

Le Bavard

S'informer pour se développer



JOYEUSES PÂQUES AVEC UN PEU D'HUMOUR



TABLE DES MATIÈRES

Joyeuses Pâques	1
Les tarifs/Les parutions/L'équipe	2
La pensée / Les gagnants / Les messes	3
Solutions / OMH	4
Mon livre de recettes	5
Chronique santé	6
Trucs et astuces	7
Le mot du maire	8
Le conseil vous informe	9
Questionnaire de consultation	10
Terrain de jeux	11
Bibliothèque	12-13
Stéphanie Langlois, notaire	14
Coopérative de solidarité	15
Express Lotbinière	16
Défi chaque minute compte	17-18
ABC Lotbinière	19
Relais pour la vie	20
Maison de la famille	21
RJ Lotbinière / Au-delà des mots	22
Annonces diverses	23
Les jeux	24
Cartes d'affaires	25-32



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 et Mouvements communautaires	Gratuit
Carte d'affaires/espace	45.00\$/année
Abonnement	40.00\$/année

LES PARUTIONS

TOMBÉE	PARUTIONS
15 avril	28 avril
15 mai	26 mai
15 juin	30 juin

L'ÉQUIPE DU BAVARD

Jacqueline Bernier, trésorière (796.2146)
Lucie Bernier, présidente (796.3261)
Nathalie Boucher, administratrice (796.3083)
Hélène Gagné, resp. des abonnements (796.2104)
Diane Lachance, secrétaire (703.0743)
Lise Lachance, vice-présidente (703.0682)
Pierrette Léger, rédactrice (703-0581)

Vous pouvez déposer votre correspondance, vos annonces ou toute autre documentation ou demande dans la boîte du Bavard au dépanneur SONIC 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.



LA PENSÉE DU MOIS

**NOUS DEVONS ÊTRE
LE CHANGEMENT
QUE NOUS VOULONS VOIR
DANS LE MONDE.**

LES GAGNANTS DE FÉVRIER 2021



Crédit-voyage : Nathalie et Josée-Anne Hamel de St-Édouard
100\$: Chantale Bernier et Marc-Olivier Habel de Ste-Croix
75\$: Marcel Richard de Leclercville

QUOI FAIRE ?

Les activités
du Cercle de Fermières de St-Édouard
du Club FADOQ Sourire de St-Édouard
sont suspendues pendant la pandémie du COVID.
Nous avons hâte de vous revoir.

Gardez le sourire.



LES MESSES

Dimanche, le 4 avril 2021 à 10h00 : Pâques à Ste-Croix
Dimanche, le 11 avril 2021 à 11h00: à venir
Mardi, le 13 avril 2021 à 16h00: sous réserve
Jeudi, le 22 avril 2021 à 15h00: sous réserve (Jardin des Aînés)
Dimanche, le 25 avril 2021 à 11h00: Carmelle Faucher (10e anniversaire)

N.B.: Bureau fermé le 8 avril 2021





MOTS CROISÉS

SUDOKU

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

Facile

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

Moyen

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

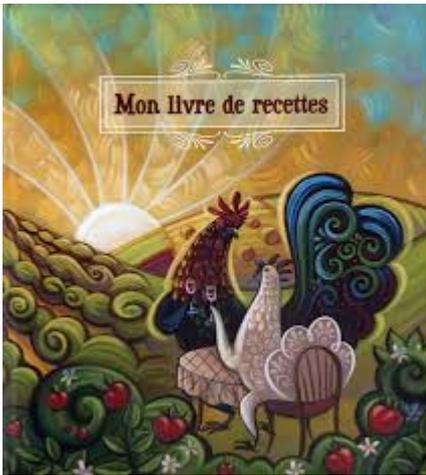


LOGEMENTS À LOUER

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.





Salade tiède de farfalles au jambon,
tomates séchées et asperges
De Marie-Claude Trépanier

Ingrédients

350 g de farfalles ou autres pâtes courtes
16 asperges coupées en morceaux
1 oignon émincé
1 poivron rouge coupé en dés
1 1/2 tasse de jambon coupé en dés
1/4 de tasse de tomates séchées émincées
2 c. à soupe de basilic frais émincé
2 c. à soupe de persil frais haché

Pour la vinaigrette:

1/3 de tasse d'huile d'olive
2 c. à soupe de vinaigre de cidre
2 c. à soupe de moutarde à l'ancienne
Sel et poivre au goût

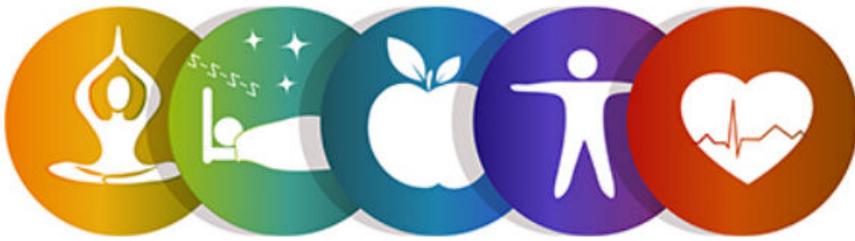


Préparation

- Dans une casserole d'eau bouillante salée, cuire les pâtes *al dente*.
- Ajouter les asperges 3 minutes avant la fin de la cuisson. Égoutter.
- Dans un saladier, mélanger ensemble les ingrédients de la vinaigrette.
- Dans une poêle, chauffer le quart de la vinaigrette à feu moyen. Saisir l'oignon, le poivron et le jambon de 2 à 3 minutes.
- Transférer la préparation dans le saladier.
- Ajouter les pâtes, les asperges, les tomates et les fines herbes. Mélanger.

