

# Le Rivière

Journal communautaire  
destiné à la population  
de **Rivière-Ouelle**

Volume 23  
Numéro 4  
Avril 2024



© Emilie Rondeau

## Dans ce numéro :

- L'éclipse solaire totale du 8 avril 2024 p.9
- Un retour en photos sur la Fête des Neiges p.10
- La Politique familiale municipale, plan d'action 2023-2026 p.13

## Espace à louer!

Faites la **UNE** en réservant  
cet espace publicitaire pour afficher  
un événement, un service ou votre  
entreprise à un tarif avantageux !  
Info: Marcel Emond, 819 452-3077  
leriviereweb@riviereouelle.ca



# Le mot de Marjolaine

Par Marjolaine Côté

L'équipe du Rivière Web a été touchée par les mots d'encouragement exprimés par les membres du conseil municipal précisant l'importance de notre rôle communautaire au sein de la population de Rivière-Ouelle. Nous sommes aussi très reconnaissants envers la municipalité pour avoir octroyé une aide financière dédiée au bon fonctionnement du journal. Nous avons également été très heureux de recevoir les compliments d'une de nos fidèles lectrices, Mme Claudette Richard, qui nous félicite pour notre excellent travail. Toute cette gratitude nous donne beaucoup d'énergie pour continuer notre boulot de bénévoles. Sincèrement merci !

Nous sommes aussi ravis d'accueillir une nouvelle collaboratrice à l'écriture qui vous apportera douceur et rêveries, j'en suis certaine. Il s'agit de Camilla Anctil, infirmière à la retraite et résidente de

Rivière-Ouelle qui s'adonne à l'écriture depuis 2014. Camilla puise dans son encrier pour écrire ses expériences visuelles, olfactives et auditives; elle a accepté de partager quelques-uns de ses poèmes qui sont rassemblés dans son deuxième recueil « Un singulier chemin ». À chaque changement de saison, nous publierons un de ses écrits qui arrêtent le temps à commencer par « Les cadeaux du printemps » que je vous invite à lire dans cette édition. Merci Camilla !

Nous avons eu beaucoup de plaisir à la Fête des Neiges qui s'est déroulée le 2 mars dernier au parc municipal de Rivière-Ouelle. Malgré le peu de neige, les enfants s'en sont donnés à cœur joie ! Et que dire de la danse trad callée; plusieurs étaient au rendez-vous pour s'amuser ! Nous vous partageons dans ce numéro quelques belles photos prises lors de cette journée. Bravo aux organisateurs

et aux bénévoles qui ont assuré le service !

Finies aussi les journées trop courtes ! La lumière et la chaleur s'imposent de plus en plus et je retrouve à nouveau le plaisir d'ouvrir quelques fenêtres pour faire rentrer l'air frais dans la maison.

De plus, Pâques est aussi hâtif que la fonte des neiges et l'équipe du Rivière Web vous souhaite chaleureusement une belle fête de Pâques.

Enfin, un jeu d'ombre cachant la lumière se produira le 8 avril prochain. Il s'agit de la fameuse éclipse solaire qui sera un élément de curiosité pour plusieurs d'entre nous. Toutefois, la prudence s'impose pour pouvoir l'observer en toute sécurité; vous pourrez même en savoir davantage sur le sujet dans cette édition.

Bonne lecture !

## Table des matières

Le mot de Marjolaine .....	2
Mot du maire .....	3
Bibliothèque municipale .....	4
Rappel amical important pour les promenades avec votre chien..	5
Chapelle du quai, préambule à l'ouverture .....	5
Offre d'emplois au Camp Canawish .....	6
Offre d'emploi annonceur maison pour le BINGO .....	6
La chronique sécurité : Se brancher sécuritairement à la maison	8
Votre première ou dernière éclipse solaire totale ?.....	9
Fête des Neiges... laissons les photos raconter .....	10
La chronique : Une pharmacie dans votre jardin, la camomille	12
Politique familiale municipale, plan d'action 2023-2026 .....	13
Les cadeaux du printemps.....	14
Nouveaux membres au CA du Club 50 + .....	14
La chronique parentale : Sous l'angle psy .....	15
Jardin communautaire de Rivière-Ouelle .....	17
Alertes municipales : inscription.....	17
Au son des cloches.....	18
Le BLOC-NOTES de Rivière-Ouelle .....	19
Calendrier.....	20

## Le Rivière Web

### Comité du journal

Marjolaine Côté, coordination et correction  
 Roger Martin, membre honoraire et correction  
 Marcel Emond, suivi financier  
 Marie Dubois, correction  
 Nick Micho, graphisme

Disponible via le site internet de la Municipalité  
[www.riviereouelle.ca](http://www.riviereouelle.ca)

Veuillez envoyer vos textes, vos questions et vos suggestions par courriel à l'adresse suivante:  
[leriviereweb@riviereouelle.ca](mailto:leriviereweb@riviereouelle.ca)

Municipalité de Rivière-Ouelle  
 133, Route 132  
 Rivière-Ouelle (Qc) G0L 2C0  
 418 856-3829

Malgré les efforts des membres du comité du journal, des fautes ou même des erreurs peuvent s'être glissées dans cette édition; nous nous en excusons. De plus, certains textes pourront exceptionnellement avoir été modifiés au besoin.



# Mot du maire

Par Louis-George Simard

Nous venons de connaître un hiver beaucoup moins froid que par les années passées avec beaucoup moins de neige. Si c'était un phénomène qui ne touchait que notre magnifique coin de pays, on pourrait penser que le réchauffement dans les relations entre nos municipalités en est une cause, mais le phénomène étant beaucoup plus étendu, nous devons encore parler de d'autres causes comme les fameux changements climatiques.

## Les regroupements administratifs

L'automne passé, nous avons approché la municipalité de Saint-Pacôme pour examiner avec elle la pertinence de regrouper nos services de direction. L'objectif était de mettre en place une équipe de direction plus résiliente avec deux adjoints à la direction générale, ce qui nous permettrait de mieux affronter la grave pénurie de personnel de direction en offrant entre autres des meilleures conditions de travail. L'embauche en 2022 d'une directrice générale compétente et efficace nous permettait d'envisager avec confiance ce partage de direction. Dernièrement, nous avons ajouté la municipalité de Saint-Denis à ce regroupement administratif. Un autre adjoint vient d'être embauché pour compléter l'équipe. Cette nouvelle approche présente

un bon nombre de défis, mais nous croyons sincèrement que c'est la meilleure avenue pour continuer à avancer tout en offrant des services de qualité à nos citoyens.

D'ailleurs, cette approche semble faire boule de neige avec Saint-Alexandre et Saint-Joseph qui viennent d'annoncer un regroupement administratif similaire au nôtre.

Le problème de recrutement de directeurs généraux ne fera que s'amplifier. Une étude récente de l'association des directeurs généraux des municipalités du Québec vient de conclure qu'environ la moitié des directeurs généraux (environ 500) prendront ou ont déjà annoncé leur retraite dans un horizon de 5 ans et ceci, en plus des départs normaux. Nous avons le choix de passer devant la parade ou de fermer les yeux en attendant de frapper le mur.

