travail si précieux.

Merci à vous tous qui avez participé de près ou de loin à la réussite de cette activité et à vous qui avez répondu à notre invitation.



Denise Poulin

BUDGET 2023

DÉPENSES:	
Administration générale	521 574 \$
Sécurité publique	307 765 \$
Transport routier	469 802 \$
Hygiène du milieu	441 680 \$
santé et bien-être	59 656 \$
Aménagement et urbanisme	108 829 \$
Loisirs et culture	238 904 \$
Activités culturelles	15 675 \$
Frais de financement - intérêts	90 124 \$
Total des dépenses avant affectations	2 254 009 \$
Affectations - remboursement en capital et autres	336 350 \$
TOTAL DES DÉPENSES ET AFFECTATIONS	2 590 359 \$

REVENUS:	
Taxes (valeur foncière, service de la dette, services municipaux, intérêts sur arrérages)	2 207 406 \$
Tenant lieu de taxes	41 030 \$
Transferts	186 055 \$
Services rendus	99 868 \$
Impositions de droits	29 000 \$
Autres revenus	15 000 \$
Amande et pénalités, intérêts	12 000 \$
TOTAL DES REVENUS	2 590 359 \$

RÉSUMÉ DES PRINCIPALES DÉCISIONS DU CONSEIL MUNICIPAL SÉANCE DU 5 DÉCEMBRE 2022 :



SÉANCE ORDINAIRE DU 5 DÉCEMBRE 2022

Adoption du procès-verbal de la séance du 7 novembre.

Approbation des comptes du mois et des factures à payer et dépôt du rapport budgétaire au 30 novembre.

Adoption du règlement #100-011-2022-01 concernant la création d'un fonds électoral.

Approbation pour la destruction d'archives municipales inactives selon la liste établie.

Renouvellement de l'adhésion à l'AQLM pour un montant de 402.41\$ taxes incluses.

Approbation du budget de représentation du maire 2023 au montant de 800.00\$.

Résolution de concordance relativement à un emprunt par billets au montant de 774 600\$ qui sera réalisé le 12 décembre 2022.

Résolution d'adjudication relativement à un emprunt par billets au montant de 774 600\$ à la caisse Desjardins du centre de Lotbinière.

Octroi de contrat de gré à gré pour les services comptables à Groupe RDL Victoriaville SENCRL.

Nomination de André Maillet à titre de Directeur du Service de Sécurité Incendie pour un salaire de 29.68\$ l'heure, toute tâche confondue sauf pour la garde 75.00\$ par jour et les interventions incendie 30.34\$ l'heure.

Octroi de contrat de gré à gré à Aréo-feu pour inspections des appareils respiratoires pour un montant de 477.00\$ par année taxes en sus et pièces non-incluses.

Renouvellement de l'adhésion à l'Association des Travaux Publics d'Amérique pour un montant de 265.00\$ taxes en sus.

Demande de désignation d'un conciliateur au MAMH.

Renouvellement du service de transport adapté au montant de 3193.25\$.

Octroi de contrat de gré à gré à Recyc-Lav pour la collecte de gros rebuts pour un montant de 4800.00\$ taxes en sus.

Engagement des professeurs pour la session des cours hiver 2023.

Autorisation d'emprunt et de signatures relatives à un refinancement de 774 600.00\$.

SÉANCE EXTRAORDINAIRE DU 19 DÉCEMBRE 2022 20H

Présentation et adoption du budget 2023

Présentation et adoption du programme triennal d'immobilisation

PROJETS	2023	2024	2025	Subventions
Sécurité publique				
- Réfection et agrandissement caserne, garage, biblio	N/A	N/A	N/A	
- Provisionnement camion incendie		50 000,00 \$	50 000,00 \$	
Transport et hygiène du milieu				
- Développement résidentiel	30 000,00 \$	N/A		TECQ et PPA
- Achat de bacs bruns troisième collecte	5 120,00 \$	5 164,00 \$	5 200,00 \$	
- Réfection route Hyppolite-Lemay		N/A	350 000,00 \$	TECQ et PAVL
- Réfection rang St-Charles ouest		900 000,00 \$		TECQ et PAVL
Développement économique				
		23 000,00 \$	23 000,00 \$	
Loisirs et culture				
- Bibliothèque	N/A	N/A	N/A	
TOTAL IMMOBILISATION:	35 120,00 \$	978 164,00 \$	428 200,00 \$	

SÉANCE EXTRAORDINAIRE DU 19 DÉCEMBRE 2022 20H30

Avis de motion et dépôt du projet de règlement #2023-100 fixant les taux de taxation et les tarifs de compensation pour les services municipaux pour l'exercice 2023.

