

Le Rivière

WEB

Volume 16 - Numéro 4 - Avril 2017

Journal communautaire destiné
à la population de Rivière-Ouelle

Prochaine date de tombée :

11 avril 2017

Prochaine distribution :

25 avril 2017

À vos marques... Prêts ...
PARTEZ!
En forme et sexy à tout âge
Tous les détails p. 8 & 9



Course de la rivière Ouelle

Sommaire

En attendant les oies.....	2
Avis important.....	3
Les porte-voix.....	3
Camp de jour et service de garde.....	4
Soccer.....	4
Journée de la persévérance scolaire.....	4
Viens jouer à Rivière-Ouelle.....	4
Course de chiens : Bilan.....	5
Rencontres solidarité rurale.....	6
Qu'est-ce qu'une municipalité amie des aînés?	7
Bénévoles recherchés!... ..	7
Course de la rivière Ouelle : 4 ^e édition.....	8&9
Nos pompiers aussi ont couru... ..	10
Yoga adapté aux aînés.....	11
Bibliothèque municipale de Rivière-Ouelle.....	12&13
Café-rencontre.....	13
Le rêve américain en déménagement... ..	14
Agenda.....	16

La course d'attelages de chiens pour une
4^e année consécutive sur le territoire
de Rivière-Ouelle !

Le bilan : p. 5



© Photographie Cabela

Bonne lecture!



Rivière-Ouelle

Bureau municipal

133, route 132
Rivière-Ouelle (Québec)
GoL 2Co

Télé.: 418 856-3829
Télec.: 418 856-1790
info@riviereouelle.ca

www.riviereouelle.ca

Heures d'ouverture

Lundi au vendredi
de 8h30 à 12h
et de 13h à 16h30

Par Roger Martin

Un harfang!

C'était le 28 février et cela constituait ma première observation de l'hiver. Même si je ne suis pas un spécialiste de la faune ailée et que je ne tiens pas de registre de mes observations, il y a peu d'hivers où j'ai si peu observé de harfangs. Pourtant, j'emprunte souvent des routes qui font partie du circuit habituel de l'espèce : route 132 dans l'Anse de Sainte-Anne, autoroute 20 jusqu'à la Maison touristique. J'ai beau surveiller les poteaux d'Hydro-Québec et les lampadaires qui constituent pour ces oiseaux un poste d'observation privilégié ou encore balayer du regard les brise-vent et les haies à proximité du fleuve, peine perdue cette année.



C'était un mâle à en juger par son plumage blanc et ce spécimen trônait sur un poteau de transport d'électricité devant la station de traitement des eaux usées sur le chemin Sud-de-la-Rivière. Convenons que ce n'est pas une grande surprise car ce secteur en est un de prédilection pour l'observation de ces oiseaux.

Nous savons que pour leur subsistance, les harfangs sont largement tributaires des populations de lemmings dans le nord canadien; on a cru pendant longtemps que les harfangs descendaient vers nos régions en hiver parce que les lemmings étaient trop peu abondants dans la toundra. Aujourd'hui, on prétend plutôt que l'abondance des lemmings fait exploser la population de harfangs. Comme ce sont des oiseaux très territoriaux, c'est-à-dire qu'ils vivent sur un territoire bien précis, ils chassent les plus jeunes qui doivent s'expatrier vers le sud pour trouver leur pitance. Tout un paradoxe comparativement aux humains où ce sont les vieux qui sont condamnés à l'exil au sud pendant l'hiver.... Et j'imagine que « mon » harfang va reprendre la route du nord d'ici la fin de mars. Bonne route!

Brrrrr!.....

Ce samedi 4 mars, je n'aurais pas voulu être un de ces chiens qui devaient participer à la course de chiens de traîneau disputée à Rivière-Ouelle. Le vent du nord avait ragé toute la nuit et il n'avait pas ralenti ses ardeurs en cours de journée. Mince consolation, la dernière neige et les grands vents combinés avec le froid vif avaient durci la piste offrant des conditions de glisse parfaites. Vers 14h à l'heure des départs dans la catégorie « illimitée », le mercure oscillait à -14°C et les vents NNO soufflaient à 22km/h avec



des rafales à 43 km/h.

Les profanes de ce genre de compétition imaginent des bêtes costaudes dans le genre des Malamutes utilisés par les Esquimaux; au contraire, ce sont des athlètes longilignes tout en muscles : pas une once de graisse. Il faut voir la nervosité s'emparer de l'attelage quand l'heure du départ approche : une cacophonie de hurlements Passablement moins jasants au retour, les coureurs rentrent au bercail complètement vidés.

Au cours de la nuit, je ne saurais dire si les prières de l'organisateur en chef de la compétition, Guy Caouette, y sont pour quelque chose, mais le vent s'est essoufflé. Conséquence, la seconde étape de la course s'est déroulée sous un ciel bien plus clément (-9°C) et des vents légers; les spectateurs étaient conséquemment nombreux pour profiter de ce début de semaine de relâche sous un soleil éclatant.

Il m'a quand même semblé que le nombre de coureurs affichait une baisse: 47 en 2014, 37 en 2015, 42 en 2016 et 35 cette année. Sans doute que certains coureurs ont pu craindre les soubresauts prévus de la météo. Surtout, il y a une autre course d'importance inscrite au calendrier dès la semaine prochaine pas très loin d'ici, Les Internationaux du Canada de la rivière Daaquam à Saint-Just. Il semble que ce soit une compétition prestigieuse qui accueille de nombreux coureurs américains. Mince consolation au moment où j'écris ces lignes le 11 mars, il fait actuellement encore plus froid à Saint-Just qu'à Rivière-Ouelle samedi dernier mais 59 coureurs ont participé aux épreuves de cette première journée.

Malgré tout, je crois qu'il n'y a pas lieu de s'alarmer pour cette diminution des coureurs à Rivière-Ouelle cette année. Sur la page Facebook des Archives de la Côte-du-Sud et du Collège de Sainte-Anne, j'ai retrouvé récemment une photo du « dog derby », c'était avant la loi 101, tenu à Rivière-Ouelle à l'occasion du Tricentenaire de Sainte-Anne-de-la-Pocatière. C'était en 1973 je crois et on peut y voir un des 29 attelages au départ derrière l'Auberge Rivière-Ouelle; le parcours s'étirait alors dans la tourbière voisine.