## L'étude de regroupement municipal (fusion) de 7 municipalités de l'est du Kamouraska

Parallèlement à notre regroupement administratif, nous participons activement à l'étude de fusion de 7 municipalités en cours. Le conseil de Rivière-Ouelle a manifesté, dès le début, une belle ouverture pour cette étude mais

en voulant s'assurer que ce soit gagnant-gagnant pour notre municipalité ainsi que pour les autres municipalités incluant la ville. Le ministère des Affaires municipales et de l'Habitation (MAMH) qui nous accompagne dans cette étude, a commencé à élaborer un rapport sur une fusion éventuelle, mais à Rivière-Ouelle avec d'autres partenaires, nous avons requis une analyse plus approfondie des impacts de la fusion incluant les impacts financiers. On parle par exemple de budget anticipé post-fusion pour quelques années. Il est évident qu'une telle projection ne peut pas tout adresser, mais on ne doit pas laisser la place à de mauvaises surprises. Malgré les défis auxquels nous avons à faire face comme petite municipalité, la fusion est une décision trop importante pour se laisser emporter par les émotions sans qu'un processus formel soit mis en place pour en arriver à une décision rationnelle. C'est avec ces données que nous consulterons la population.

Nous vous reviendrons lorsque l'analyse sur les impacts de la fusion sera plus avancée.



Bureau municipal  
133, route 132  
Rivière-Ouelle (Québec) G0L 2C0  
418 856-3829  
[info@riviereouelle.ca](mailto:info@riviereouelle.ca)  
[www.riviereouelle.ca](http://www.riviereouelle.ca)

Heures d'ouverture  
Lundi au jeudi  
De 8 h 00 à 12 h 00  
et 13 h 00 à 16 h 00  
Vendredi 8 h 00 à 12 h 00

# Bibliothèque municipale

Par François Chalifour

## EXPOSITION DE VOLUMES : Invitation aux voyages jusqu'au 30 avril

Cette nouvelle exposition qui regroupe 32 volumes, vous propose des destinations inusitées, pour vous aider à préparer votre voyage ou tout simplement pour vous inspirer en feuilletant des pages remplies d'images sublimes et de récits d'aventuriers.

**Voici quelques titres :** Voyages de rêve en train, Vanlife en famille, Lydiane autour du monde, Partir autrement, Voyages d'une vie, Où partir : le top 500 de Lonely Planet, Voyages spirituels, Nos tours du monde, Fragments d'ailleurs. Ces volumes sont disponibles pour le prêt et doivent être retournés à la bibliothèque avant le 30 avril.

## Nouveaux services numériques : Accessibles et gratuits avec le réseau BIBLIO du Bas-Saint-Laurent

Tous ces services sont accessibles via le lien suivant : [reseaubibliobsl.qc.ca](http://reseaubibliobsl.qc.ca). Une fois sur le site et en déroulant la page, vous atteindrez les différents services. En cliquant sur « Connexion ou accès », vous arrivez sur la page où il faut vous identifier avec votre carte d'abonné. Inscrivez votre numéro d'abonné à 14 chiffres ex. 00009000123456 et votre NIP ex. 3456 (les 4 derniers chiffres) et cliquez « Connexion ». Vous êtes maintenant sur la plateforme choisie.

Bonnes découvertes !

Horaire de la bibliothèque municipale :

**Lundi et mercredi de 19h à 20h,  
Dimanche 10h30 à midi,  
sauf les jours fériés.**

École des Vents-et-Marées, porte arrière, 2<sup>e</sup> étage.

INFO : **FRANÇOIS CHALIFOUR,**  
**418 856-5493**

[frankychalif@gmail.com](mailto:frankychalif@gmail.com)

	Accédez à BibliOdysée et consultez des livres adaptés aux enfants et adolescents atteints de troubles d'apprentissage (dyslexie, dysorthographe, dyscalculie, dyspraxie, dysgraphie, dysphasie) ou aux petits lecteurs. Grâce à son catalogue de titres de littérature jeunesse contemporaine (6-15 ans), BibliOdysée permet aux jeunes, quel que soit leur niveau de difficulté, de lire les mêmes titres que les autres, de gagner en confiance et de renouer avec le plaisir de lire.
	Accédez à la plateforme Alphanumérique et profitez des ateliers en ligne gratuits pour vous permettre d'acquérir les compétences afin d'utiliser efficacement et en toute confiance les outils technologiques et Internet.
	Découvrez des auteurs du Bas-Saint-Laurent à travers une courte capsule vidéo. Apprenez-en sur leur parcours, leurs inspirations et leurs œuvres. Disponible en ligne.
	Accédez à Biblio-Santé et consultez gratuitement plus de 15 cahiers thématiques qui proposent des ressources de qualité en lien avec des maladies et des sujets qui touchent les usagers du système de santé et leurs proches.
	Accédez à la nouvelle plateforme Trouve-Livre un outil de découverte d'ouvrages jeunesse destinés aux enfants 0 à 5 ans
<b>Club de lecture virtuel</b>	Un Club de lecture virtuel est accessible à tous les abonnés des bibliothèques membres du Réseau BIBLIO du Bas-Saint-Laurent.

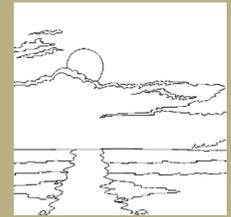
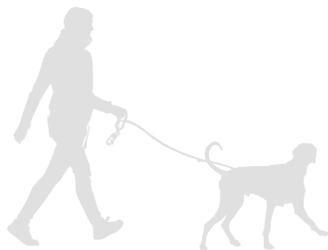
## Rappel amical IMPORTANT pour les promenades avec votre chien

Si vous profitez de la belle température pour marcher avec votre compagnon canin, il est important de bien le tenir en laisse. Bien qu'il ait assurément un bon caractère, il est difficile de prévoir la réaction des autres face à votre chien et encore moins la réaction de celui-ci face aux autres. Afin d'éviter un événement malheureux, merci de respecter cette simple consigne.

Nous vous invitons également à pratiquer un exercice fort simple qui travaille la souplesse et permet à tous une promenade agréable. Lorsque vous sortez avec votre chien, ajoutez un petit sac (compostable, sac à pain ou autre) à même sa laisse. Lorsqu'une envie urgente d'évacuer une petite bombe puante prendra à votre compagnon à 4 pattes, vous aurez déjà l'outil principal pour passer à l'action.

Ce simple geste évitera bien des soucis à tous ceux qui profiteront de nos rues et de nos espaces verts.

Votre municipalité



Le printemps est arrivé et tous sont afférés...

Nouveaux projets amorcés que vous saurez apprécier.

Oui la Chapelle du quai a hâte de vous convier à ses activités.

Vous retrouverez nos artisans régionaux dans un lieu.

Où il fait bon se ressourcer et échanger autour de notre unique café.

Notre horaire sera ajusté pour vous inviter à nos vendredis musico-goûter.

L'Anse-des-Mercier un endroit tant convoité...



**technoPIEUX**  
BAS ST-LAURENT

**Charles Godbout**

T. 418 856-4858 (K.R.T.B.)

T. 418 730-6199 (Rimouski)

charles.godbout@technopieux.com



## Votre référence en finances!

418-943-3696  
info@dariogagnon.com  
dariogagnon.com



**DARIO GAGNON**





## Offre d'emploi annonceur maison pour le BINGO

La Fabrique Notre-Dame-de-Liesse de Rivière-Ouelle est à la recherche d'une personne à titre d'annonceur maison pour animer les soirées de BINGO du samedi.