Autorisation de signature pour une servitude à la demande d'Hydro-Québec par Marie-Josée Lévesque.

Acceptation de l'entente avec St-Agapit pour la fourniture de service de formation en sécurité incendie.

Approbation pour deux compensations suite à un refoulement d'égout municipal de 1000.00\$

Adoption du procès-verbal du CCU du 24 novembre 2022.

Refus de la demande de dérogation mineure du 110, rue Jacques.

Pour plus d'info, vous pouvez consulter les procès-verbaux sur le site internet de la municipalité

FILM 7 FÉVRIER 2023

Tu te souviendras de moi!

Où : Salle municipale / Quand : 7 février 13h30

Édouard, personnalité publique et professeur d'histoire à la retraite, commence à perdre la mémoire. Habitué qu'il est à s'exprimer sur toutes les tribunes, il doit se faire plus discret même s'il estime avoir encore beaucoup de choses à dire. Aussi puisque personne de son entourage n'est en mesure de veiller sur lui, il est placé sous la garde de Bérénice, une jeune fille un peu rebelle et perdue. Leur rencontre amènera Édouard à revisiter un passage de son histoire personnelle qu'il avait choisi d'oublier, et Bérénice à trouver un sens à sa vie.



Un film mettant en vedette :

Rémy Girard, France Castel, Julie Le Breton, David Boutin, Karelle Tremblay.

ÉCHO CONCERT DU 2 DÉCEMBRE 2022



C'est avec joie et fierté que le Chœur de Noël vous présente un résumé de cette soirée qui a été encore une fois MAGNIFIQUE.

Un peu plus de 500 personnes se sont donné rendez-vous (460 billets vendus - 442 entrées) ce qui nous a permis de remettre la somme de 6 950\$

**MERCI encore à tous ceux qui ont bien voulu m'accompagner dans ce projet:
Équipe des décors, vente de billets partage,
accueil, son-éclairage et bien sûr chanteurs et musiciens
sans qui tout ça n'est pas possible.**

**Un Merci spécial aux enfants et à leurs parents
pour leur participation et leur confiance.**

Si l'univers le veut bien, on se donne rendez-vous en 2023.

Marianne Daigle

Résultat Guignolée 2022

Merci aux généreuses entreprises pour leurs dons :

Planchers PG	Cercueils Bernier	Concept
Groupe Castonguay	Hamel construction	Meunerie Soucy
Notaire Stéphanie Langlois	Produits huilés FAE	Excavation R. Lemay
Scierie Lauzé	Transport Scolaire Émilus Lemay	

Le montant en argent des entreprises et le porte à porte nous ont permis de recueillir la magnifique somme de **3071.15\$**

Ce résultat si magnifique n'aurait pu être réalisé sans la précieuse collaboration des
Bénévoles

Allard Adèle	Bélanger Gaston	Bernard Marie-Pier
Bernier Gerry	Blais Alexis	Blais Fernando
Boisnard Brigitte	Boisvert Madeleine	Boisvert Marc-Aurèle
Briand Martin	Castonguay Ginette	Clermont Danielle
Coté Annie	Degrady Andrew	Degrady Nathalie
Desrochers Claudette	Filteault Cassandre	Gagnon Éloïse
Grégoire Lisette	Grégoire Pauline	Guimond Simone
Huot Sarah-Anne	Jones Danny	Kelhetter Antoine
Kelhetter Nathan	Labrie Éloïse	Lachance Diane
Lafond Mélanie	Lauzé Frédérique	Leclerc André
Leclerc Sarah	Lemay Lise	Lemay Molly
Lemay Patricia	Lemay Pierre	Lemay Zachary
Lecours Yves	Marcoux Diane et Simon	Patoine Amélie
Poulin André	Poulin Zachary	Pouliot Laurie
Simoneau Pierre	St-Onge Jacqueline	Turcotte Jean-Guy

Tirages pour les bénévoles : merci à la municipalité de St-Édouard, Resto du Bois Clair, Le Cube, Pharmacie Anne-Marie Thivierge Inc et Salon Coiffure Chloé.