Le « Trou-à-Pépète »

Plusieurs le savent, j'ai toujours eu de l'intérêt pour les toponymes, surtout ces noms de lieux qui ont le mérite de nous surprendre par leur fantaisie. En observant la carte du territoire qui fut touché par la plus récente panne de courant la semaine dernière, je découvre le Trou-à-Pépète.... sur une carte de Ressources naturelles Canada, un ministère fédéral qui ne fait habituellement pas dans la rigolade.

Cet endroit est situé entre Bayonne et Bretagne sur la route 287 qui conduit de Mont-Carmel au Lac de l'Est à une quinzaine de kilomètres de chez nous. J'ai bien questionné un autochtone qui connaissait le nom et l'endroit mais il n'a jamais pu m'en apprendre davantage sur cet intrigant ou cette intrigante « Pépète ». Je suis toujours curieux d'en savoir davantage sur ce toponyme qui a connu récemment son petit moment d'attention médiatique. Vous pouvez m'aider?.....

Avis important

Par Benoit Guignard

Demande de plants d'arbres

Essences fournies cette année: Pin rouge et Pin blanc, Bouleau jaune, Épinette de Norvège, Érable à sucre et Mélèze laricin.

Faire votre demande au secrétariat de la Municipalité au 418 856-3829 avant le 1er mai 2017. Les plants seront distribués le samedi 20 mai.

Assemblée générale annuelle

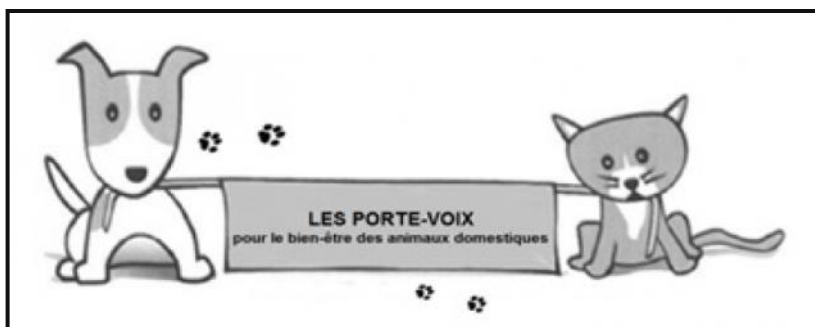
Club des 50 ans + (Âge d'or) - vendredi 21 avril 2017 à 13h30
Reddition de comptes, élections et projet.

Bibliothèque municipal — mardi 25 avril 2017 à 19h30 à l'ancienne salle du Conseil (106, rue de l'Église)

Comité d'embellissement de Rivière-Ouelle — jeudi 27 avril 2017 à 19h30

Bilan, élections, projet et voyage organisé.

Vous voulez que vos organismes subsistent, participez, participez, participez, sinon...



Un geste humanitaire pour réduire les abandons

Faites stériliser votre animal entre le 2 février et le 26 mars et courez la chance de gagner un des 400 chèques-cadeaux de 25 \$ offerts par Royal Canin. Détails sur www.sterilisationanimalequebec.info

Pour nous joindre :

Ginette Royer : 418 492-2568 ou Aline Hudon 418 492-3625

Le Rivière Web - Comité du journal

Louis Hudon, Recherche

Catherine Marier

Roger Martin, Correction

Pascale Pelletier, Mise en page

Roger Richard

Sylvie Dionne, Révision

Disponible via le site internet de la Municipalité
www.riviereouelle.ca

Envoi de textes, questions, commentaires et suggestion par courriel à:
leriviereweb@hotmail.com

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.

Studio VM
Beauté · Santé · Déco

Tout sous un même toit chez Studio VM:
massage, enveloppement, balnéothérapie,
soin du visage, pédicure, manucure,
vernis gel, pose d'ongle,
design intérieur...

www.studiovm.info
Pour informations:
Vanessa Michaud
418-371-7171
180A route 132,
Rivière-Ouelle, QC
G0L 2C0
studiovm@live.ca

La crème rit

Ouvert
7 jours sur 7

220, route 132
Rivière-Ouelle



Camp de jour et service de garde

Par **Andrée-Anne Patry**

Au moment de lire ces lignes, chaque élève aura reçu à l'école le formulaire d'inscription au camp de jour et au service de garde disponible pendant l'été. Le formulaire est aussi disponible en ligne : riviereouelle.ca/campdejour.



SOCCER

Le soccer revient cet été ! Détails et inscriptions à venir. Surveillez votre prochain Rivière Web ainsi que : riviereouelle.ca/soccer.



Journées de la persévérance scolaire

Par **André-Anne Patry**

Le 17 février dernier, six élèves de l'école des Vents-et-Marées ont reçu une mention toute spéciale des mains du maire Louis-Georges Simard de Rivière-Ouelle, pour souligner leur persévérance et leurs efforts scolaires. Chacun d'entre eux a reçu une carte-cadeau de 25\$ à dépenser à la Librairie l'Option.

Bien que tous les enfants de notre école travaillent très fort et que plusieurs auraient mérité cette récompense, la Municipalité a choisi de récompenser un élève par année scolaire. Ce ne fut pas une mince tâche pour les enseignants de déterminer les plus méritants de leur classe.

Félicitons donc tous les récipiendaires de l'école Vents-et-Marées :

- 1e année : Megan Rousseau
- 2e année : Adèle Bérubé
- 3e année : Tommy Lévesque
- 4e année : Dereck Bélanger
- 5e année : Cédric Lambert
- 6e année : Hans Scherrer

Viens jouer à Rivière-Ouelle

Passeport kamouraska

Par **Andrée-Anne Patry**

Le vendredi 11 février dernier, la belle jeunesse de Rivière-Ouelle a sorti ses habits d'hiver. Le banc de neige s'est transformé en glissade aux flambeaux et le stationnement en terrain de soccer. Avec *Coach Dario* (Gagnon), les petits (et moins petits) se sont affrontés pendant 1h30 dans une partie endiablée sur fond de neige.