Il ne vous restera qu'à déguster !





PALPITATIONS CARDIAQUES



On appelle palpitations des battements du cœur soudainement perceptibles. Elles peuvent se révéler anodines ou, au contraire, être le signe d'une atteinte plus grave du cœur ou d'une autre maladie. Seul un examen médical permet de déterminer la cause et la gravité de ces symptômes cardiaques.

QUE SONT LES PALPITATIONS CARDIAQUES ?

On appelle palpitations des battements du cœur soudainement perceptibles. Elles peuvent se révéler anodines ou, au contraire, être le signe d'une atteinte plus grave. Les palpitations peuvent avoir diverses origines et correspondre soit à une adaptation du cœur à une situation normale, soit à des battements anormaux du cœur. Par exemple, une accélération transitoire des battements cardiaques peut s'observer lors d'un effort soudain ou d'un moment de stress ou d'anxiété. Elle peut également avoir pour origine un excès de substances excitantes.

QUELS SONT LES SYMPTÔMES DES PALPITATIONS CARDIAQUES ?

Le plus souvent, les palpitations se manifestent par une sensation d'un cœur qui bat très fort ou de coups dans la poitrine. Parfois, il s'agit simplement de la sensation inhabituelle de sentir ses pulsations cardiaques. Le cœur peut s'emballer sans cause apparente puis revenir à un rythme normal tout aussi rapidement. Dans d'autres cas, la sensation survient lorsque le rythme des battements est irrégulier. Les palpitations s'accompagnent parfois d'autres troubles : difficultés respiratoires, vertiges, angoisse, sueurs, agitation, etc.

QUELLES SONT LES COMPLICATIONS ÉVENTUELLES DES PALPITATIONS ?

Les modifications de la fréquence ou de la régularité des battements du cœur peuvent avoir des conséquences sur la circulation sanguine, et provoquer, par exemple, un évanouissement. C'est pourquoi les palpitations exigent toujours une consultation médicale afin d'en identifier la cause.

Source : Vidal

À suivre ...





Bottes et souliers



Bourrer de papier journal les bottes et souliers détrem্পés afin qu'ils conservent leur forme et laisser sécher loin de la chaleur directe.

Jardinières



Avant de remplir les jardinières, étaler dans le fond plusieurs épaisseurs de papier journal et la terre séchera moins vite.

Lainage

Laver les chandails avant de les ranger et insérer quelques feuilles de papier journal dans la boîte de rangement. L'odeur d'encre éloigne les mites.

Odeur dans les plats de plastique



Mettre du papier journal dans les plats de plastique pour éliminer les mauvaises odeurs.

Poêle à frire



Pour récurer les poêles à frire, utiliser du papier journal et du gros sel.

Réfrigérateur

Pour éviter les odeurs dans un réfrigérateur mis hors tension, déposer du papier journal à l'intérieur pour absorber l'humidité.

Vitre de foyer



Pour nettoyer la vitre du foyer, utiliser un papier journal chiffonné et légèrement mouillé. Tremper dans la centre et frotter la vitre.

Séchoir à linge



Ne pas jeter les vieux parapluies. Enlever le tissu et s'en servir comme séchoir pour les vêtements en l'accrochant sur une corde.

Ampoule

Pour parfumer une pièce, mettre quelques gouttes de parfum sur une ampoule avant de l'allumer.

Crème glacée



Pour éviter la formation de givre sur la crème glacée, placer une pellicule de plastique avant de fermer le couvercle et la déposer au congélateur. Ceci est valable pour les autres contenants.



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

Comptabilité # 302

Patrick Bélanger,

Directeur des travaux publics # 303

Jeason Beaudoin,

Préposé aux travaux publics

Réjeanne Côté,

Coordinatrice des loisirs # 304

Pierrette Léger,

Aide administrative #305

Sara Lynne Charron

Inspectrice municipale # 306

Valérie Auger,

Service de garde municipal

André Maillet,

Directeur incendie

Le mot du Maire



Le 3 mai 2021 débutera la collecte brune
dans toute la MRC de Lotbinière.

En avril, vous recevrez votre bac extérieur de 360 litres
et votre petit bac pour l'intérieur.

Dans le bac, un dépliant vous sera fourni afin de vous donner
toutes les informations concernant cette collecte.

Pour St-Édouard, la collecte se fera

le mardi de chaque semaine

à compter du 4 mai jusqu'en novembre.

Entre décembre et avril, la collecte se fera à 2 reprises.

Ces 2 dates vous seront communiquées plus tard.

Pour des informations supplémentaires :

www.lavieenbrun.com

Denise Poulin, maire



RÉSUMÉ DES PRINCIPALES DÉCISIONS DU CONSEIL MUNICIPAL SÉANCE DU 1^{er} février 2021 :



SÉANCE ORDINAIRE DU 1^{ER} FÉVRIER 2021

Adoption du procès-verbal du 11 janvier 2021.

Approbation des comptes du mois et des factures à payer.

Dépôt du rapport budgétaire au 28 janvier 2021.

Modification du taux d'intérêt de la taxation annuelle de 2021 pour toute personne accusant un retard et qui aura pris entente avec la municipalité.