### Conditions de travail

- Possibilité de formation de base sur place et d'accompagnement régulier
- Disponibilité à chaque événement de bingo se tenant le samedi soir d'une durée de 4 heures (de 18h30 à 22h30) pour une saison de 34 bingos par année
- Rémunération très avantageuse
- Excellente opportunité de côtoyer plus ou moins 150 personnes chaque semaine

Faites parvenir votre CV par la poste à l'adresse suivante : Fabrique de Rivière-Ouelle, 103 rue de l'Église, Rivière-Ouelle, Québec ou communiquez directement avec :

M. Roch Michaud au 418 856-1347 ou M. Normand Martin au 418 894-2531

N.B. L'emploi du masculin est utilisé sans discrimination et vise uniquement à alléger le texte.



## Offre d'emplois à Rivière-Ouelle, au Kamouraska, le Camp a besoin de toi...

Tu es passionné(e) de plein air, tu rêves d'espace, d'avoir le fleuve à tes pieds et de prendre le temps de vivre au rythme du Camp et des marées !

Tu cherches un style de vie qui permette d'allier tes passions pour le plein air, de faire la différence dans la vie des gens et tout ça en étant rémunéré, logé et nourri sur un des plus beaux sites et un des secrets les mieux gardés du Kamouraska !

Tu veux acquérir de l'expérience de travail, profiter de la vie tout en vivant dans un environnement qui conjugue tous tes besoins.

### Viens avec ta gang, tu peux faire partie de la grande famille du Camp Canawish !

Fais-nous parvenir ta candidature (CV et lettre de motivation) en vue de combler les postes suivants à l'été 2024 :

- Moniteur, monitrice
- Aide de camp
- Préposé(e) aux soins
- Préposé(e) aux soins infirmiers
- Entretien ménager
- Aide-cuisinier(ère)
- Sauveteur, sauveteuse

**Notre mission** est d'offrir à une clientèle vivant avec une problématique de limitation intellectuelle, physique et/ou socio-affective des séjours en camp de vacances dans un environnement naturel et humain de qualité, et favoriser un temps de répit aux familles naturelles ou d'accueil.

**L'invitation s'adresse aux personnes de tout âge.**

Pour en savoir plus : <https://www.campcanawish.com/>

Téléphone 418 856-3674

Courriel [info@campcanawish.com](mailto:info@campcanawish.com)



# La chronique sécurité

Par Martin Galarneau, directeur de la régie intermunicipale en protection incendie du Kamouraska-Ouest



## Se brancher sécuritairement à la maison

L'électricité est une partie importante de notre vie moderne. La majorité des appareils qui assurent notre confort et nous permettent de rester connectés avec le monde, fonctionnent à l'électricité. Ce n'est pas parce que l'électricité est courante dans nos vies qu'elle ne doit pas être respectée comme cause potentielle d'incendie. À cet effet, les statistiques américaines pour les années 2015 à 2019 rapportent plus de 32 000 incendies causés par l'électricité.

Pour éviter de faire partie des statistiques, voici quelques conseils pour rester branché en toute sécurité :

- Toutes les prises de courant sont protégées par des disjoncteurs ou des fusibles dans votre panneau électrique. Les disjoncteurs qui se déclenchent constamment ou les fusibles qui brûlent régulièrement, devraient

être vérifiés par un maître-électricien;

- Une prise de courant résidentielle normale est conçue pour une charge de 1800 W maximum. Il est facile aujourd'hui dans un bureau à la maison de retrouver des circuits qui alimentent plusieurs appareils pouvant demander plus de 1800 W à pleine capacité. Évitez de surcharger vos circuits;

- La mondialisation des marchés a permis à des producteurs étrangers d'offrir leurs produits moins coûteux sur les plateformes de vente en ligne. Cependant, les normes de sécurité pour les appareils électriques, comme CSA, ne sont pas toutes appliquées mondialement. Pour vous protéger vous et votre famille, assurez-vous de n'acheter que des produits électriques approuvés CSA ou ULC;

- Une extension électrique devrait seulement être utilisée de façon temporaire. Toujours la débrancher après son utilisation et ne jamais laisser une extension traverser une porte ou être cachée sous un tapis. De plus, il est très dangereux d'utiliser des extensions branchées l'une à la suite de l'autre.

Ces quelques conseils devraient vous permettre de rester branché sécuritairement et de profiter des bienfaits de l'électricité sur un territoire où l'électricité est une des grandes forces de notre savoir-faire.

*Là pour vous!*

**BERNARD GÉNÉREUX**  
DÉPUTÉ | MONTMAGNY—L'ISLET—  
KAMOURASKA—RIVIÈRE-DU-LOUP

[BERNARD.GENEREUX@PARL.GC.CA](mailto:BERNARD.GENEREUX@PARL.GC.CA) • [BERNARDGENEREUX.CA](http://BERNARDGENEREUX.CA) • 1-855-881-9876

ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC

**Mathieu RIVEST**  
DÉPUTÉ DE CÔTE-DU-SUD

Bureau de circonscription  
418-234-1893 | Sans frais : 1 866 774-1893  
6, Rue Saint-Jean-Baptiste Est, bur. 206  
Montmagny (Québec) G5V 1J7  
mathieu.rivest.cds@assnat.qc.ca

Édifice Claude-Bécharde  
418-492-7730 | Sans frais : 1 866 774-1893  
235, rue Rochette, bur. 108  
Saint-Pascal (Québec) G0L 3Y0  
mathieu.rivest.cds@assnat.qc.ca

**20 | Tout ce qu'il faut savoir**  
**24 | sur vos écocentres !**

L'écocentre n'est PAS un dépôt ! Notre priorité ?  
• le réemploi • le recyclage • la revalorisation •

**La Pocatière**

410, 14<sup>e</sup> rue Bérubé

**OUVERT DU 9 AVRIL**  
**AU 16 NOVEMBRE 2024**

Mardi au samedi  
8 h 00 à 16 h 00

**Saint-Pascal**

236, avenue du Parc

**OUVERT DU 10 AVRIL**  
**AU 16 NOVEMBRE 2024**

Mercredi au samedi  
8 h 00 à 16 h 00

**Saint-Alexandre-  
de-Kamouraska**

619, Route 289

**OUVERT DU 11 AVRIL**  
**AU 16 NOVEMBRE 2024**

Jeu*di* (jusqu'au 31 oct.)  
8 h 00 à 16 h 30

Jeu*di* (à partir du 7 nov.)  
8 h 00 à 16 h 00

1<sup>er</sup> et 3<sup>e</sup> samedi*s* du mois  
8 h 00 à 12 h 00

**OBLIGATOIRE**

Séparer vos matières AVANT  
d'arriver à l'écocentre.

• **IMPORTANT** : Présentez-vous au plus tard 15 min. avant la fermeture •  
Les dates et heures d'ouverture sont susceptibles de changer en fonction des conditions météorologiques.  
Consultez notre site web ou notre page Facebook pour les dernières mises à jour.



**ON NE GASPILLE PAS LE BOIS, ON LE TRIE !**

Tout ce qui est en bois doit être regroupé : 2x4, tiroirs, palettes, portes, fenêtres ancestrales, etc. (méla*mine* à part)



Récupération et vente de meubles,  
petits objets et matériaux de construction usagés.

Venez voir notre inventaire directement à l'écocentre !  
Plus d'informations sur [ecochantier.ca](http://ecochantier.ca).