Samedi en après-midi, des curieux se sont présentés au local des ados pour faire des parties de jeux de société. À l'extérieur, les ingénieuses conceptions de Normand Martin nous ont bien fait rire. Le niveau de difficulté du « ski géant » est tellement élevé qu'on pourrait classer cette discipline dans la catégorie « sport extrême ». Les « courses de lit » quant à elles, ont permis aux membres de l'équipe municipale de faire leur cardio pour la semaine.

Au total, autour d'une centaine de personnes se sont présentées au Parc municipal pour profiter des activités, de la musique, de la tire sur neige, des guimauves et des boissons chaudes. Merci à tous de votre belle participation et merci à chacune des personnes impliquées de près ou de loin dans cette activité.

Pour ceux et celles qui ont complété des coupons de participation, le grand tirage de Passeport Kamouraska se fera dans les prochains jours. Un membre de l'organisme Kamouraska en forme communiquera avec les gagnants.



Par Andrée-Anne Patry

D'excellents résultats pour nos « mushers » locaux !

La course d'attelage de chiens qui s'est tenue les 4 et 5 mars dernier pour la quatrième année consécutive sur le territoire de Rivière-Ouelle, a accueilli près de 40 participants venus du Canada et des États-Unis. Les coureurs de la région et membres du comité organisateur, David Caouette et Mireille Pelletier, se disent extrêmement fiers de l'événement et de leurs résultats personnels.

Bien que la météo ait donné du fil à retordre aux responsables du parcours, les coureurs n'ont pu que féliciter les bénévoles pour la qualité du tracé. La neige tombée doublée de la température froide a permis d'obtenir une piste rapide et ferme. Les résultats démontrent clairement que les chiens ont pu profiter pleinement de ces conditions idéales et courir à leur plein potentiel.

« C'est toujours un plaisir de revenir à Rivière-Ouelle. [...] On a eu cette année une des plus belles pistes de la saison. » souligne monsieur Bernard Saucier, président du Club d'attelages de chiens du Québec, qui a aussi participé à la compétition.

Résultats des courses

Avant tout, notons les performances de nos coureurs de Saint-Gabriel-Lalemant, David Caouette et Mireille Pelletier. David a terminé en première place samedi et dimanche dans la catégorie 8 chiens avec un temps cumulatif de 48,23 minutes. Mireille pour sa part, a obtenu la quatrième position avec 6 chiens en 43,02 minutes.

Dans la catégorie 6 chiens sur 10 km, la plus rapide fut Rosalie Morin Doré avec un temps de 40,31 minutes. Dans la catégorie 8 chiens sur 13 km, c'est David Caouette qui a remporté la victoire avec son attelage. Finalement, c'est Jim Blair du Vermont qui a volé la vedette avec son attelage de 16 chiens sur 20 kilomètres. Il a parcouru cette distance en 1h06.

« Toutes mes félicitations aux participants. La compétition a été ardue, j'étais bien placé pour sentir la fébrilité des coureurs et de leurs attelages et je peux vous dire que tout le monde a donné son 100% ... », souligne Gilles Martin, président d'honneur, qui s'est aussi prêté au jeu en annonçant les départs tout au long de la fin de semaine.

Une grande fête familiale

Plusieurs familles sont venues s'amuser sur le site de l'événement. Une partie de sucre et des jeux gonflables étaient à la disposition des petits pour une première année pendant que des repas et boissons chaudes étaient servis dans la salle du Tricentenaire. « Cette année, on a voulu attirer les citoyens pour qu'ils assistent à ce spectacle tout à fait unique dans la région. Il faut remercier tous les bénévoles qui ont travaillé fort pour arriver à ce résultat. Les retombées économiques sont importantes pour les commerçants et c'est agréable de voir notre territoire prendre vie de cette façon, d'ajouter Louis-Georges Simard, maire de Rivière-Ouelle. » Au total, c'est plusieurs cen-

taines de personnes qui sont venues démontrer leur support en participant à la soirée du samedi.

Prochaines étapes

Pour David Caouette et Mireille Pelletier, la saison n'est pas terminée. Pour tout savoir sur cette discipline, suivez le Club d'attelages de chiens du Québec au cacqsecretaire.com.

Si vous avez manqué ça, rassurez-vous! Vous devriez avoir la chance de revoir ces attelages de chiens à Rivière-Ouelle l'an prochain, si les partenaires sont toujours au rendez-vous bien sûr!

MERCI !

Merci à chacun des bénévoles présents pendant la fin de semaine. Merci au comité organisateur qui a démontré son savoir-faire et sa détermination pour planifier cette course au détail près. Merci à David et Mireille qui se sont rendus disponibles et accueillants avec les médias, malgré leur horaire tellement chargé. Merci au président d'honneur, monsieur Gilles Martin, qui a généreusement prêté sa voix pour l'animation du site, pour les entretiens avec les médias régionaux et qui a fourni un effort important dans les détails logistiques de l'activité.

Merci aux commanditaires qui donnent généreusement année après année. Sans vous, il serait impensable de tenir un événement de la sorte. Les bourses totalisant 8 000\$ permettent d'attirer les meilleurs coureurs. D'ailleurs, soulignons la présence de quelques précieux partenaires qui ont participé à la remise des bourses, la Caisse Desjardins de l'Anse de la Pocatière et Thibault GM concessionnaire de Montmagny.



© Photographie Cabela

Par Promotion Kamouraska

Prochain rendez-vous : jeudi 13 avril

La prochaine rencontre de Solidarité rurale du Kamouraska aura lieu le jeudi 13 avril 2017 à compter de 8 h. Pour participer à la rencontre, communiquez avec Marijo Couturier-Dubé 418 492-1660 poste 236. Les rencontres de Solidarité rurale ont comme objectif de susciter des moments d'échanges entre citoyens sur des enjeux du territoire.

Retour sur le 16 février à Rivière-Ouelle

Le 16 février dernier, dans le cadre des rencontres de Solidarité rurale du Kamouraska, une assistance de plus de 70 personnes est venue entendre la présentation de madame Isabelle Malo, présidente-directrice générale du Centre intégré de santé et services sociaux (CISSS) du Bas-Saint-Laurent, sur les nouveautés liées aux services et à la gouvernance consécutives à la création des CISSS.