Ajustement du salaire horaire de monsieur Jason Beaudoin suite à l'obtention de son certificat de traitement des eaux usées par étangs aérés et prévoir une prochaine augmentation lors de l'obtention de la certification du traitement d'eau souterraine avec filtration et usine de distribution.

Achat d'un nouveau système de sauvegarde informatique pour répondre à la demande du nouveau serveur au coût de 899.45\$ taxes en sus.

Achat de quatre afficheurs pédagogiques au montant de 19 896.19\$ taxes incluses dans le cadre du projet d'amélioration de la sécurité des citoyens, qui bénéficiera d'une subvention FRR de la MRC de Lotbinière.

Fermeture définitive du dépôt d'huiles usées et contenants de peinture.

Entente de délégation des gestions concernant l'entretien et la réfection de chemins multiusages avec le MFFP et autorisation de signature de l'entente par Madame Marie-Josée Lévesque, directrice générale.

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





QUESTIONNAIRE DE CONSULTATION POUR LA MISE À JOUR DE LA POLITIQUE FAMILLES-AÎNÉS

Avril sera un mois très important pour notre municipalité

À compter du 6 avril, vous serez invités à remplir un questionnaire très important pour la mise à jour de notre politique familles-aînés ainsi que pour notre planification stratégique. Les résultats orienteront les décisions et les actions de notre municipalité pour les 5 prochaines années. Nous invitons donc toute la population, adultes et adolescents, à remplir ce questionnaire avant le 30 avril.

Des prix de participation seront tirés au hasard parmi toutes les personnes qui auront répondu au questionnaire.

Vous aurez accès au questionnaire en suivant le lien qui sera sur le site internet de la municipalité. Ce lien sera aussi disponible sur le site de la MRC et sera en fonction le 6 avril lors de l'ouverture des consultations. Pour ceux qui n'ont pas accès à internet, des copies du questionnaire seront déposées dans la boîte murale à l'entrée du bureau municipal, au salon d'esthétique Caly-t ou vous pourrez appeler au numéro indiqué plus bas et nous vous le ferons parvenir.

Pour toute information ou pour obtenir de l'aide pour compléter le questionnaire, veuillez contacter Réjeanne Côté au 418-796-2971 poste 304 et elle pourra vous aider.

Merci de votre collaboration et de votre participation.

Le comité MADA familles-aînés de la municipalité



TERRAIN DE JEUX

Saint-Édouard-de-Lotbinière

INSCRIPTIONS EN LIGNE

La période d'inscription débutera le
**jeudi 15 avril jusqu'au samedi 15 mai
2021.**

Le formulaire d'inscription du terrain de jeux ainsi que les coûts seront disponibles sur le site internet de la municipalité, à compter du 15 avril. Veuillez faire parvenir votre formulaire par courriel à loisirs@st-edouard.com ou le déposer dans la boîte située à l'entrée du bureau municipal.

Comme l'année passée, nous devons respecter les mesures reliées au Covid-19. Les enfants des travailleurs essentiels seront priorisés. Nous vous tiendrons informés des nouvelles directives au fur et à mesure que nous les recevrons.



Le comité de la bibliothèque vous informe



➤ **Attention : Retour aux heures normales d'ouverture de 18h 30 à 20h 30 le jeudi soir, depuis le changement d'heure pour le couvre-feu**

➤ **LORS DE VOS VISITES À LA BIBLIOTHÈQUE, DES PRÉCAUTIONS SUIVANTES SONT TOUJOURS NÉCESSAIRES POUR ASSURER VOTRE SÉCURITÉ AINSI QUE CELLE DES ÉCOLIERS ET DU PERSONNEL DE L'ÉCOLE, à savoir :**

- **SIGNATURE DU REGISTRE DES VISITEURS**
- **LAVAGE DES MAINS EN ENTRANT**
- **PORT DU MASQUE OBLIGATOIRE**
- **DISTANCIATION DE 2 MÈTRES ENTRE LES USAGERS**
- **DÉPÔT DES LIVRES DE RETOUR DANS UNE CAISSE DE QUARANTAINE PRÈS DU COMPTOIR DE PRÊT**

Par contre vous pouvez de nouveau consulter les livres sur les rayons.



➤ DES NOUVEAUTÉS À LIRE :

- Dans notre collection locale :
 - **Le sablier**, d'Édith Blais. Otage au Sahara pendant 450 jours. Elle raconte son histoire et répond aux questions que tous se sont posés dans le suivi de cette aventure tragique qui a fait appel aux qualités de courage, de patience et de résilience du jeune couple d'amis.

 - **La maison du docteur**, de Louise Tremblay-d'Essiambre, le dernier tome de la série *Du côté de Laurentides*. Plusieurs d'entre vous vivent passionnément en les lisant les événements tragiques et les élans d'amitié, d'entraide et d'amour qui lient les personnages de cette série.

- Plus de **600 nouveaux livres** proposés par le Réseau des bibliothèques publiques viennent d'être déposés sur nos rayons. **VOUS AVEZ DE NOUVEAU ACCÈS AUX RAYONS** pour explorer et profiter de toute la richesse des magnifiques livres qui y sont présentés : romans, essais, livres documentaires de référence sur la santé, l'éducation, le sport ou la politique, des biographies ainsi que des bandes dessinées, des albums et **des livres audio**.