Un GRAND MERCI à vous la communauté pour votre ACCUEIL et votre GÉNÉROSITÉ.
50 boîtes de denrées pour les paniers de Noël.

Notre prochain rendez-vous : le **dimanche 26 novembre 2023**

Linda Grégoire, Marcel St-Pierre

Ridées mais pas fanées... dire au suivant

Le 25 octobre un deuxième groupe composé de 10 participantes ont terminé la session « Ridées mais pas fanées », au Centre-Femmes. Cet atelier organisé pour les femmes de 60 ans et plus, visait à améliorer leurs connaissances sur le vieillissement de façon à contrer les préjugés et les fausses représentations, à partager leurs expériences, à valoriser la place et le rôle des femmes âgées et à encourager leur prise de parole face aux stigmates de l'âge, à l'expérience du vieillissement et à leur place dans la société.



Les participantes de la session « Ridées mais pas fanées » automne 2022

À la suite de cette démarche sur le vieillissement, voici ce que les participantes souhaitent partager avec vous :

Oser : Pour aller au-devant des autres, pour prendre sa place, pour réaliser nos rêves

Communiquer: La communication c'est important entre nous et avec les jeunes. Les nouvelles technologies nous bloquent parfois mais on a encore des choses à se dire.

Apprendre à écouter : Il y a toujours quelqu'un à qui tendre l'oreille.

Créer des liens: La solitude c'est une réalité. Ensemble il faut y remédier.

Le plaisir: Amusons-nous le plus souvent possible... la danse, le chant, le tricot, le sport, la marche, les bisous et toutes les petites gâteries qui rendent la vie plus douce.

Prendre soin de soi : Nourrir notre corps et notre esprit pour une vie saine et inspirante

Vivre pleinement : C'est ne pas trop s'inquiéter, c'est un jour à la fois car le bonheur est maintenant.

*Vieillir en beauté, c'est vieillir avec son cœur, sans remords,
sans regret, sans regarder l'heure. F. Leclerc*

À propos du Centre-Femmes de Lotbinière

Le Centre-Femmes existe depuis 1985 et vise l'amélioration des conditions et de la qualité de vie des femmes de la région de Lotbinière. Visitez le www.cflotbiniere.org ou rejoignez-nous sur Facebook.

-30-

Source et information :

Marylin Shallow, Intervenante Centre-Femmes de Lotbinière
418-728-4402, communication@cflotbiniere.org





Hôte de plusieurs équipes sportives de la région, le Centre sportif G.H. Vermette, situé à Saint-Agapit, célèbrera son 50e anniversaire d'activité, au cours de l'année 2023. Pour souligner l'évènement, le Service des loisirs de Saint-Agapit est à la recherche d'anecdotes, de photos et de vidéos rappelant des moments marquants de ces nombreuses années.

Que vous ayez fréquenté cet endroit pour le hockey, le patinage artistique, la ringuette ou pour tout autre évènement, votre partage contribuera à faire découvrir le passé aux générations présentes !

Pour faire parvenir vos souvenirs, contacter le Service des loisirs via le courriel suivant: loisirset-agapit.qc.ca.

Au plaisir de découvrir vos histoires !



Suivez la page Facebook de la Municipalité de Saint-Agapit, afin de connaître la programmation entourant les festivités du 50e anniversaire.

Saint-Agapit

REGROUPEMENT DES JEUNES DE LOTBINIÈRE

FÉVRIER 2023



BONS COUPS DES JEUNES

- Implication de 8 jeunes lors des comités V.I.P de cet automne.
- Implication de plus de 10 jeunes lors du nettoyage des abribus d'Express Lotbinière depuis cet automne.
- Plus de 5 activités de financement réalisées par les jeunes depuis cet été.