Le Réseau de la santé et des services sociaux québécois a subi de profondes transformations depuis la création des CISSS, il y a près de deux ans. Le nouveau CISSS du Bas-Saint-Laurent, qui regroupe les activités de onze organisations du territoire, compte désormais 8 000 employés dont 575 au Kamouraska, un budget de 631 M\$ et couvre 320 km de côte entre La Pocatière et Les Méchins.

Madame Malo n'a pas nié l'ampleur de la tâche réalisée et les multiples défis auxquels les gestionnaires et les employés ont dû faire face. Elle mentionne que « La communauté bas-laurentienne en santé et services sociaux est bousculée, mais elle est dynamique, vivante et elle en sortira gagnante. ». Plusieurs grands chantiers sont en cours au niveau national (financement axé sur le patient, Optilab, etc.) et au niveau régional (guichet d'accès unique, ressources non-institutionnelles, etc.).

Plusieurs personnes de l'assistance ont posé des questions et exprimé leurs préoccupations quant à cette réorganisation, dont la nécessité de conserver l'hôpital de Notre-Dame-de-Fatima à La Pocatière, le soutien psychosocial aux jeunes, la capacité d'accompagner les communautés à travailler en promotion et en prévention de la santé, etc. Selon Madame Malo, le travail de collaboration et de concertation avec les différents partenaires du milieu devra se poursuivre dans les années à venir afin de créer des communautés vivantes qui favorisent le développement d'une population en santé.



De gauche à droite : Mme Marijo Couturier-Dubé, conseillère en développement rural à la MRC de Kamouraska, Mme Nadia Dolbec, organisatrice communautaire au CISSS du Bas-Saint-Laurent secteur Saint-Pascal, M. Louis-Georges Simard, maire de Rivière-Ouelle, Mme Isabelle Malo, présidente-directrice générale du CISSS du Bas-Saint-Laurent, M. Yvon Soucy, préfet élu de la MRC de Kamouraska, Mme Andrée-Anne Patry, agente de développement de Rivière-Ouelle, Mme Isabelle Chouinard, agente de développement à la SADC du Kamouraska.

AVEC TOUTE LA SAVEUR DE LA CUISINE MAISON!

SOUPES ET POTAGES

- Soupe aux légumes
- Soupe à l'orge et bœuf
- Potage aux poireaux et aux pommes
- Potage du moment
- Soupe du moment

PLATS PRINCIPAUX

- Spaghetti
- Lasagne
- Boulettes de porc aux pommes
- Pâté au bœuf et au fromage
- Bœuf braisé
- Pain de viande
- Pâté chinois
- Pâté au poulet
- Ragout au poulet
- Pâté au saumon surprise
- Plat du moment (3)

DESSERTS

- Gâteau aux pommes
- Gâteau à la salade de fruits
- Gâteau aux carottes
- Pouding chômeur
- Galette aux dattes
- Desserts du moment

POUR COMMANDER:
Tél.: 418-856-5636, poste 1
Fax: 418-856-1651
dansvotreassiette@kamaide.com



 Kam-Aide

Mars 2017

dim.	lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	01/04

Avril 2017

dim.	lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.
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						

Mai 2017

dim.	lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

CALENDRIER DE LIVRAISON
AM: SECTEUR DE LA POCATIÈRE ET ENVIRONS / PM: SECTEUR DE SAINT-PASCAL ET ENVIRONS

Votre fidélité récompensée

Pour 12 repas principaux commandés,
Le 13e vous est offert!
Demandez votre **CARTE FIDÉLITÉ!**

PROMO


MARS ET AVRIL
Réferez un ami et obtenez un rabais de **10% sur votre commande.**

Vous avez des commentaires et des suggestions, faites-en nous part!

Informez-vous sur nos 3 plats du moment!
418-856-5636, poste 1
dansvotreassiette@kamaide.com

Les CFQ, des liens d'apprentissage tissés serrés

Le Cercle de fermières de Rivière-Ouelle



ROGER RICHARD
PRÉPARATEUR IMPOTS
COMPTABLE

107 Rg de l'Éventail
Rivière-Ouelle
418-856-4010
rrichard721@hotmail.com

Qu'est-ce qu'une municipalité amie des aînés?



Par Émie Vaillancourt

Une municipalité amie des aînés (MADA)¹, c'est une municipalité qui:

- Met un frein à l'âgisme
- Sait adapter ses politiques, ses services et ses structures
- Agit de façon globale et intégrée
- Favorise la participation des aînés
- S'appuie sur la concertation et la mobilisation de toute la communauté

Ce mois-ci, nous parlerons d'inclusion et d'intégration.

Par la démarche MADA, la municipalité agit de façon globale et intégrée, ce qui veut dire que la municipalité veut voir plus loin que les moulins et les catégories d'âge. Elle veut que tous ses citoyens (enfants, jeunes adultes, célibataires, couples, aînés...) aient droit à des services qui répondent à leurs besoins.

À titre d'exemple :

- C'est offrir des activités et des services qui s'adressent aussi à tous comme la bibliothèque ou la Course de la rivière Ouelle.
- C'est rendre accessibles (financièrement et physiquement) les services et les activités.
- C'est mettre en place des moyens pour rejoindre les personnes qui sont isolées.
- C'est aussi être ouvert le plus possible à toutes les réalités vécues sur le territoire de la municipalité (agriculture, industrie, tourisme, faible revenu, etc...).

Bref, une municipalité MADA doit s'assurer que tous (0-115 ans) ont accès aux services et aux activités qu'elle propose afin d'éviter autant que possible l'exclusion sociale. Un proverbe africain dit : « Tout seul, on va plus vite. Ensemble, on va plus loin. » Une municipalité MADA tend à mettre cela en pratique.

¹Selon le site internet du ministère de la Famille

Bénévoles recherchés !