- Vous constaterez en entrant dans la bibliothèque **qu'un présentoir met en valeur des parutions récentes** suggérées pour leur intérêt pour des lectrices et lecteurs de tous les âges.

L'équipe de bénévoles de la bibliothèque se fait toujours un plaisir de vous accueillir et de vous aider dans vos découvertes littéraires.





Stéphanie Langlois

NOTAIRE & CONSEILLÈRE JURIDIQUE

NOUVEAU

Prenez avis que, suite à sa retraite, Me Luc A. Charest, notaire, a cédé son greffe (actes, dossiers, etc.) à Me Stéphanie Langlois, notaire.



Me Charest tient à remercier sa distinguée clientèle pour sa confiance et sa fidélité, tout au long de sa carrière de notaire.

**Vous pouvez maintenant contacter,
pour le même et excellent service, Me Langlois.**

Saint-Édouard

418 796-2052

2595, rue Principale

slanglois@notarius.net

Québec

418 658-4335

3095, boul. Wilfrid-Hamel, bur. 238

langloisnotaire.com





Préposé(e) d'aide à domicile



» Tu cherches un emploi gratifiant qui permettra à notre clientèle en perte d'autonomie de demeurer le plus longtemps possible dans leur milieu de vie?

NOUS OFFRONS

- Des horaires flexibles;
- Des formations rémunérées;
- La possibilité de choisir votre lieu de travail.

VOS PRINCIPALES FONCTIONS

- Travaux domestiques légers.
- Préparation de repas.
- Courses.

COMPÉTENCES RECHERCHÉES

- Avoir un grand respect de la clientèle, beaucoup d'autonomie, un bon sens de l'organisation, discrétion et ponctualité.
- Aimer les gens.
- Posséder une voiture.

**Salaire horaire : 17,15 \$ de l'heure
plus prime ajoutée Covid de 8 %**

» **Nous recherchons des personnes disponibles à travailler entre 15 et 35 heures sur le territoire de la MRC de Lotbinière**

Les services sont offerts à la maison du client ou en résidence sur tout le territoire de la MRC de Lotbinière.

Vous pouvez communiquer avec nous par téléphone au 418-728-4881 ou par courriel au scyr@cooplotbiniere.com



Express vers *Sainte-Foy*

**MIDI
DE
RETOUR**

**DÈS LE LUNDI
1^{er} MARS 2021**

EN SEMAINE DE

Laurier-Station • Saint-Apollinaire • Sainte-Foy

DÉPARTS : Laurier-Station à **6h15, 6h45, 8h et 11h15**

RETOURS : Sainte-Foy à **13h, 16h10, 17h et 18h10**

Le trajet reste toujours le même.

 Express Lotbinière

POINTS DE VENTE :

PROXIM Kirouac et Lavoie :

130, boul. Laurier, Laurier-Station

JEAN COUTU : 144, Principale, Saint-Apollinaire

www.express-lotbiniere.com • 418 881-3884, poste 103



Défi Chaque Minute Compte

Le défi c'est quoi?

Une occasion pour bouger! L'objectif est de cumuler le plus de minutes actives dans toute la MRC de Lotbinière !



Du 1er au 30 avril 2021 notez toutes les minutes pendant lesquelles vous bougez.

Tout ce que vous fait bouger pendant les loisirs ou les déplacements compte!

Vous pouvez marcher, danser, faire de la raquette, vos courses à pied, participer à VIACTIVE, jouer aux quilles, etc.

Ce qui ne compte pas : les activités que vous faites pour l'entretien de la maison (ménage, cuisine, lavage, etc) ou par le travail (aller à l'étable, etc.)

Nouveau

Pour qui? Pour tous!

Invitez vos enfants et petits-enfants. Voilà une belle occasion de bouger en ENSEMBLE!

La localité gagnante?

Sera celle qui aura mobilisé le plus grand nombre de participants de leur localité.

Vous devez remettre votre calendrier avec vos minutes compilées, avant le 6 mai à : boîte de dépôt à l'intérieur près du bureau municipal



Vous pouvez demander un formulaire électronique à l'adresse soutien@cpalotbiniere.com ou à la personne responsable de votre localité

Pour plus d'information, contacter Samantha Dostie 418 728-4825 #101.

La localité gagnante sera annoncée à l'assemblée générale annuelle du Carrefour des Personnes Aînées.



Nom : _____ Localité : _____ Âge : 18 ans et moins 19-49 ans 50 ans et +

Défi Chaque Minute Compte 2021

	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Total de minutes
					1	2	3	
4	5	6	7	8	9	10		
11	12	13	14	15	16	17		
18	19	20	21	22	23	24		
25	26	27	28	29	30			
	N'oubliez pas de vous inscrire au DÉFI SANTÉ (www.défisanté.ca) !							

N'oubliez pas de transformer vos heures en minutes, merci!
N'oubliez pas de remettre votre calendrier avant le 6 mai!