À VENIR

- Février: Mois *on s'love* pour la prévention du suicide et la promotion de la vie
- 5 et 19 février: Cantine courses de bazous d'Issoudun
- 17 février: Valcartier

*Activités offertes pour tous les jeunes de
12 à 17 ans de la MRC de Lotbinière*

 rjlotbiniere

 rjlotbiniere

 Regroupement des jeunes de Lotbinière

www.rjlotbiniere.com

INTERVENANTE COMMUNAUTAIRE



Qui: Éloïse Beaupré,
Intervenante
communautaire.

Quoi: Intervenante auprès de la clientèle adolescente, par l'approche de réduction des méfaits, donne accès à du matériel de prévention, accompagne, écoute et suit le rythme de la personne.

Où: Dans les écoles secondaires & alentours, différents endroits dans les municipalités de Lotbinière.

Quand: Un horaire est disponible sur Facebook



REGROUPEMENT
DES JEUNES
DE LOTBINIÈRE

Pour me joindre: 581-992-3009 (Appels et textos)

Pour service d'urgence 24/7, contactez 1-866-appelle

Facebook: Éloïse Intervenante Communautaire

E-mail: intervenante.communautaire@rjlotbiniere.com



	A	B	C	D	E	F	G	H
1	P	A	T	I	S	S	O	N
2	A	M	O	R	T	I	R	A
3	S	U	P	E	R	M	A	N
4	S	S	E		I	O	T	A
5	I	E		M	E	N	E	R
6	O	R	E	E		E	U	
7	N		T	T	C		R	C
8	N	B	A		O	S	S	U
9	A	L	L	O	U	A		T
10	N	E		S	A	L	S	A
11	T		A	E	R	I	E	N
12	E	G	A	R	D		L	E

7	5	3	4	8	9	1	2	6
9	6	8	3	1	2	5	4	7
1	2	4	7	6	5	9	3	8
2	3	5	1	7	8	4	6	9
8	7	1	9	4	6	2	5	3
4	9	6	2	5	3	7	8	1
6	4	9	8	2	1	3	7	5
3	8	7	5	9	4	6	1	2
5	1	2	6	3	7	8	9	4



Maison de la Famille
de Lotbinière

Pour toutes les familles PROGRAMMATION AUTOMNE 2022

GRATUIT -- INFORMATION - INSCRIPTION – 418-881-3486

ATELIERS (HOMMES, FEMMES, ENFANTS, PARENTS, GRANDS-PARENTS...)

Chouette & Pirouette Mardi au vendredi 9 à 11h	6 sept. au 16 déc.	Ateliers-découvertes Parents-Enfants (0-5 ans) développement de l'enfant Entre Parents (échanges et partage sur la vie de parent).
Bébé-Câlin Mercredi 13 à 15h	7 sept au 14 déc.	Ateliers-découvertes Parent-bébé. Activités de stimulation, information. Échanges sur différents thèmes
Stimulation langage motricité (4-8 ans) Samedi 9h30 à 11h30	10 sept au 17 déc.	Ateliers Parents – enfants 3-6 ans. Explorer les défis moteurs et de langage... Jeux collectifs, psychomoteurs et motricité fine, Soutien en groupe et en individuel
Circuits motricité (moins de 13 mois, 3 ans, 5 ans) Dimanche 9h30 à 11h30	11 sept. au 18 déc.	Ateliers parents-enfants favorisant la découverte et le développement moteur de l'enfant. Parcours adaptés, reproductibles par les parents. Notions de sécurité.
Santé physique et mentale Vendredi 9h30 à 10h30	9 sept au 16 déc.	Exercices et techniques pour vous détendre, vous dégourdir et vous revigorer
Vivacité Intellectuelle Mardis 9h30 à 11h30	05 oct. au 7 déc.	Développer et entretenir vos capacités cognitives, connaissances, stratégies, vitalité intellectuelle, apprentissages, vivacité d'esprit, autonomie...

LES APRÈS-MIDIS 13 à 15h (adultes hommes, femmes de tous âges)

MARDIS-CUISINE	MERCREDIS-PÉRINATALITÉ	JEUDIS-CRÉATIVITÉ	VENDREDIS-ÉMOTIONS
On cuisine ensemble du 6 sept. au 13 déc. Discussion les Relations	Accompagnement de grossesse Pour les pères et les mères du 7 sept. au 14 déc. Discussion la Vie de famille	Expériences de création du 8 sept. au 15 déc. Discussion Moi où j'en suis	du 13 sept au 13 déc Accueillir Exprimer ses émotions Vivre le moment présent.