Par Andrée-Anne Patry

Parce que s'impliquer dans sa communauté permet de :

- Ressentir un sentiment d'accomplissement ;
- Rencontrer de belles personnes ;
- Aider à améliorer la qualité de vie de ses pairs ;
- Acquérir de nouvelles compétences ;
- Nourrir son âme ;
- Et s'amuser!

Plusieurs comités sont actuellement à la recherche de nouveaux volontaires afin d'agrandir leur cercle d'activités; ne soyez pas timides, appelez-moi et je tenterai de vous référer au meilleur de mes connaissances vers une cause qui vous ressemble : 418 856-3829 poste 202



**TRANSPORT EN VRAC
ST-DENIS**

EXCAVATION
GÉNIE CIVIL
TRANSPORT DE GRAVIER

R.B.Q. : 81081382-28

CHAMPS D'ÉPURATION ACCRÉDITÉS

Ecoflo BIONEST
AVANCED ENVIRO||NSEPTIC
Préservez l'équilibre de la nature.

**CERTIFIÉ
· ISO ·**

Marco Garon,
président

Tél. : **418 498.2405**
Télé. : **418 498.2134**
Cell. : **418 868.5121**

info@transportenvracst-denis.com

74 A, route 132 Ouest, Saint-Denis (Québec) G0L 2R0
www.transportenvracst-denis.com

ASSEMBLÉE NATIONALE
QUÉBEC

Norbert Morin
Député Côte-du-Sud
418 492-7730
1 866 774-1893
nmorin-cds@assnat.qc.ca

Bernard
GÉNÉREUX
Député fédéral
Montmagny – L'Islet – Kamouraska – Rivière-du-Loup
bernard.genereux@parl.gc.ca

BERNARDGENEREUX.CA
1 855 881-9876

6, rue St-Jean-Baptiste est, bureau 101, MONTMAGNY (QC) G5V 1J7
277, rue Lafontaine, RIVIÈRE-DU-LOUP (QC) G5R 3A9
Pièce 217, Édifice Wellington, OTTAWA (ON) K1A 0A6

Course de la rivière

Texte par Anne

Révision par Maude Gamache-Bastille

Photos par Catherine Marier

La première édition de la Course de la rivière Ouelle fut une éclatante victoire. Votre participation a largement dépassé nos attentes et nous sommes heureux de vous annoncer que :

Le dimanche 2 juillet

aura lieu la 2^e édition de

la Course de la rivière Ouelle

Attachez vos chaussures... À vos marques... Prêts... Partez ! C'est mille et un pas plus loin que les organisateurs se retrouvent complices d'un événement qui émoustille le village entier. L'an passé, c'est 187 participants qui se sont entassés au point de départ. Serait-il prématuré de spéculer sur un objectif de 250 ou même 300 participants pour cette deuxième année ? L'humain a besoin d'illusions.

L'idée de départ est née de notre petite Riveloise aux grands souliers, Vanessa Michaud. Avec l'appui de la municipalité, son projet est devenu sans contredit une activité familiale d'envergure. Ainsi, nous déployons énergie et créativité afin de tout mettre en œuvre pour que cet événement de grande qualité puisse connaître un franc succès à travers le Bas-Saint-Laurent. Innovatrice et ambitieuse pour notre petit village, cette journée représente une richesse inestimable pour les jeunes et moins jeunes qui s'y impliquent : inculquer de saines habitudes de vie, ce n'est pas une mode; faire notre marque nous appartient individuellement.



Benedictus ! Cette année, l'arche de départ sera située devant l'église. Nous aurons une excellente vue d'ensemble tout en favorisant la sécurité des marcheurs et coureurs. Le parcours s'étire tout au long des méandres de la rivière. Votre dossard sera muni d'une puce électronique reliée au système de chronométrage qui s'activera dès votre passage sur le tapis de l'arche de départ.



*Course de la
rivière Ouelle*

Ajustez votre rythme, détendez-vous et respirez. Tout au long de votre parcours, des bénévoles veilleront à votre sécurité et au bon déroulement de votre trajet. Il y aura sur place des postes de ravitaillement en eau et une présence médicale à différents points stratégiques. La sécurité et le contrôle routier seront effectués par les pompiers. Tous les départs des courses seront précédés et suivis par des cyclistes qui ouvrent et ferment les groupes. La circulation sera interdite sur le circuit emprunté par les coureurs. Sous le contrôle du responsable de la course, des liaisons par radio et par téléphone cellulaire serviront à différents points d'observation.

*Être ensemble,
c'est une forte dose de motivation.*

On a tous des SUPER pouvoirs ! Au fil d'arrivée, quelle que soit notre catégorie, l'énergie est palpable; c'est un sentiment exaltant. Tous ceux qui franchiront la ligne d'arrivée, remporteront la médaille du vainqueur 2017. Monteront sur le podium les trois premiers vainqueurs de chaque épreuve. Les résultats informatisés seront disponibles dès la fin de votre parcours.

« L'important c'est de participer »

-Pierre de Coubertin

Si certains d'entre nous ont les souliers aux semelles usées, d'autres se sont laissé distraire par leur quotidien effréné. Notre corps est une machine extraordinaire. Sans en devenir une *junkie*, il est possible de retrouver la forme rapidement. Soyez créatifs ; marchez à grands pas dans l'eau du fleuve, sautez à la corde avec les enfants, faites des squats en vidant le lave-vaisselle. Si votre discours interne parasite vos pensées, laissez aller votre corps et aussi votre esprit. Flottez !

Ouelle : 2^e édition

Gardez une motivation constante en variant votre parcours, écoutez des musiques qui déchainent, ayez un partenaire à vos côtés, amenez le sang dans vos muscles. Recrutez un coach du tonnerre, c'est aussi une excellente motivation. Démarrez la journée du bon pied et donnez-vous des défis précis parce que toutes les excuses sont bonnes pour se défilier. Ne vous comparez pas, tentez juste d'être mieux que vous-même.

Tout savoir sur l'événement

La Course de la rivière Ouelle est un événement

Sanctionné par



Fédération québécoise
d'athlétisme

NIVEAU ARGENT

Date : le dimanche 2 juillet 2017

Parcours : 1 km (12 ans et moins)

3 km (marcheurs et coureurs)

5 km et 10 km (coureurs)

Circuit chronométré par la firme professionnelle SPORTSTATS

Chaque personne inscrite recevra un chandail et un dossard.