**Centre-Femmes**

LA PASSERELLE  
DU KAMOURASKA

418-492-1449

3-10-17-24 avril 11 H 00 -  
Yoga doux et yoga pilates

11 avril 12 H 00 -  
Journée Cabane à sucre (\$)   
957 Rang 4 E, Saint-Pascal

16 avril 13 H 30 - Chorale

3 et 17 avril 13 H 30 - Jardinage

18 avril 9 H 30 - Toast-café avec la  
Banque Nationale

26 avril 17 h 00 - 5 à 7 D'ici et d'ailleurs

... et bien plus

Voir la programmation complète [www.lapasserelledukamouraska.org](http://www.lapasserelledukamouraska.org)

**PROMO** pour espace publicitaire dans  
**Le Rivière**  
**WEB**

Publiez vos services d'affaires ou votre événement spécial à un tarif avantageux dans Le Rivière Web!

Info : Marcel Emond, 819 452-3077  
[leriviereweb@riviereouelle.ca](mailto:leriviereweb@riviereouelle.ca)

Design intérieur  
Décoration & Plan

Deco Design

**Studio VM**

*Vanessa Michaud*

Rivière-Ouelle  
418 371-7171

[studiovm@live.ca](mailto:studiovm@live.ca)

[www.studiovm.info](http://www.studiovm.info)

**ROGER RICHARD**  
ADMINISTRATEUR COMPTABLE

**IMPÔTS DES PARTICULIERS**

Téléphone : 418 856-4010      107, rang de l'Éventail

Télocopieur : 418 856-4115      Rivière-Ouelle, Québec

Courriel : [rriichard721@hotmail.com](mailto:rriichard721@hotmail.com)      G0L 2C0

*Conte de Fée*

RÉPARATION & VENTE :

- LAMPE ALADIN
- LAMPE À L'HUILE
- LAMPE ÉLECTRIQUE
- LUMINAIRE ANTIQUE ET NEUF

Bertrand Hudon & Silvia Soares

132, Route 132, Rivière-Ouelle, Québec G0L 2C0  
Tél.: 418 856-4009 Cell.: 418 714-8950



# Votre première ou dernière éclipse solaire totale ?

Par Jean Vézina

J'ai vu pour la première fois de ma vie, une éclipse solaire totale en lisant l'album « *Le Temple du Soleil* »<sup>(1)</sup> de la série *Les Aventures de Tintin* (Hergé-1949).

Tintin se retrouve sur un bûcher alors que les Incas s'apprêtent à l'immoler le jour d'une éclipse solaire! Grâce à l'imploration de notre jeune reporter auprès du dieu-Soleil, les Incas ont cru que ce dernier contrôlait le soleil. Tintin, le capitaine Haddock, Tournesol et notre brave Milou furent graciés par les Incas.

Mais ma vraie première éclipse solaire, je l'ai vue en 1963 à travers une boîte à souliers spécialement fabriquée pour l'observer en toute sécurité. J'ai pu observer par la suite, d'autres éclipses solaires partielles ou totales qui ont eu lieu au-dessus du Québec lorsque dame nature était complice.

## ÉCLIPSES PASSÉES SUR LE TERRITOIRE DU QUÉBEC<sup>(2)</sup>

- 31 août 1932 – Solaire totale
- 30 juin 1954 – Solaire totale
- 20 juillet 1963 – Solaire totale
- 10 juillet 1972 – Solaire totale
- 10 mai 1994 – Solaire partielle
- 21 août 2017 – Solaire partielle
- 14 octobre 2023 – Solaire partielle

C'est un rendez-vous le 8 avril prochain vers 15h25. Toutefois, pour pouvoir observer la totalité de l'éclipse, vous devrez vous déplacer vers le sud de Montréal, de Sherbrooke, de Mégantic et de la Beauce. À Rivière-Ouelle, nous observerons une éclipse partielle et ce, si dame nature est clémente.

Comme l'éclipse totale assombri-ra la luminosité, cela aura un effet notamment sur les animaux que vous pourrez observer pendant quelques minutes :

« Il s'agit de deux spectacles complètement différents. Lors de la totalité, la luminosité ambiante diminue grandement, sans toutefois se rendre jusqu'à l'obscurité complète. L'illumination du reste de l'atmosphère par le Soleil donne plutôt au ciel une allure crépusculaire. Cette ambiance de crépuscule amène les espèces animales à suivre leur mode de vie de fin de journée, comme se réveiller, se nourrir, rejoindre ou quitter son nid, vocaliser ou chanter. Les oiseaux en particulier modifient leur comportement. Une baisse de température peut être ressentie et une variation du vent est aussi possible. »<sup>(2)</sup>

## Les éclipses à venir :

- **8 avril 2024 – Solaire totale**
- 29 mars 2025 – Solaire partielle
- 12 août 2026 – Solaire partielle

Vous n'avez pu vous procurer les lunettes solaires pour observer l'éclipse de façon sécuritaire pour vos yeux. Alors, vous pouvez fabriquer une boîte d'observation sécuritaire: la fameuse boîte que mon père m'avait fabriquée pour observer ma toute première éclipse solaire. Je vous invite à consulter le lien internet ci-dessous pour avoir toutes les instructions pour fabriquer votre boîte d'observation et ainsi voir ce phénomène astral saisissant<sup>(3)</sup>.

Enfin, je vous invite à consulter le site internet « Se préparer à l'éclipse solaire du 8 avril au Québec », si vous désirez en savoir davantage<sup>(4)</sup>.

La prochaine éclipse solaire observable au Québec aura lieu dans 82 ans, soit le 3 mai 2106; pour ma part, je serai déjà éclipsé de Rivière-Ouelle.

Sources:

- [\(1\)](#) [\(2\)](#) [\(3\)](#) [\(4\)](#)

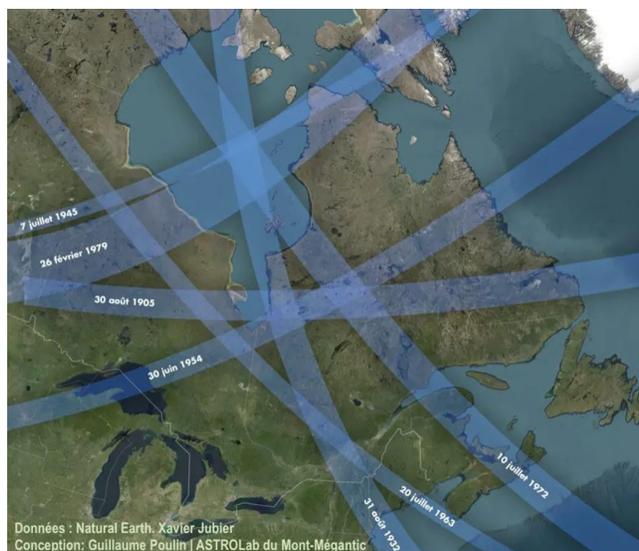


Figure 1 Zones de totalité des éclipses solaires du 20<sup>e</sup> siècle au Québec



## Rivière-Ouelle

Pas beaucoup de neige diriez-vous ! Imaginez pour les organisateurs... ce fut tout un défi !

Le samedi 2 mars, il y avait un soleil radieux et nous pouvions apercevoir à l'accueil, le bonhomme OUELLI, une création de Lorraine, qui souhaitait la bienvenue tout en souriant. Le lancement de la 1<sup>ière</sup> édition s'est fait avec l'animateur de la journée, M. Michel Harvey, pour ensuite faire place à l'échauffement dynamique animé par Nathalie Dubé, dg de Rivière-Ouelle.