NOS SERVICES pour INFORMATION et RENDEZ-VOUS 418-881-3486

HALTE-GARDERIE DU LUNDI AU VENDREDI DE 8H30 À 16H

Accès-Loisirs : Pour participer à un loisir gratuitement * **Aide aux devoirs** : pour la réussite scolaire

Consultation professionnelle brève : Avocats – Médiation familiale

Écoute accompagnement : Individu, couple, parent, aînés. Mieux surmonter les difficultés

Fête – Cœur – Temps : Pour leur anniversaire, du temps pour les aînés

Médiation Citoyenne : Soutien pour arrondir des conflits (voisinage, famille, actes criminels, etc.)

Pour mieux intervenir : Conseils éducatifs pour parents d'enfants 5-17 ans *

Services de droits d'accès supervisés : Volet échange, Volet visites

Soutien lors d'un deuil : Suivi, accompagnement, par Présence Lotbinière

Soutien Séparation : le vivre le plus harmonieusement possible, pour les enfants, pour vous, pour vos proches

Pic-bois l'artisan

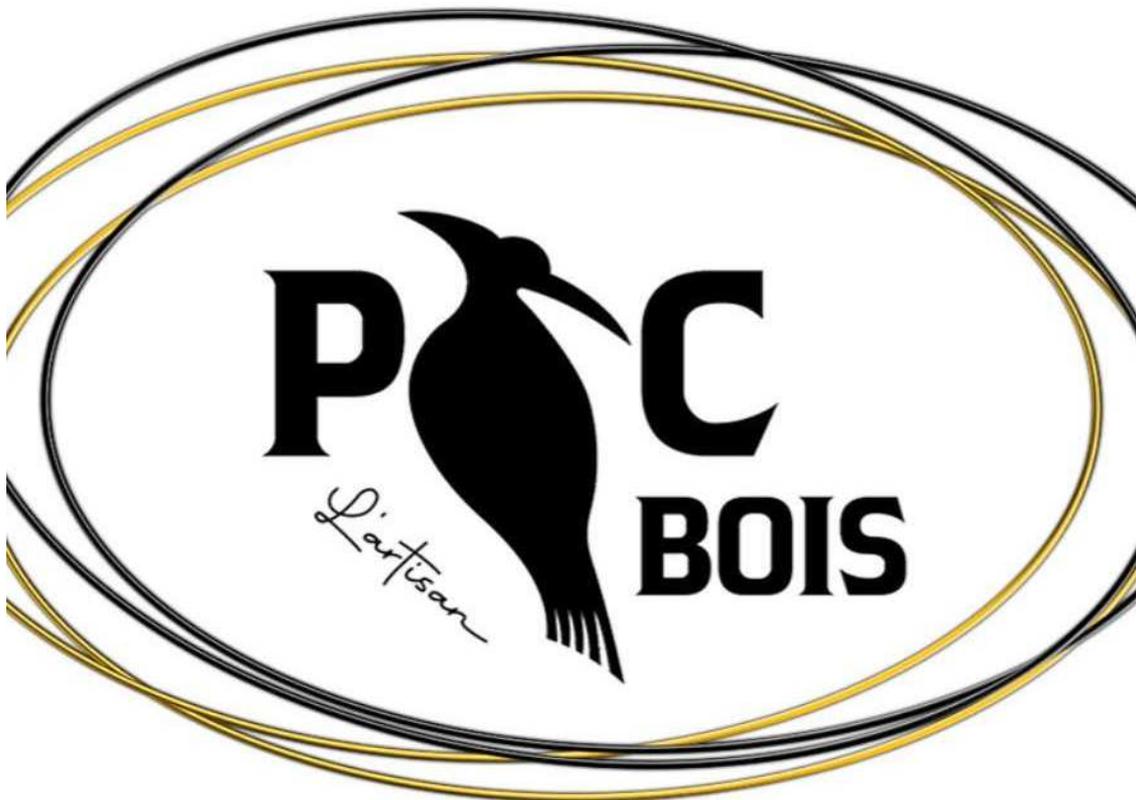
La Boutique-cadeaux-déco-meubles
artisans et revalorisés