Médaille à chaque participant.

Collation énergisante servie après la course.

Vestiaire supervisé.

La ferme Gijamika sera sur place avec toute sa ménagerie !

Garderie disponible, Créanimation, et un repas festif.

(merci de réserver lors de votre inscription)

Si vous souhaitez être bénévole, communiquez avec nous !

Suivez-nous dans Le Rivière WEB,
via notre page Facebook ou sur le site de la municipalité.

Inscrivez-vous maintenant !

<https://inscriptionligne.ca/coursedelariviereouelle/>

ou

Vanessa : 418-371-7171

**On s'engage dans la communauté et
on amène votre marque sur le terrain !**



Rivière-Ouelle



Norbert Morin
Député Côte-du-Sud



La crème
rit



Par Roger Martin

Pendant que les chiens galopaient sur une piste bien durcie, nos pompiers clapotaient tant bien que mal à travers les glaces de la Pointe-aux-Orignaux. Cette fin de semaine de début de mars, on avait prévu à leur intention, une formation sur les interventions de sauvetage en mer; de même coup, on voulait capter des prises de vue pour concevoir du matériel de formation. Par conséquent, on m'a rapporté que 14 pompiers - dont une pompière - membres de la brigade de la Régie de Kamouraska-Ouest ont participé à cette expérience peu banale. J'ai compris à en juger par les commentaires recueillis que l'activité avait été appréciée même si les éléments s'étaient ligüés contre eux.

Les riverains, qu'ils soient de Rivière-Ouelle ou de Saint-Denis, sont à même d'observer la popularité grandissante des sports nautiques; cela a eu comme conséquence que les pompiers ont dû intervenir à quelques reprises pour porter secours à des personnes en détresse en pratiquant le kayak, la motomarine, la planche ou le kitesurf. Dans pareils cas, on fait appel au 911 et les pompiers sont appelés comme premiers répondants. Mais voilà, quand ils s'amènent sur place avec leur grande échelle, ils sont condamnés au rôle d'observateurs impuissants.

Conscients de la fréquence de pareils incidents, quelques membres de la célèbre famille Lachance originaire de l'Île-aux-Grues ont conçu une embarcation pour intervenir en mer notamment en eaux glacées. Comme ces gens possèdent une vaste expérience en navigation quatre-saisons sur le fleuve, ils ont mis au point une embarcation, UMA 17, maintenant homologuée par Transports Canada qui peut intervenir jusqu'à un kilomètre du rivage. Pour ce faire, les Lachance ont adapté une quille pour la glisse à partir du modèle des canots à glace qui ont fait la réputation des insulaires et ils ont utilisé un matériau composite pour les côtés. Cela donne une chaloupe d'une étonnante légèreté (300 lb - 135 kg incluant le moteur) de sorte que quatre personnes arrivent aisément, assez aisément disons, à la décaler à travers les glaces flottantes. Autre avantage, l'embarcation peut être basculée sur le côté sans risque de chavirer pour rescaper une personne à la dérive.

Vous vous doutez bien qu'il y a un peu de Réjean Théberge derrière cette initiative de la brigade des pompiers. En plus de collaborer à la mise à l'eau de la plate-forme dans le cadre du projet « Frasil » dont nous avons relaté les péripéties dans le numéro précédent, le Rivelois sans peur et on imagine sans reproche, a collaboré récemment avec l'équipe Lachance pour assurer la sécurité des équipages lors des courses de canots sur glace de Portneuf et du carnaval de Québec. Et c'est ainsi que ce nouveau retraité a pu bénéficier du matériel pour initier ses collègues de la brigade au sauvetage en mer, en y ajoutant même un coefficient de difficulté à travers les glaces dans la mouvance de la marée.

En conclusion, je permets de partager une petite émotion qui m'a enlevé quand je me suis amené sur le quai de la Pointe-aux-Orignaux ce 5 mars en fin d'avant-midi. Le panorama était grandiose au point que

mes mots ne suffiront jamais à vous faire mesurer son ampleur. Phénomène exceptionnel à cet endroit, aucun vent! Les montagnes de Charlevoix, je pouvais presque les toucher du bout des doigts pour y écrire mon nom sur la neige.... Tout à côté, la marée baissante charriait une imposante quantité de glaces qui, en rivalisant de vitesse, se broyaient dans un vacarme sourd. Le soleil était radieux. Tous les éléments étaient réunis pour que j'entonne l'Hymne à beauté du monde; je me suis retenu pour ne pas briser le charme du lieu et l'enthousiasme des pompiers. Mais personne ne va m'empêcher de vous dire que nous vivons dans un maudit beau pays! Heureusement que les chiens qui couraient, ne sauront jamais ce qu'ils ont manqué.



Chronique culinaire

Par Guyanne Pelletier
Traiteur La Fine Bouche



Trucs pour préparer des repas sains en un rien de temps

En adoptant quelques habitudes simples, il est beaucoup plus facile et agréable de manger sainement. Suivez ces quelques trucs pour **économiser du temps lors de la préparation et de la cuisson de vos repas :**

- Lorsque vous préparez vos repas, **coupez plus de fruits et de légumes** pour le lendemain;
- **Achetez des légumes précoupés** comme du brocoli, de la courge et des champignons;
- **Préparez le double de poulet ou de bœuf haché** et conservez les restes au réfrigérateur pour préparer une salade de poulet, des enchiladas, un chili ou une sauce à spaghetti le lendemain;
- **Demandez l'aide de vos enfants.**

En faisant participer vos enfants à la préparation des repas, vous leur permettrez de mieux savourer leur nourriture. Selon leur âge, les enfants peuvent laver et peler les légumes, déchiqueter la laitue, mettre les pommes de terre en purée, laver et couper des fruits, égoutter et rincer des légumineuses en conserve ou brasser un ragoût.