Ce défi vous est présenté grâce à la collaboration de :

Inspiré du projet *CHAQUE MINUTE COMPTE* de Kino-Québec



Cours gratuits dans Lotbinière

Où? À St-Flavien, St-Apollinaire ou Laurier-Station

Qui? 16 ans et plus

Inscription pour la session du printemps:

418 728-2226 / abclotbiniere.com / info@abclotbiniere.com



je peux
tu peux
il peut

je viens
tu viens
il vient



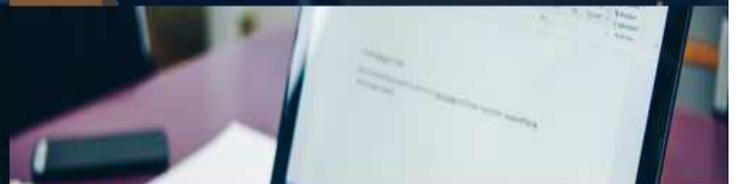
Alphabétisation, lecture, écriture et calcul
Cours à temps partiel, de jour ou de soir
En groupe ou individuel

Francisation des personnes immigrantes
Cours à temps partiel, de jour ou de soir
En partenariat avec le Ministère de l'Immigration



Informatique et nouvelles technologies

Ordinateur, tablette électronique,
téléphone intelligent, services en ligne, etc.



Service d'aide à la recherche d'emploi sur Internet

En partenariat avec Emploi-Québec

Formations en entreprise

Cours sur mesure pour vos employés: alphabétisation,
francisation et nouvelles technologies.



POSEZ UN GESTE CONCRET

POUR LES PERSONNES ATTEINTES DE CANCER



12 juin
2021

Relais pour la vie
de Lotbinière
Virtuelle

Joignez-vous à votre communauté

Participants d'espoir : 418-558-2690

Équipes : 418-572-7675



GRATUIT - POUR TOUTES LES FAMILLES

Programmation hiver 2021

SUR INSCRIPTION – PLACES LIMITÉES – 418-881-3486

ATELIERS

Chouette & Pirouette Mardi au vendredi 9 à 11h	26 janv au 4 juin	Ateliers-découvertes Parents – Enfants (0-5 ans) sur les différentes sphères du développement de l'enfant, et Entre Parents (table d'échanges, partage).
Bébé-Câlin Mercredi 13 à 15h	3 fév au 17 mars	6 ateliers-découvertes Parent – bébé. Activités de stimulation, information. Échanges sur différents thèmes
Stimulation langage motricité. Développement global (4-8 ans) Samedi 9h30 à 11h	23 janv au 29 mai	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
Réhabilitation post-accouchement	Dates à venir	Prendre soin de son corps après l'accouchement
Conscience émotionnelle Merc 13h30 à 15 h	3 fév au 31 mars	Apprendre à exprimer et accueillir tes émotions et vivre le moment présent.
Vivre la gratitude Vendredi 13h30 à 15h	5 fév au 2 avril	Renforcer l'estime de soi et la confiance en soi. Améliorer vos relations interpersonnelles. Diminuer le niveau de stress et d'anxiété.
L'Intégral 2 – Relation à soi Mardi 13h30 à 15h30	26 jan au 20 avril	Techniques puissantes pour arriver à ses buts. Programme personnalisé de croissance pers, 18 ans et plus Animateur : Bertrand Huot, m.a.
Citoyens de demain 2 ^e et 4 ^e vend du mois 13h30 à 15h	29 janv au 8 juin	Des petits gestes pour changer l'humain et la planète. Groupe de discussion et d'apprentissage.
Yoga Mardi 13h30 à 15h30	2 fév au 27 avril	S'arrêter, se connecter à soi avec Aline Falardeau.
Espace créativité 13h30 à 15h30	Judi 4 fév - 3 juin	Se découvrir, s'ouvrir en s'exprimant par l'art pictural 12 ans et plus.

SERVICES



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



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



Médiation Citoyenne Soutien
Conflits (voisinage, famille, actes criminels, etc.)



Consultation professionnelle brève
Avocats – Médiation familiale



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



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



Accès-Loisirs
Pour participer à un loisir gratuitement



Présence Lotbinière
Suivi, accompagnement, soutien lors d'un deuil



Aide aux devoirs



ACCÈS-EMPLOI
par RÉHAB

INFORMATION 418-881-3486



REGROUPEMENT DES JEUNES DE LOTBINIÈRE

AVRIL 2021



REGROUPEMENT
DES *jeunes*
DE LOTBINIÈRE

BONS COUPS DE L'ORGANISME

- Ateliers animés par Alterjustice sur la cyberdépendance et la cyberdélinquance dans nos 3 points de service.
- Ouverture des MDJ de 18h00 à 21h00 suite à l'annonce de la zone orange.
- Livraison de 21 boîtes de recettes pour la « Cuisine du monde » de la semaine de relâche.

À VENIR

- Moment privé avec une personnalité connue
- Programme de 6ième années : « À la Conquête de ta MDJ »
- Défi «Chaque minute compte!» (cours de crossfit offerts en ligne 1 fois/semaine durant le mois)
- Ateliers sur la communauté LGBTQ+
- 17 avril : Journée de l'Efflo (activités en lien avec la puberté, l'hygiène et la sexualité)
- 21 avril : Gala reconnaissance du bénévolat

 RJLOTBINIERE
 RJLOTBINIERE
 RJLOTBINIERE
 REGROUPEMENT DES JEUNES DE LOTBINIÈRE

WWW.RJLOTBINIERE.COM

Série documentaire

présentée sur Zoom
suivie d'une période d'échanges
Animée par les Travailleurs de milieu



Pour cultiver la BIENTRAITANCE
envers soi et envers les autres

Les mardis 9 et 23 mars, 6 et 20 avril à 13h 30
Pour s'inscrire et obtenir le lien Zoom : 418-728-4825
ou sans frais interurbains 1-866-728-4825 poste 103

Rappel

Il est possible de recevoir une assistance technique à votre domicile si vous éprouvez des problèmes avec l'utilisation de cette technologie.