www.picboislartisan.com

2584 Rue Principale, Saint-Édouard-de-Lotbinière

GOS IYO

819-266-2198



COIFFURE
JOSIANE PILOTE
JOSIANE PILOTE
COIFFEUSE-STYLISTE
propriétaire

Son rendez-vous
418 703-0572
218, rue Bergeron, Saint-Édouard-de-Lotbinière

SERVICE PERSONNALISÉ et COURTOIS
AMBIANCE DÉCONTRACTÉE
Coupes (Femmes, hommes et enfants)
Coloration, mèches, etc.

SALON *Danielle*

Danielle Bernard, coiffeuse
Tél. : 418 796-2280

2401, Principale
Saint-Édouard-de-Lotbinière
G0S 1Y0

L'Audace
COIFFURE

Nancy Parent, coiffeuse
Tél. : 418 703-0633

146, route Leclerc, St-Édouard G0S 1Y0

Coiff Caly-T
108, Castonguay
St-Édouard-de-Lotbinière
QC G0S 1Y0
418 796.2900

Votre
PUB ICI!

Marie "Beauté" Esthétique
Soin facial, épilation, électrolyse
manucure, pédicure gel
418-796-1348

Marianne Daigle

187 Beaudet
St-Édouard de Lotbinière

Salon Caly-T
418 796.0020
Prop.: Lina Trépanier

2555, Principale
St-Édouard QC
Esthétique & Bronzage
Laser & IPL

Jeannette Schurch
MEMBRE DE FOMM

Clinique Massothérapie

Californien - Shiatsu
Hygiène des oreilles - Pressothérapie

Information et rendez-vous :
(418) 796-2351

120, Castonguay
Ste-Édouard de Lotb. Qué.
G0S 1Y0

Technicienne en hygiène et soins
des pieds
Rebecca Auger
membre associé des
naturothérapeutes du Québec

À votre domicile
418-796-2296
418-728-7093

Les Doigts de Fée
bureau ou votre domicile

Kéline Lauzé
couturière diplômée

Soins de Pieds (Diplômée ANQ)
418 926 2539

342 rue Barbin
Sainte-Croix Lotbinière, QC

AUDREY TROTTIER
Hygiéniste en soins des pieds

Soins des pieds
Poses d'ongles
Manucures
Pédicures

2676 rue principale
St-Édouard de Lotbinière
G0S1Y0
audrey.ain@hotmail.ca

418-728-8185

SOINS DES PIEDS :

- Ongles incarnés
- Cors
- Durillons
- Cèlil de perdrax
- Ongles épais
- Cornes
- pédicures

... MAINS :

- pores, ongles
- réminés et poudres
- vernis
- gell

Hygiéniste en soins des
pieds

AUDREY TROTTIER
Hygiéniste en soins des
pieds

LE CUBE
FRAICHEUR | SAVEURS | DISTINCTION

Commande En Ligne Service De Livraison Service Traiteur

www.restobarlecube.ca

418-926-3244 0

info@restobarlecube.ca

Suivez nous sur Facebook

400, route laurier Ste-Croix

FRAICHEUR SAVEURS DISTINCTION
LES FOOD TRUCKS
LE CUBE

FOOD TRUCK
FESTIVAL | ÉVÈNEMENT PRIVÉ & CORPORATIF

418-926-3244 0

info@restobarlecube.ca

Suivez nous sur Facebook

CHIEN SOSSIS

QUAND LA FAIM VOUS APPELE
L'AFFAMÉ

RESTO DU BOIS CLAIR
418 796-3101
 MENUS DU JOUR, PIZZAS, PRODUITS MAISON

restoboiscclair@yahoo.com

La Boucanerie
Del Janio
 Service de traiteur/BBQ/Food Truck/Rôtisserie
 www.laboucaneriedeltonio.com
 Resto : 581-576-2627