Pour obtenir d'autres conseils et pour des suggestions sur l'utilisation des restes de vos repas, consultez : <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/conseils-alimentation-saine/trucs-pour-preparer-repas-sains-rien-temps.html>

YOGA ADAPTÉ AUX AÎNÉS

Une activité organisée par la Table d'harmonisation

« Améliorer l'offre en loisirs aux aînés »

Jeannine Bastille, porte-parole

Arthémise : « Est-ce que ça t'intéresse de participer à des ateliers de **yoga sur chaise** à Rivière-Ouelle? »

Joachim : « Je ne connais pas ce yoga? »

Arthémise : « Je t'explique ce qu'est le yoga sur chaise. Ce sont des exercices qui se font sur une chaise, qui permettent d'acquérir plus d'assurance, plus d'équilibre et de souplesse tout en procurant le tonus nécessaire au maintien des activités quotidiennes. Ces exercices favorisent aussi un plus grand état de calme; ils permettent de profiter des bienfaits de cette discipline à ton rythme et en toute sécurité.

Joachim : « Suis-je trop vieux pour ces exercices? Je ne me vois pas faire la chandelle à mon âge! Je ne suis pas assez souple pour ça. »

Arthémise : « Bien non, parce que la formatrice adapte les activités en fonction des capacités physiques des participants et participantes. »

Joachim : « Ces cours coûtent combien, ils seraient à quelle fréquence et débuteraient quand? »

Arthémise : « C'est un maximum de 4\$ par cours par semaine pour une période de 8 semaines qui débuteraient le 2 mai pour se terminer le 20 juin 2017 (tous les mardis de 13 h 30 à 14 h 30). Les cours seraient offerts par madame Nathalie Soucy, infirmière et professeure de yoga adapté aux aînés chez YOGAlie. Es-tu intéressé? »

Joachim : « Oui, ça m'intéresse. »

Arthémise : « Appelle à 418 856-5939 et si pas de réponse, laisse un message. Nous communiquerons avec toi le plus tôt possible. »

Joachim : « J'ai jusqu'à quand pour m'inscrire? »

Arthémise : « Tu as jusqu'au 21 avril 2017 pour signifier ton intérêt. Parles-en à tes ami(e)s!



*Ouverture d'un bureau à La Pocatière
pour nous rapprocher de notre clientèle
de la MRC de Kamouraska !*

Consultez nos chroniques sur notre site web
avocats-montmagny.com

LEMIEUX PARENT THÉBERGE
AVOCATS S.N.

TÉL.: 418 371-3114

708, 4^e AVENUE, BUREAU 104, LA POCATIÈRE



Me Lemieux

Me T. Blais

Me Boilard

Me Bouffard

Me Paradis

Me Labrie

Me Théberge

Nous avons ce qu'il vous faut, une équipe !

Par François Chalifour

Assemblée générale annuelle de la bibliothèque municipale

L'AGA de la bibliothèque aura lieu le mardi 25 avril prochain, dès 19h30, à l'ancienne salle du conseil de la municipalité. Entre autres sujets: rapport financier et rapport des activités; 3 postes seront en élection et nous ferons le point sur le dossier de la relocalisation de la bibliothèque; etc. Des prix de présence seront tirés et un léger goûter sera servi. Nous vous attendons en grand nombre.

MesAieux.com, un nouveau service pour les abonnés de la bibliothèque

MesAieux.com est un site québécois de généalogie qui fournit à ses membres de nombreux services de recherches généalogiques. Si vous êtes abonné à la bibliothèque municipale, ce service est tout à fait gratuit. Le site propose aux utilisateurs une base de données unique regroupant des données généalogiques provenant de toutes les paroisses du Québec depuis leur fondation et cela, jusqu'au 20e siècle. Cette base couvre également l'Ontario, le Manitoba, le Nouveau-Brunswick, l'Alberta et la Nouvelle-Écosse. Les données proviennent de sources fiables. Le site offre une totale autonomie dans la recherche et la réalisation de votre arbre généalogique et il est possible de demander l'aide d'un expert grâce à une assistance téléphonique sans frais. **Comment profiter de ce service** : rendez-vous sur le site du Réseau BIBLIO-BSL, reseaubibliobsl.qc.ca. Sur la page d'accueil du site, cliquez sur l'icône **MesAieux** au milieu de la page; vous serez redirigé sur la page de MesAieux où vous cliquez à nouveau sur le logo de **MesAieux**. Par la suite, vous devrez fournir votre numéro de carte d'abonné (numéro à 14 chiffres sous le code barre) ainsi que votre NIP (les 4 derniers chiffres du numéro de carte d'abonné) et voilà, vous pouvez commencer votre recherche sur le site officiel de **MesAieux**.

BiblioAidants, une ressource en ligne pour les proches aidants

Mis en place il y a un peu moins d'un an par le Réseau des bibliothèques publiques du Québec, ce service se veut une ressource accessible en ligne pour tous ceux et celles qui apportent un soutien à une personne de leur entourage. Sur le site www.biblioaidant.ca, on retrouvera une quinzaine de cahiers thématiques traitant des sujets suivants: Aînés et vieillissement, Cancer, Déficience intellectuelle, Deuil, Diabète, Incapacités physiques, Alzheimer et Parkinson, Maladies cardiaques et AVC, Maladies pulmonaires, Proches aidants, Santé mentale, Sclérose en plaques, Soins palliatifs et Trouble du spectre de l'autisme. Chaque cahier contient une liste impressionnante d'organismes auxquels se référer, une sélection de sites Web et de très nombreuses sélections variées de lectures et de films sur le sujet choisi. Vous pouvez télécharger chacun de ces cahiers thématiques. Au Québec, on estime que plus d'un million d'adultes sont proches aidants et BiblioAidants vient répondre à leurs besoins d'information sur ces sujets.

Collection Info-Express no 4 en bibliothèque du 6 mars au 23 août

Une des nombreuses collections de volumes Info-Express est présentement en exposition à notre bibliothèque et les thèmes

abordés dans cette mouture no 4 sont les suivants : santé au naturel, finances personnelles, propositions de voyage, développer le goût de la lecture chez les enfants, règlement de conflit en milieux de travail, social et familial, la violence et l'intimidation à l'école. Ces volumes sont disponibles pour le prêt.

Suggestions de lectures

(CL) collection locale, (DS) demande spéciale, tous ces volumes sont disponibles à la bibliothèque.