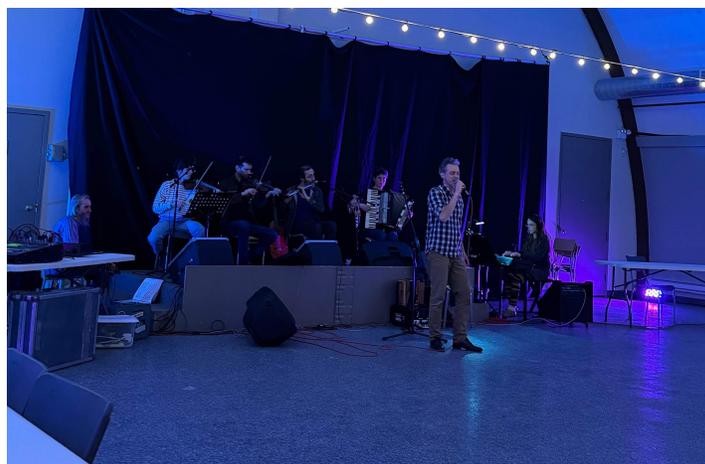
## Fête des Neiges ... laissons les photos raconter



Toute la journée, les activités encadrées ou libres étaient gratuites : jeu de pétanque atout où jeunes et moins jeunes s'initiaient sous les conseils de Léopold; Denise animait l'espace créatif avec les tout-petits, bien contents de mouler et de colorer la neige tout en profitant de la tente pour s'y amuser. Les visiteurs ont assailli la montagne de neige pour glisser en tube, faire des acrobaties et bien plus; un triathlon animé par Lorraine a donné la chance de gagner une des 2 cartes-cadeaux, que le participant ait complété ou non les trois épreuves : l'important, c'était de bouger ! Un espace détente avait été aménagé avec des foyers sous la supervision de Pierre, maître tisonnier, alors que le bois était fourni par Carole et Léopold. Pour une petite faim, il y avait un casse-croûte avec soupe et hot-dog géré par Nicole, Yves, Julie et Marcel. En après-midi, Léopold a eu un franc succès avec sa tire sur la neige qui a su plaire à bien des becs sucrés; il y a eu aussi l'initiation au Fatbike avec Christian, François et Claude dans un parcours aménagé par Gilles et sa chenillette après avoir sablé le sentier avec Linda.

La soirée de danse traditionnelle callée avec l'Orchestrade du Kamouraska a été une belle réussite. De nombreux adultes et enfants ont dansé gaiement toute la soirée avec la complicité du calleur, Ghislain Jutras. Nous remercions la MRC pour la subvention accordée qui a permis la participation de ce groupe aux festivités.

Avec la diversité des activités et l'aménagement des lieux, cette première édition a procuré une fière satisfaction aux organisatrices : Kim Golden Fullum, Lorraine Demers et Marie Dubois. Une 2<sup>ième</sup> édition pour 2025 ? C'est à penser avec Ouelli.



*Remerciements aux employés et aux élus municipaux, à la dg, à un citoyen Rémi Martin pour les foyers, ballots et le travail de la neige, au Club Lions ainsi qu'à toutes les personnes citées dans le texte.*

Marie Dubois, bénévole

Crédit photos : Marie Dubois, Marjolaine Côté et Kim Golden-Fullum



# La chronique une pharmacie dans votre jardin:

## La camomille

Par Suzanne Malenfant

Nos aïeux détenaient des secrets de la nature que nous avons très souvent rejetés du revers de la main, sous prétexte qu'il s'agissait de remèdes de bonnes femmes. Les recherches commencent à peine à élucider certaines vertus que nos grands-mères conféraient aux plantes qu'elles rangeaient précieusement dans leur armoire aux herbes. On sait d'autre part que bon nombre de produits pharmaceutiques utilisés actuellement, sont inspirés directement de la nature : soit en utilisant un extrait de la plante, soit en synthétisant une substance semblable à cet extrait. Ainsi, la pénicilline, l'aspirine, la morphine, la codéine et la digoxine sont des exemples de médicaments pharmacologiques dérivés de plantes. Et la recherche continue...

**La camomille** est certes un des remèdes les plus fréquemment préconisés par nos grands-mères. Elles la recommandaient pour soulager les « estomacs à l'envers », les digestions difficiles. La fleur de camomille ressemble à une mini-marguerite au centre jaune bombé et aux pétales blancs qui s'inclinent vers le bas à pleine maturité. Ses feuilles très fines, fortement découpées, sont d'un vert tendre qui renforce cette impression de calme et de délicatesse qu'elle rayonne. On constate d'ailleurs que la camomille agit en toute délicatesse sur les peaux sensibles pour calmer les démangeaisons, l'eczéma, les irritations et les coups de soleil.

Parmi les principes actifs contenus dans la camomille, on retient

l'acide valérianique qui lui confère un effet apaisant, légèrement sédatif, et qui induit un état de relaxation, bien apprécié dans les cas d'insomnie par anxiété ou de trouble digestif d'origine anxieuse. La camomille possède aussi des flavonoïdes aux propriétés antispasmodiques et antioxydantes ainsi que des salicylates, (dérivés de l'acide salicylique au même titre que l'aspirine), qui lui procurent des vertus anti-inflammatoires et analgésiques. La camomille contribue ainsi à apaiser les douleurs menstruelles, les coliques, les digestions difficiles et les brûlements d'estomac.

Pour soulager les maux mentionnés ci-dessus, on utilise la camomille en infusion à raison d'une cuillerée à soupe de fleurs séchées dans 150 ml d'eau bouillante pendant 5 à 10 minutes; à boire 3 à 4 fois par jour. Cette même infusion, utilisée en compresse, pourra soigner efficacement une conjonctivite ou une blépharite (inflammation des paupières). Ajoutée à l'eau du bain, elle aidera à relâcher les tensions, la fatigue, à soulager les douleurs rhumatismales et les démangeaisons.

Pour les affections de la peau, on utilise l'huile infusée de fleurs qu'on applique directement sur les régions irritées ou inflammées. La préparation de cette huile consiste à remplir un bocal de fleurs fraîches ou séchées et à les recouvrir d'huile d'olive de bonne qualité; couvrir le bocal d'une mousseline et laisser infuser pendant 14 jours à l'abri de la lumière, afin que les principes actifs de la plante se diffusent dans l'huile. Par la suite, filtrer cette huile et la conserver dans des pots hermétiquement fermés. Cette huile infusée de camomille, légèrement chauffée et placée dans le canal auditif pourra soulager les douleurs d'oreille.

La camomille se révèle donc une plante apaisante tant pour l'anxiété, les démangeaisons, les irritations cutanées de toutes sortes, que pour les douleurs et les digestions difficiles.

La nature est un jardin rempli de trésors, nos grands-mères le savaient ...





# Politique familiale municipale,

plan d'action 2023-2026

Par Marie Dubois, conseillère municipale

Ce document publié par la municipalité de Rivière-Ouelle en décembre dernier est la mouture 2023-2026 d'une première Politique familiale municipale qui a vu le jour en 2008.