Le Sainte-Emmelie
 RESTO PUB

8002, Rte Marie-Victorin
 Leclercville, Qc G0S 2K0

Propriétaires :
 Johanne Paquet
 Charles-Étienne Beaudet

819 599.9995 | lesainteemmelie | lesainte-emmelle@videotron.ca

SNACK BAR
Sainte-Croix
 CRÈMERIE

Casse-croûte
 Frites maison **WiFi**

Salle à manger - Grande terrasse
 Tables à pique-nique
418 926-3030
 6087, rue Principale - Ste-Croix - Qc G0S 2H0

DÉBITAGE
DODU
 MANNE BOVINE, PORCINI & SAUVAGE

Jean-Philippe Garneau
 Propriétaire

418 703-4850
 418 571-4850

119, rue Lauzé, Saint-Édouard-de-Lotbinière
 (Québec) G0S 1Y0

Suivez-nous!

Votre PUB ICI!

RECYCLE AUTOS
2000 INC.

Spécialité:
 • Autos d'occasion
 • Pièces usagées et neuves
 • Redressement de châssis
 • Service mécanique
 • Carrosserie

1504, St-Charles, Saint-Édouard de Lotb. G0S 1Y0
 recycleautos@globetrotter.net
 T: 418 796-3400 • 1 866 790-3400
 F: 418 796-1349

LAVE AUTO
DANIEL PAQUET

146, rue Olivier
 Laurier-Station
 G0S 1N0
 Tél.: 418 728-9001

laveautodp@gmail.com | laveautodanielpaquet

Transport scolaire
Emilius Lemay inc.

- Voyage de groupe longue distance
- Suspension pneumatique
- Sièges de tissu
- Porte-bagages intérieur/extérieur

Pour informations:
 Tél.: 418 796-2880
 Cell.: 418 554-2880

Daniel Lemay, propriétaire

Votre PUB ICI!

MODEL
 ENTREPÔT

PLANCHERS DE BOIS FRANC ET D'INGÉNIERIE

115, rue Lauzé, St-Édouard-de-Lotbinière G0S 1Y0
418 796-3012
 Balance d'inventaire, fins de lots (légers défauts)

Hugo Lemay, propriétaire
 Cell.: 418 654-8969
 model.entrepot@hotmail.com

Votre PUB ICI!

Vitrerie
Jacques Simoneau inc.
 Portes et fenêtres

Jacques Simoneau
 propriétaire
 Tél.: 418 728-3894
 Cell.: 418 955-8611

Vente, installation et réparation de portes et fenêtres
 Douche de verre thermos, miroir et autre.
 Résidentiel et commercial
 303, rue St-Joseph, Laurier Station Qc G0S 1N0

ÉQUIPRO
 LOCATION ET VENTE D'OUTILS

Yannick Desrochers
 T 418 728-4421 | yd@locationequipro.ca
 167, boul. Laurier, Laurier-Station QC G0S 1N0

L'Acadien Bricoleur

stedouard@acadienbricoleur.com
 Téléphone: 418 796-2011

ALTERNATEUR
LEMAY
 VENTE & RÉPARATION

Alternateur/ Démarreur/ Batterie

54, de la Station,
 Laurier-Station (Qc) G0S 1N0 418-728-3819

Service de planage aux particuliers
 Vente de bois plané
 Spécialités : pruche, mélèze, pin blanc et pin rouge

forestier G.S.
 Guy St-Onge
 418-728-1636
 forestiersg@gmail.com

Travaux forestiers
 Sylvicoles et commerciaux
 Abatteuse multifonctionnelle

312 Rang, Juhaville
 St-Édouard-de-Lotbinière
 G0S 1Y0

Plomberie
 Chauffage
SERVIPOMPE

403, Route St-Joseph, Laurier- Station
 Tél.: (418) 728-4405
 Cell.: (418) 520-2004
 www.servipompe.com
 servi-pompe.sp.inc@hotmail.com



Excavation

Raymond Lemay & Fils inc.
- Travaux d'excavation
- Terrassement
- Vente de rippe de bois franc sec
R.B.Q.: 1891-9035-00

Déneigement

R. Lemay inc.
- Déneigement
- Transport en vrac

796-2040

Votre PUB ICI!