Appelez Marie-Ève
au 418-728-4825, faites le 0





MRC Lotbinière

AGENDA

Agro Lotbinière

- C'est le temps des sucres à la Cabane à Sucre du Père Normand & au Domaine Small
- Sondage en cours pour le Plan de Développement de la Zone Agricole mrclothinere.org/publications-et-formulaires/politiques-et-planifications/pdza/
- Expo Manger Santé et Vivre Vert Version virtuelle
1^{er} mars au 30 avril
- Incroyables Comestibles: adhésion en cours

Culture Lotbinière

- Formation en patrimoine bâti pour les propriétaires de maisons anciennes
24 mars, 19 h à 21 h
marie-france.st-laurent@mrclothinere.org
- Fonds Patrimoine et Culture Appel de projets 2021 en cours
Jusqu'au 5 mai

Développement Lotbinière

- Séance d'information virtuelle Mentorat d'affaires
25 mars, 8 h 30 à 10 h
- Formation continue en ligne La vente en ligne, un virage essentiel et payant
11 et 18 mars, 9 h à 12 h
- Période d'inscription pour les entrepreneurs - Concours OSEntreprendre
Jusqu'au 9 mars 2021, 16 h
osentreprendre.quebec/deli-osentreprendre
- Zoom "Entre elles" (pour femmes entrepreneures)
15 avril, 9 h à 10 h

Environnement Lotbinière

- Séances d'information citoyenne Collecte matières organiques
17, 23 et 25 mars - COMPLET
30 mars, 19 h

Tourisme Lotbinière

- À la recherche d'activités pour la relâche?
tourismelotbinier.com
- Concours "La Nature à l'état brut" Trouvez des boîtes surprises pour la famille dans les sentiers pédestres de Lotbinière
1^{er} au 5 mars

À voir également

- Atelier MES FINANCES, MES CHOIX Partir en appartement: éléments dès à considérer
17 mars, 18 h 30 à 20 h
asimard@carrefouremploilotbinier.com
- Offensive emploi Lotbinière Événement de recrutement en ligne
22 février au 14 mars
emploi-lotbinier.com

Pour consulter la programmation complète:
vivreinlotbinier.com/evenements

507306



Tous ceux qui ont des chandails des Seigneurs de Lotbinière à la maison sont invités à venir les porter au bureau municipal.

Appelez au 418-796-2971 poste 300 pour prendre rendez-vous.

Merci de votre précieuse collaboration

Besoin de parler à quelqu'un ?
Nous sommes là pour vous écouter.

24/7. Gratuit. Confidentiel.
Lévis et environs :
418-838-4095
Sans frais 1-866-559-4095

Convergence
tel-écoute

Convergence Tel-écoute est un service d'écoute qui vise à prévenir la détresse psychologique et à combattre l'isolement social, en offrant un espace pour ventiler, se confier ou simplement réfléchir à voix haute. N'hésite pas, appelle-nous.

PETITE ANNONCE

BOIS DE CHAUFFAGE À VENDRE

Bois d'allumage 16 pouces. Cèdre non fendu.

40\$ la corde.

Bois de chauffage: sapin + épinette 4 pieds de long. 80\$ la corde

Renald

418-796-2539 maison

418-580-4392 cellulaire



Mots croisés

	A	B	C	D	E	F	G	H
1								
2								
3		■					■	
4				■				
5						■		
6					■			
7		■					■	
8			■					■
9	■							
10				■				
11						■		
12			■					

Facile

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

HORIZONTALEMENT

- Portion de terrain.
- Signe de l'automne.
- Fît perdre ses forces.
- Adjectif démonstratif. Descendant de.
- Obstacles au stade. Deux au temps de César.
- Petit cours d'eau. Il accompagne parfois la manière.
- Il circule à Téhéran.
- Conjonction de coordination. Délire hallucinatoire.
- Conduira.
- Il y pousse de l'herbe. Acier pour des couverts.
- Bloc de glacier. C'est-à-dire en raccourci.
- Règle d'architecte. Sa tour est mythique.

VERTICALEMENT

- A. Obsession collective. Appel qui se veut discret.
 B. Actinium au labo. Elle coule de source. Pesée avec l'emballage.
 C. Camionneur sympa. Eau salée.
 D. Gardien de l'ordre. Sorti de l'imprimerie. Mention moyenne.
 E. Qui n'est pas fin. Elle soigne les bleus.
 F. Meubles où dormir. Créature de l'espace.
 G. Saint sur la Vire. Honorable Britannique. Gibier.
 H. Couches de mortier. Figure de patinage.