« La finalité de la Politique familiale municipale consiste à intégrer l'habitude de penser et d'agir en famille dans les divers champs de compétences municipales, par l'offre de mesures et d'actions de soutien quotidien aux familles, au développement et à l'épanouissement de leurs membres. Bref, la Politique familiale municipale vise l'intégration d'une culture « famille » dans la communauté et dans l'organisa-

tion municipale. » Extrait du document p.9 <sup>(1)</sup>

Le plan d'action comporte sept champs d'intervention: Administration municipale, Loisirs et vie communautaire, Arts et culture, Sécurité du milieu, Habitation, Transport et Environnement. Chacun des champs vise des objectifs précis qui sont appuyés par des actions et des moyens qui ont été exprimés lors d'activités de rencontre-réflexion, des sondages et des consultations publiques. Tout ce processus confirme l'intention des autorités municipales d'améliorer la qualité de vie des familles.

Merci à tous, citoyens, comités et partenaires d'avoir permis de créer une Politique familiale municipale à l'image de Rivière-Ouelle. Bonne lecture !

[\[1\] https://riviereouelle.ca/fr/municipalite/politiques](https://riviereouelle.ca/fr/municipalite/politiques)





**GROUPE Caillouette & associés**  
Entrepreneur électricien

124-A Route 132, Rivière-Ouelle

R.B.Q.: 8359-8870-35

**Résidentiel - Commercial - Agricole**

**Vente et raccordement de bornes électriques** 

À votre service depuis 24 ans ! 

## Vente et installation de thermopompes

*Plusieurs subventions gouvernementales encore disponibles*

Visitez notre site web ou appelez-nous pour les détails

[info@groupecea.com](mailto:info@groupecea.com)
[www.groupecea.com](http://www.groupecea.com)
**418-856-1051**



**Camping Rivière-Ouelle**

176, chemin de la Pointe  
Rivière-Ouelle (Québec) G0L 2C0

Info@campingriviereouelle.com  
[www.campingriviereouelle.com](http://www.campingriviereouelle.com)

Tél.: 418 856-1484  
Sans frais: 1 888 856-1484



En clinique et à domicile

**Frédérique Ouellet-Boivin**  
A c u p u n c t e u r e

(514) 586-3826 ; frederique.ouellet.ac@gmail.com



# Les cadeaux du printemps

Par Camilla Ancitil

*N.D.L.R. : Poème extrait de son livre de poésie « Un singulier chemin » .*

Les cris aigus qui attirent  
Mon oreille de marcheur  
Vers les branches épineuses  
Des églantiers de bord de mer  
Se taisent spontanément à mon arrivée  
Ah! C'est le petit bruant chanteur  
Fidèle messager du printemps

Dès les derniers jours d'avril  
Telles des boules décoratives  
Encreées d'un noir luisant  
Et garnies d'une boucle rouge  
Les carouges à épaulettes  
Colorent bruyamment  
Les arbres encore dénudés

Les eaux calmes du fleuve  
Se replient discrètement au loin  
Laisant toute la place  
À la musicalité envoûtante  
Des oies blanches  
Qui volent à tire-d'ailes  
Vers leurs lieux de nidation

Parfois même les bélugas  
Sillonnent le bleu du fleuve  
La blancheur de leur appareil  
Faisant voir la valse  
Harmonieusement orchestrée  
De ces attachants virtuoses  
De notre scène maritime

Affairées qu'elles sont  
À construire leurs nids  
Les corneilles accaparent  
Les espaces visuels et sonores  
Nous faisant espérer  
Un coucher tôt un lever tard  
Pour elles et leurs oisillons

Dans leurs espaces dégagés  
Les terrains des riverains  
Laisent toute la place  
Aux levrauts poivre et sel  
Pour courir à pleine vitesse  
À l'abri des prédateurs  
Aux aguets dans la forêt

Profitant de la douceur  
Des fins de jour  
Le soleil devenu moins frileux  
S'attarde plus longtemps  
Nous invitant à son tour  
À profiter de ces moments voluptueux  
Comme des cadeaux du printemps ...

## Nouveaux membres au CA du Club 50+

À la suite de la dernière assemblée générale annuelle du Club 50+, voici les membres élus au conseil d'administration :

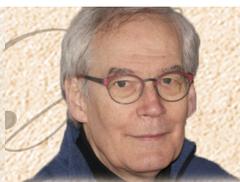
- Margo Moreau, présidente
- Élisabeth Dober-Scherrer, vice-présidente
- Nicole Beauchesne, secrétaire
- Ginette Pelletier, administratrice
- Nadia Dorvil, administratrice
- Marc Deschênes, administrateur
- Léo-Paul Thibault, administrateur

Nous tenons à remercier MM. Roger Lavoie et Yvan D'Anjou pour leur implication au cours de leur mandat au CA du Club 50+.

Enfin, les membres du Club 50+ vous remercient de votre présence lors du dîner amical qui s'est tenu le 18 février dernier. Votre participation nous tient vraiment à cœur.

Margo Moreau, présidente





# La chronique parentale:

## Sous l'angle psy...

Par Michel Bossé

*Michel Bossé est professeur retraité de l'UQTR (département de psychologie) et formateur-superviseur de l'Institut de formation à la psychothérapie par le jeu auprès de l'enfant.*

Tous les modes de fonctionnements affectifs que j'ai présentés jusqu'ici, du plus élevé (celui des enfants de niveau œdipien) au moins élevé (celui des enfants mal aimés ou qui se sentent comme tels), en passant par celui des sujets à troubles narcissiques, ont ceci en commun de nous avoir mis en présence d'enfants qui ont connu un départ relativement satisfaisant pendant les deux premières années de leur vie. Comment se présentent en psychothérapie les enfants qui n'ont pas eu cette chance? Quelle allure psychologique ont ces enfants qui ont vécu ces années dans des conditions pouvant, sans exagération, être qualifiées de pathétiques, voire de catastrophiques? Avant d'en venir à leur présentation, je résumerais par quelques mots ces conditions de vie marquées par des carences graves : négligence des besoins de base (absence de stimulation, d'affection, carences au niveau des soins), maladie mentale de l'un des parents, habitudes bien ancrées et vraiment problématiques de consommation de drogues ou d'alcool, violence physique visant l'enfant ou l'autre figure parentale (l'un et l'autre type de violence s'équivalant sur le plan des effets), absence de moments de plaisir partagé entre la figure parentale principale et l'enfant, etc.

J'en viens maintenant aux enfants victimes de ces conditions. Ces enfants ont développé une mentalité d'assiégé : ils donnent l'impression de vivre dans un monde hostile, dans lequel ils doivent lutter pour assurer leur survie. Les figures qui les représentent dans leurs jeux, attaquent et font mourir non pas pour faire mal à l'autre, c'est-à-dire l'adversaire mis en scène, mais pour se défendre et protéger l'intégrité de leur soi. Ce monde intérieur de « violence défensive » les conduit à faire une lecture fort déficiente de la réalité qui les entoure. Dans leurs productions ludiques, ils livrent des scénarios qui soulèvent une impression d'étrangeté, tellement ils sont près du délire. Les personnages mis en scène, s'ils ne sont ni méchants ni hostiles, ont pour mission de les protéger.