EXCAVATION Ghislain Castonguay

418 563-2682

Location de mini pelle
2626, Principale, St-Édouard

TRAVAUX
D'EXCAVATION
ET DRAINAGE
AVEC LASER

TRANSPORT:
SABLE, TERRE,
GRAVIER, TUFF

DÉNEIGEMENT



Stéphanie Langlois

NOTAIRE & CONSEILLÈRE JURIDIQUE

Saint-Édouard 418 796-2052

Québec 418 658-4335

» slanglois@notarius.net

langloisnotaire.com

Votre PUB ICI!



CABINET EN ASSURANCE DE DOMMAGES

ASSURANCES

Habitation
Entreprise
Automobile
Agricole



Un monde d'agriculture



Le monde s'offre à vous!

Siège social
T 418 796.3060
2597, rue Principale
Saint-Édouard (Québec) G0S 1Y0
Permis du Québec : 700537

Suzanne Michaud, Directrice
T 418 796.3060
suzanne@interconseil.com

www.assurancesperusse.com 418 701-3270
info.assurancesperusse.com 243, rue Laroche, Sainte-Croix G0S 2H0

Votre PUB ICI!



LES ENTREPRISES DENYS HAMEL INC.

Entrepreneur général en construction
et en rénovation résidentielle et commerciale

Tel.: 418.831.9692
Télex.: 418.831.0530

denyshamel@hotmail.com
2216 ch.Filteau, Lévis, QC G7A2N4



Guylaine Michaud
opticienne
25^{ans}
guylainemichaudopticienne.com

- Service personnalisé selon vos besoins
- Montures québécoises et internationales
- Verres de contact
- Examens visuels par des optométristes

Forfait à partir de 119\$
verres et monture

167-A, boul. Laurier, Laurier-Station
418 728-5473

Judith LaJoie inc.

Société par actions d'un courtier immobilier
Coach Achat-Vente

B 418.666.5050
C 581.982.2211

RE/MAX RÉFÉRENCE 2000

AGENCE IMMOBILIERE
FRANCOIS ROY/REALTOR ET AUTONOME DE RE/MAX QUÉBEC INC.
3333, rue du Carrefour, local 250
Québec (QC) G1C 5R9
judith.lajoie@remax-quebec.com
www.judithlajoie.com



Votre PUB ICI!



Garage YVON PARADIS INC.

VENTE ET ACHAT VOITURES USAGÉES
PEINTURE - DÉBOSELAGE - PARE-BRISE
MÉCANIQUE

2201, rue Principale,
St-Édouard, Lotb. G0S 1Y0

Fax : (418) 796-2970
Tél. : (418) 796-2518

Votre PUB ICI!



Fiorine Gatepaille
1679, rang Saint-Charles
Saint-Édouard de Lotbinière
(Québec) G0S 1Y0
418 933-9054
info@multi-serviceslotbinere.com

Pour vos travaux domestiques
et entretiens divers

Votre PUB ICI!



Solusimple
ASSURANCES

AssurExperts

GAUTHIER & ASSOCIÉS
Cabinet en assurance de dommages

KEVEN DESROCHERS et PIERRE-LUC DAIGLE

Courtiers en assurance de dommages

JORDAN OUELLET

Courtier en assurance de dommages des particuliers

Commercial | Agricole | Cautionnement
Construction | Auto-habitation

info@solusimple.ca

Téléphone 418 728-3556

Télécopieur 418 728-3155

355, boulevard Saint-Joseph,
Laurier-Station (Québec) G0S 1N0

Jacques Gourde

Député de
Lévis-Lotbinière



Au plaisir
de vous servir !

418-836-0970

Jacques.gourde.a1@parl.gc.ca



BEAUDOIN LAFRANCE

GESTION DU PATRIMOINE

Venez discuter

BEAUDOINLAFRANCE.COM

UN PARTENAIRE POUR LES AFFAIRES,
UN SOUTIEN POUR LA VIE

- ASSURANCE DE PERSONNES
- SERVICES FINANCIERS
- PLANIFICATION FINANCIÈRE
- COURTAGE HYPOTHÉCAIRE

MAINTENANT 2 ADRESSES POUR RÉPONDRE À VOS BESOINS:

579, Président-Kennedy
Lévis (Québec) G6C 1J8
418-834-1008

3000, Alexandra, bureau 301
Québec (Québec) G1E 7C8
418-627-3232