Sudoku

Moyen

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



LES CARTES D'AFFAIRES



**LAVE AUTO
DANIEL PAQUET**

146 rue Olivier
Bureau 100
Laurier-Station (Québec)
G0S 1N0

Tél. : **418.728.9001**

Discount
Location d'autos et camions

f laveautodanielpaquet

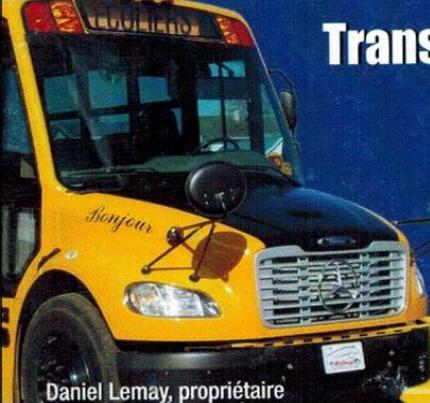


**Garage
Guy Leclerc**

MÉCANIQUE GÉNÉRALE, SILENCIEUX, SUSPENSION
ANTIROUILLE, FREINS, LAVAGE AUTOMOBILE

TEL: 418 796-2199

4245, JULIAVILLE, ST-EDOUARD, G0S 1Y0



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



**Garage
YVON PARADIS INC.**

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

2201, rue Principale, Fax : (418) 796-2970
St-Édouard, Lotb. G0S 1Y0 Tél. : (418) 796-2518



**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

François Gagné, CPA, CGA

COMPTABILITÉ



Cabinet de comptable professionnel agréé

418-415-8001

ASSURANCES

Pérusse

CABINET EN ASSURANCE DE DOMMAGES

À VOTRE SERVICE
DANS VOTRE RÉGION
DEPUIS PLUS DE 20 ANS



ASSURANCES | HABITATION | AUTOMOBILE | ENTREPRISE | AGRICOLE

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



JACQUES Beaudoin

ASSURANCES ●
GESTION DU PATRIMOINE ●

CABINET EN ASSURANCE DE PERSONNES,
EN ASSURANCE DE DOMMAGES ET SERVICES FINANCIERS

**NOUS OFFRONS MAINTENANT LE
SERVICE DE COURTAGE HYPOTHÉCAIRE**

579, route du Président-Kennedy
Lévis (Québec) G6C 1JB

Tél: 418 834-1008

1 877 834-1008

Télec.: 418 834-5995

beaudoinagp.com

Assurance de Personnes
Services Financiers
Planification Financière

Automobile
Habitation
Commerciale



Stéphanie Langlois

NOTAIRE & CONSEILLÈRE JURIDIQUE

Saint-Édouard 418 796-2052

Québec 418 658-4335

» slanglois@notarius.net

langloisnotaire.com

*Clinique Dentaire
Laurier-Station*

*Depuis 1981,
Merci*

*Dr André Lavallée
Dr Yves Couture
Dr Jérôme Charest
Dre Christine Girard
Chirurgiens Dentistes*

131, rue Côté
Laurier-Station, Qué.
G0S 1N0

Téléphone: 418-728-3924



Guylaine Michaud

opticienne

20ans

167-A, boulevard Laurier, Laurier-Station, Québec G0S 1N0 / ☎ 418.728.5473

guylainemichaudopticienne.com





KEVEN DESROCHERS

Courtier en assurance de dommages

Commercial | Agricole | Cautionnement
Construction | Auto-habitation

kdesrochers@solusimple.ca

Téléphone 418 728-3556

Télécopieur 418 728-3155

355, boulevard Saint-Joseph, Laurier-Station

Membre du cabinet AssurExpert Gauthier & Associés



*Technicienne en hygiène et soins
des pieds*

Rebecca Auger
membre associé des
naturopatheutes du Québec

À votre domicile

418-796-2296
418-728-7093



Jeannette Schurch
MEMBRE DE FQMM

Clinique Massothérapie

Californien - Shiatsu
Hygiène des oreilles - Pressothérapie

Information et rendez-vous : **120, Castonguay**
(418) 796-2351 **Ste-Édouard de Lotb. Qué.**
G0S 1Y0



AUDREY TROTTIER
Hygiéniste en soins des pieds

Soins des pieds
Poses d'ongles
Manucures
Pédicures

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

418-728-8185

SOINS DES PIEDS :

- Ongles incarnés
- Cors
- Durillons
- Œil de perdrix
- Ongles épais
- Cornes
- pédicures
- ... MAINS :
- poses d'ongles
- résines et poudres
- vernis
- gell

Voire rendez-vous

AUDREY TROTTIER
Hygiéniste en soins des
pieds






CÉLINE LECLERC

L'écoute de la voix du coeur

Massage énergétique
Massage intramusculaire
Soin Reconnexion (Dr. Éric Pearl)

Massothérapeute
Représentante
Herba santé-Alterra
Membre de l'A.I.S.N.A.C.

115, rue St-Onge, St-Édouard-de-Lotbinière G0S 1Y0
Tél. : 418 796-2363
c.leclerc@globetrotter.net



Marie "Beauté" Esthétique

Soin facial, épilation, électrolyse
manucure, pédicure gel
418-796-1348

Marianne Daigle

187 Beaudet
St-Edouard de Lotbinière

SÉRÉNITÉ MASSOTHÉRAPIE



Sandra Mooney
Massothérapeute agréée

342, rue Barbin
Ste-Croix (Lotbinière)
418-928-1101

massageserenite.ca
Reçus aux fins d'assurances!

Les Doigts de Fée

Sur place et à domicile

Plus qu'un
métier!