À titre d'illustration, je résume la conclusion de l'évaluation de Didier, 4 ans 6 mois, qui présente un tel mode de fonctionnement : « L'ensemble du matériel produit par Didier en séance provoque un sentiment d'étrangeté chez celui qui a une connaissance un tant soit peu profonde des productions d'un enfant bien portant de cet âge. Se confirme l'impression qu'il a donnée par son jeu libre : son instinct de survie est mobilisé pour contrer l'action de monstres, d'êtres menaçants, d'êtres dévorateurs qui peuplent son imaginaire. Il nous paraît assez évident que Didier a développé une mentalité d'assiégé, celle d'un sujet constamment menacé par la violence et en besoin d'être

protégé. La logique de ses productions, à l'image de son fonctionnement psychique, peut se résumer à la justification : "J'attaque ou je vais attaquer avant qu'on m'attaque"; ou encore, "il faut que je me protège contre une attaque qui va venir inmanquablement". Tout dérangement à la routine, tout changement à l'organisation habituelle des choses, les siennes comme celles des proches, suscite un sentiment de vulnérabilité, d'insécurité, de non-protection face à un environnement facilement perçu comme malveillant ou vu comme facilement manipulable par un être mal intentionné, agresseur potentiel.

Est-il possible de faire évoluer ces enfants et de les amener au mode de fonctionnement affectif des enfants bien portants du même âge? Tout dépend de leur âge, de la possibilité de les mettre à distance du ou des parents toxiques et, dans ce dernier cas, de la possibilité de compter sur des figures parentales de remplacement très dévouées et fort patientes. Mon expérience de ces cas (par la supervision) m'amène à conclure que plus le sujet s'éloigne de l'enfance, plus la tâche est ardue. Sans doute, une certaine évolution reste possible à l'adolescence mais elle n'atteint généralement pas le niveau d'une psychothérapie bien menée qui a pu se mettre en place chez un enfant de ce type du niveau préscolaire ou pré-adolescent. Il se trouve en effet que ces jeunes présentent très fréquemment des

problèmes au niveau de la socialisation. L'adaptation à l'école est donc difficile, car ils sont souvent victimes de harcèlement ou d'intimidation, ce qui rend difficiles l'investissement scolaire et le développement de la motivation d'apprendre. Les parents d'origine ont généralement trop de limitations pour qu'on puisse les faire évoluer d'une manière telle qu'ils en viennent rapidement à ne plus être un obstacle à l'évolution positive de leur enfant. Vu l'urgence, il faut mettre l'enfant à l'abri de ces parents ineptes.

Que risquent de devenir ces enfants au fur et à mesure de leur croissance physiologique si l'on ne parvient pas à les faire évoluer sur le plan psycho-affectif? Un bon nombre, tant des garçons que des filles, vont décompenser à l'adolescence et glisser vers la psychose ou encore, emprunter la voie du suicide ou des conduites suicidaires. D'autres auront gar-

dé, voire renforcé leur mentalité d'assiégé et leur tendance à voir autrui comme un agresseur potentiel, traits typiques qu'ils traînent depuis leurs jeunes années. Ceux-là seront ni plus ni moins des « bombes à retardement ». Ils pourront tout aussi bien se retrouver au nombre des « tueurs de masse » adolescents ou adultes que membres de groupes criminalisés. Un certain nombre d'autres « passeront à l'acte » plus tard dans leur vie et la gravité de leur impair sera d'autant plus surprenante aux yeux des agents de justice que leur dossier aura été sans tache jusque-là. Dans tous les cas, le feu couvait sous la cendre depuis la sortie de la petite enfance.

Dans mon prochain billet, je raconterai l'histoire heureuse et touchante d'un tout-petit qui, à ses trois ans, était décrit comme « un enfant sauvage » quand

la DPJ l'a référé en psychothérapie par le jeu chez l'une de mes élèves.

*N.D.L.R : Pour en savoir davantage sur le sujet ou pour consulter des professionnels en la matière :*

<http://naitreetgrandir.com/>

<http://cliniquemana.com/>

<http://mfkamouraska.com/>



**ROBERTO DUELLET**  
EXCAVATION

R.B.Q. : 8345-1716-18

Téléphone : **418 856-6764**  
Cellulaire : **418 894-0262**

141, anse des Mercier  
Rivière-Ouelle (Québec) G0L2C0  
ro.excavation@hotmail.com

- Excavation
- Terrassement
- Fosse septique
- Champs d'épuration
- Marteau hydraulique
- Caméra d'inspection de drain de fondation
- Pose et réparation de drain français
- Réparation de fondation



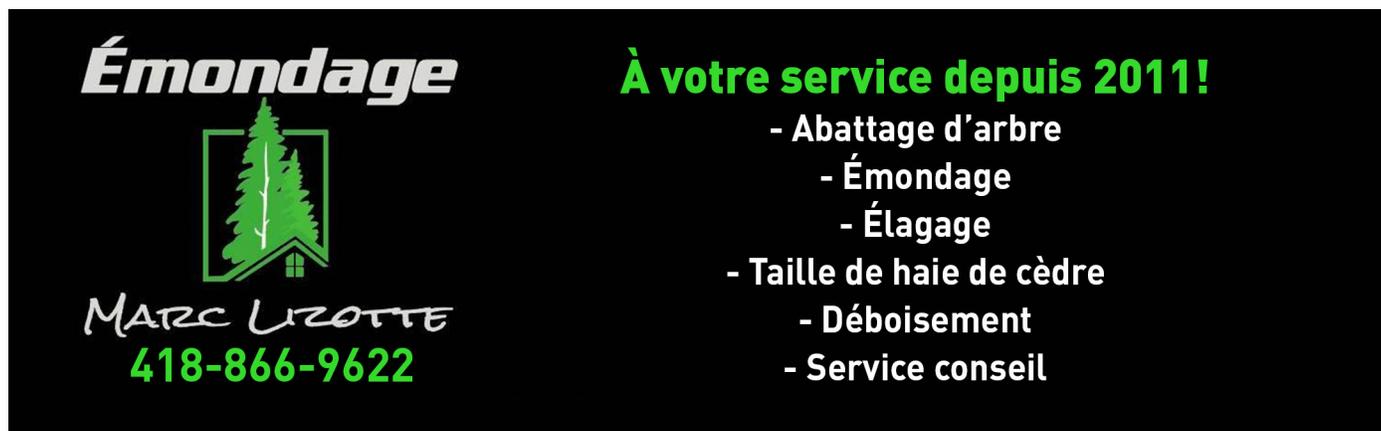
**Centre-Femmes**  
LA PASSERELLE  
DU KAMOURASKA

☎ 418 492-1449  
[www.lapasserelledukamouraska.org](http://www.lapasserelledukamouraska.org)

*Prendre soin de soi. S'entraider.*

*Agir ensemble. S'outiller.*

- Relation d'aide
- Développement de soi
- Activités
- Actions collectives



**Émondage**

MARC LIZOTTE  
**418-866-9622**

**À votre service depuis 2011!**

- Abattage d'arbre
- Émondage
- Élagage
- Taille de haie de cèdre
- Déboisement
- Service conseil

# Jardin communautaire de Rivière-Ouelle

Par François Chalifour

## RAPPEL - INSCRIPTION POUR LA SAISON 2024 : Faites vite les places sont limitées !

### Le jardin communautaire vous offre :

- 2 grandeurs de jardin;
- 4 robinets pour l'arrosage;
- Compost gratuit;
- Rotocultage fourni et gratuit;
- Location abordable;
- Outils de jardinage sur place au cabanon;
- Aire de repos abritée et tables de pique-nique;
- Site ensoleillé, sol fertile, brise-vent;
- Espace supplémentaire pour les concombres, courges et melons;
- De mai à novembre.

## INSCRIPTION

- Au bureau municipal auprès de Julie Bédard, adjointe administrative
- Fournir vos coordonnées : nom, numéro de téléphone et courriel
- Choisir votre dimension de jardinet
- Paiement de la location : au moment de l'inscription (avec preuve de résidence)
- Date limite d'inscription : le 24 mai 2024

Les règlements du jardin communautaire sont détaillés sur le site de la municipalité de Rivière-Ouelle sous l'onglet Culture, Loisirs et Vie communautaire :

<https://riviereouelle.ca/fr/culture-loisirs-et-vie-communautaire/vie-communautaire>

## Alertes municipales: Inscription

Pour recevoir toutes les informations relatives aux alertes municipales, inscrivez-vous en allant sur la page d'accueil du site web de la municipalité de Rivière-Ouelle : [riviereouelle.ca](http://riviereouelle.ca)



ALERTES MUNICIPALES

SOYEZ INFORMÉS IMMÉDIATEMENT QUAND ÇA COMPTE!

Dimensions des jardinets	Location résidents*	Location non-résidents
4m x 6m (12pi x 18pi)	15\$	25\$
3m x 4m (9pi x 12pi)	10\$	15\$
	* permanents ou saisonniers	



À la racine de votre succès depuis 1928 | [info@lambertpeatmoss.com](mailto:info@lambertpeatmoss.com) | [www.lambertpeatmoss.com](http://www.lambertpeatmoss.com)



## Au son des cloches pour avril 2024

Par Marielle Gamache

### Horaire des célébrations dominicales pour le mois de mars 2024

Horaire des célébrations pour la Semaine sainte à Rivière-Ouelle

- Dimanche 24 mars à 9h30 : célébration de la Parole avec bénédiction des rameaux à l'église
- Vendredi 29 mars à 19h30 : Chemin de croix à l'église
- Dimanche 31 mars à 9h30 : messe de Pâques à l'église

Horaire des célébrations dominicales pour le mois d'avril 2024

- Dimanche 7 avril à 9h30 : célébration de la Parole à l'église
- Dimanche 14 avril à 9h30 : messe à l'église
- Dimanche 21 avril à 9h30 : célébration de la Parole à l'église
- Dimanche 28 avril à 9h30 : messe à l'église

Célébrons ensemble notre foi !

### Baptême

Le dimanche 25 février 2024, nous avons accueilli dans la grande famille des enfants de Dieu, **Maëva Montminy**, enfant de Vicky Michaud et de Jean-Luc Montminy.

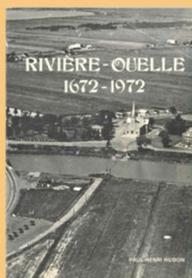
Félicitations aux heureux parents !

### Décès

**Claude Landry**, décédé le 24 février 2024 à l'Hôpital Notre-Dame-de-Fatima de La Pocatière à l'âge de 76 ans. Il était l'époux de dame Jeannine Gagnon et fils de feu Mme Angèle Dumais et de feu M. Joseph Landry. Une cérémonie d'adieu a eu lieu le 3 mars 2024 en la chapelle du Complexe funéraire Marius Pelletier de La Pocatière et de là, les cendres ont été déposées au columbarium de la résidence funéraire.

**Christiane Guignard**, décédée le 7 janvier 2024 à Tallahassee, Floride, à l'âge de 81 ans et 11 mois. Elle était la fille de feu Mme Germaine Dionne et de feu M. Gustave Guignard. Elle demeurait en Floride et était native de Rivière-Ouelle. La famille recevra les condoléances le samedi 25 mai 2024 de 13h à 14h50 à la Résidence funéraire Marius Pelletier de Rivière-Ouelle. Le service religieux sera célébré à l'église de Rivière-Ouelle à 15h et sera suivi de l'inhumation au cimetière paroissial.

Nos plus sincères condoléances aux membres des familles touchées par ces décès.



### La réédition du livre 1672-1972 est maintenant disponible

Il était attendu, le voici enfin qui montre le bout du nez. Vous retrouverez le texte intégral de la première édition, avec l'ajout d'un quatrième chapitre écrit par l'éditeur, relatant brièvement les 50 dernières années de Rivière-Ouelle.

Vous pouvez vous le procurer au bureau municipal au montant de **39,95\$** plus taxes.



# Le BLOC-NOTES de Rivière-Ouelle



## LE CERCLE DE FERMIERES DE RIVIERE-OUELLE

Les Fermières tiendront une activité le **mardi 2 avril 2024 à 13h30** à la salle communautaire (sous-sol de l'église) de Rivière-Ouelle. Elles tiendront aussi leur prochaine réunion le **mardi 9 avril 2024 à 13h30** au même endroit.

Nous invitons toutes les dames à venir nous rencontrer et à voir ce que nous pouvons leur offrir.

### **Nous sommes fières de nos valeurs!**

Mariette Lizotte, présidente  
418 856-1388

# THA

## CAFÉ-RENCONTRE

**Quand** : mercredi 3 avril à 13 h30

**Où** : Salle communautaire (sous-sol de l'église) de Rivière-Ouelle

**Avec Marie-Ève Beaulieu, massothérapeute agréée**

La rencontre portera sur...

- Choisir un massothérapeute qualifié
- Connaître les bienfaits de la massothérapie
- Les 25 bonnes raisons pour se faire masser
- Les bienfaits du massage pour les aîné.es
- La massothérapie : une solution à la douleur chronique

De plus, il y aura une chaise pour un massage assis !

**C'est gratuit ! Bienvenue à tous !**

Marie Dubois pour la table  
d'harmonisation des aîné.es (THA)



## VIACTIVE

Activités physiques et adaptées pour les gens de 50 ans et plus

À la salle communautaire (sous-sol de l'église) les mercredis:

3 avril 2024 de 9 h30 à 11h30

10, 17 et 24 avril 2024 de 13 h30 à 15 h30

Pour en savoir davantage:  
Marjolaine Rivard au 418 856-5907

## LE MARCHÉ AUX PUCES DE RIVIERE-OUELLE

Le fameux marché aux puces se tiendra le dimanche 16 juin 2024 à la salle du Tricentenaire de Rivière-Ouelle. Nous vous l'annonçons à l'avance pour vous donner le temps de vous préparer à cette activité. Les tables sont en prévente au coût de 25 \$ l'unité table. Vous pouvez déjà réserver votre table auprès des personnes suivantes :

- Julie Bédard à la municipalité 418 856-3829 poste 201
- Ginette Pelletier 418 492-3442
- Marc Deschênes 418 856-2761
- Élisabeth Scherrer 418 856-1451
- Margo Moreau 418 856-3304
- Nadia Dorvil 418 714-1359
- Nicole Beauchesne 418 856-3666
- Léo Paul Thibault 418 856-2283

Margo Moreau, présidente



# Avril 2024

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
	1 Lundi de Pâques MAIRIE FERMIÉE	2 Poubelle	3 THA Café-rencontre	4 Ciseaux	5	6 BINGO
7 Lune	8 Lune	9 Le Rivière-EB Tombée	10 THA Café-rencontre	11 Ciseaux	12	13 BINGO
14 Lune	15 D Lune	16 Regie Incendie Rencontre publique	17 THA Café-rencontre	18 Ciseaux	19	20 BINGO
21 Lune	22 Lune jour de la terre	23 Coeur Lune	24 Le Rivière-EB Distribution	25 Ciseaux	26	27 BINGO
28 Lune	29 Lune	30 Coeur Lune				

## LÉGENDE