Couturière diplômée,
depuis 1991

Technicienne
en hygiène et
soins des pieds

Diplôme
2009 ANQ



lesdoigtsdefee.ca

418-926-2539

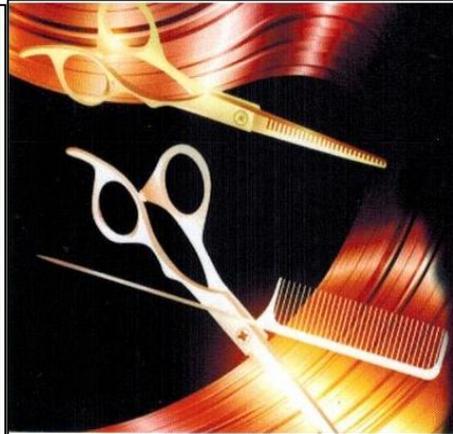


L'Audace

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



de France

COIFFURE

sur rendez-vous

418-571-2289
418-703-0566



Salon Caly-T

418 796.0020
Prop.: Lina Trépanier

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



COIFFURE
JOSIANE PILOTE
PILOTE

JOSIANE PILOTE
 COIFFEUSE-STYLISTE
 propriétaire

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

Sur rendez-vous
418 703-0572
 210, rue Bergeron, Saint-Édouard-de-Lotbinière

SALON *Danielle*

Danielle Bernard, coiffeuse
 Tél. : **418 796-2280**

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



Forestier G.S.

Travaux forestiers
 sylvicole et commercial
 Service de technique
 Transport
 Mesurage de bois
 Drainage forestier
 Abatteuse
 multifonctionnelle
 Excavation forestière



CELL. : **418 728-1636**

ALTERNATEUR
LEMAY
 VENTE & RÉPARATION



Alternateur / Démarreur / Batterie

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

Plomberie
 Chauffage
SERVI-POMPE



402, Route St-Joseph, Laurier- Station

Tél.: **(418) 728-4405** www.servipompe.com
 Cell.: **(418) 520-2004** servi-pompe.sp.inc@hotmail.com

DH 

LES ENTREPRISES DENYS HAMEL INC.
 Entrepreneur général en construction
 et en rénovation résidentielle et commerciale

Tel.: **418.831.9692**
 Téléc.: **418.831.0530**

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

lesentreprisesdenyshamel.com



L'Acadien Bricoleur

stedouard@acadienbricoleur.com
 Téléphone: **418 796-2011**

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



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



Faites-vous **REMARQUER**

Affichez votre **CARTE D'AFFAIRES ICI**

MODEL
 ENTREPÔT

PLANCHERS DE BOIS FRANC ET D'INGÉNIERIE

115, rue Lauzé, St-Edouard-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

ÉQUIPRO
 LOCATION ET VENTE D'OUTILS

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

FRANCIS LEBLANC
 St-Antoine-de-Tilly, Qc

Peinture, plâtrage, céramique,
 peinture de toiture, etc.

Pinceaux et fusil à air

Tél. : 581.989.2449
 frank6908@hotmail.fr
 RBQ : 5726-6694-01

DÉBITAGE
DODU
 VIANDE BOVINE, PORCINE
 & SAUVAGE

Jean-Philippe Garneau
 Propriétaire

418 703-4850
 418 571-4850

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

Suivez-nous!



Faites-vous **REMARQUER**

Affichez votre **CARTE D'AFFAIRES ICI**

LEMAY

Excavation
 Raymond Lemay & Fils inc.

- Travaux d'excavation
- Terrassement
- Vente de ripe de bois franc sec

R.B.Q.: 1891-9035-00

Déneigement
 R. Lemay inc.

- Déneigement
- Transport en vrac

796-2040



SPAM INFORMATIQUE

Mathieu Arès, technicien 819-292-2020

- Vente & réparation d'ordinateurs
- Vente & installation de système de surveillance (caméras, dvr, etc.)
- Vente & installation de support muraux (LCD, PLASMA)
- Service à domicile et ramassage disponible

mathieuares@spaminformatique.ca

www.spaminformatique.ca

1596 Marie-Victorin, #200 Deschailions-sur-Saint-Laurent, Qc, G0S 1G0



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

Propriétaires :

Johanne Paquet
Charles-Étienne Beaudet

☎ 819 599.9995

📌 lesainteemmelie

✉ lesainte-emmelie@videotron.ca



Restaurant

LA BOUCANERIE DEL TONIO

24, ROUTE DU QUAI,
LOTBINIÈRE

☎ 591 576-2627

@ tit_tony@hotmail.com

☎ Cell: 418 728-7160

Anthony Blanchet,
chef propriétaire

- . Service de traiteur
- . BBQ
- . Food Truck
- . Rotisserie



Faites-vous **REMARQUER**

Affichez votre **CARTE D'AFFAIRES ICI**

Resto Bar Le Cube



Le **CUBE**

RESTO | BAR | TRAITEUR | MÉCHOU!

400, route Laurier
Sainte-Croix (Québec) G0S 2H0

Téléphone: 418-926-3244

info@restobarlecube.ca



RESTO DU BOIS CLAIR

418 796-3101

MENUS DU JOUR, PIZZAS, PRODUITS MAISON



restoboiscclair@yahoo.com



LES VOYAGES
INTERCONSEIL

Un monde d'agriculture

VOYAGES
CÔTE-DES-NEIGES

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

SF 888 740.3060

suzanne@interconseil.com

www.bonitour.com/suzanne



Isabelle Lecours

Députée de
Lotbinière-Frontenac



ASSEMBLÉE NATIONALE
DU QUÉBEC

57, rue Chaîné, Saint-Apollinaire
(Québec) G0S 2E0

Téléphone : 418 881-3450

Sans frais : 1 855 718-3444

isabelle.lecours.lofr@assnat.qc.ca

Jacques Gourde

Député de Lévis-Lotbinière



Au plaisir de vous servir !

418-836-0970
2677, route Lagueux
Lévis, G6J 1B7