L'Amie prodigieuse de Elena Ferrante, 2011, 430 pages, (CL) Ce volume est le premier d'une saga qui se passe dans l'Italie du boom économique des années 50. Elena et Lila vivent dans un quartier pauvre de Naples et les chemins des deux amies se croisent et s'éloignent au fil des années. Au travers des vies tumultueuses d'Elena et de Sila, Ferrante produit ici une reconstitution d'un monde, Naples et l'Italie, et d'une époque, des années 50 à nos jours, donnant naissance à une saga romanesque au souffle unique. Cette saga en 4 volumes se poursuit dans le tome 2, **Le nouveau nom**, et on attend la traduction en français des deux suivants.

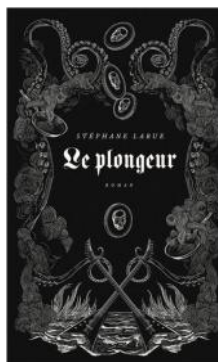
Elena Ferrante
L'amie prodigieuse



Chanson douce de Leïla Slimani, 2016, 227 pages, (DS) Dès les premières pages, le dénouement de l'histoire nous est révélé: deux enfants sont tués dans la quiétude de leur appartement. Drame familial? Qui est cette nounou, Louise, qui, femme mystérieuse et dévouée, assure la garde des enfants de Myriam et Paul? Comment est-on arrivé à cette fin tragique? Le style sec et tranchant de Leïla Slimani instaure du début à la fin un suspense envoûtant.



Le Plongeur de Stéphane Larue, 2016, 569 pages, (DS) Jeune homme à la dérive, joueur compulsif et artiste en train d'engouffrer son talent dans le trou noir de son existence, le narrateur découvre les coulisses d'un restaurant, le jour où il fait ses débuts comme plongeur. Si l'univers du premier roman de Stéphane Larue peut sembler banal de prime abord, quelques pages suffisent pour y découvrir un monde fascinant où sévissent les excès de drogues, d'alcool, d'odeurs nauséabondes et d'adrénaline, où le lecteur se surprend à s'en faire autant pour le sort du personnage principal que pour sa capacité à s'acquitter de ses corvées à temps! Cadre de l'histoire, Montréal, début de l'hiver 2002.



Suite à la page suivante

La Marque et le Vide de Paul Murray, 2015, 564 pages, (CL) Claude passe ses journées à étudier les fluctuations des cours et des taux, ne sort qu'en compagnie de ses collègues et s'autorise une seule fantaisie : desserrer sa cravate le vendredi. Aussi, quand un écrivain prénommé Paul le contacte, entrevoit-il enfin l'excitation qui viendra briser sa routine. Longtemps en panne d'inspiration, Paul a pour projet d'écrire un livre sur la vie d'un monsieur Tout le monde et Claude est le sujet idéal. Enfin une perspective intéressante ! Devenir un héros de roman ! Le début de la gloire ! Ou le début des ennuis... Une satire hilarante et acérée du monde de la finance.

La Mort nomade de Ian Manook, 2016, 429 pages, (DS) Usé par des années de lutte stérile contre le crime, l'incorruptible commissaire Yeruldelgger a quitté la police d'Oulan-Bator. Plantant sa yourte dans les immensités du désert de Gobi, il a décidé de renouer avec les traditions de ses ancêtres. Mais sa retraite sera de courte durée. Deux étranges cavalières vont le plonger bien malgré lui dans une aventure sanglante qui les dépasse tous. Eventrée par les pelleteuses des multinationales, spoliée par les affairistes, ruinée par la corruption, la Mongolie des nomades et des chamanes semble avoir vendu son âme au diable ! Des steppes arides au cœur de Manhattan, du Canada à l'Australie, Manook fait souffler sur le polar un vent plus noir et plus sauvage que jamais.



Un peu de bénévolat à la bibliothèque ... ça vous tente?

Dans un comité comme le nôtre, les bénévoles jouent un rôle essentiel en donnant un service direct à la population. Si vous avez un peu de temps libre, vous pourriez venir en donner à la bibliothèque et y passer un agréable moment. En fait, la majorité de nos bénévoles donne environ une heure de disponibilité par mois à la bibliothèque pour y faire le prêt de volumes auprès de nos abonnés. Évidemment, nous vous montrerons comment exécuter les différentes tâches du service... ça vous tente? Vous n'avez qu'à me rejoindre, François Chalifour, 418 856 5493 Merci!

HORAIRE D'OUVERTURE :

LUNDI et MERCREDI de 19h00 à 20h00 (sauf les jours fériés)

INFO : François Chalifour 418 856 5493

176, chemin de la Pointe, C.P. 177
Rivière-Ouelle (Québec) G0L 2C0

www.campingriviereouelle.com

Tél : (418) 856-1484
Sans frais : 1-888-856-1484
Fax : (418) 856-3552

Venez vivre avec nous les plaisirs de l'été.

La fine bouche

Pensez à réserver dès maintenant pour Pâques!

**Buffet,
Pain au fromage,
Gâteaux,
Etc.**

Traiteur La fine bouche

En plein cœur du charmant village de Rivière-Ouelle, le Service de Traiteur La Fine Bouche vous offre de bons petits plats pour toutes vos occasions.

Disponible en tout temps:

- Pâté à la viande
- Pâté au poulet
- Pâté mexicain
- Pâté au saumon
- Pâté aux fruits de mer
- Cipâte
- Lasagne
- Desserts maison

150, route 132
RIVIERE-OUELLE

418 856-4299

Visitez notre site Internet
traiteurlafinebouche.ca

Suivez nous sur Facebook

CAFÉ - RENCONTRE
de l'après-midi

La Table d'harmonisation de Rivière-Ouelle vous invite au Café-rencontre de l'après-midi qui aura lieu le mercredi 5 avril 2017 à 14 h à la sacristie de l'église. Ces cafés-rencontres sont offerts chaque premier mercredi du mois. Le dernier café-rencontre pour ce printemps aura lieu en mai 2017 et ils reprendront en septembre 2017. Le sujet qui y sera abordé, vous sera communiqué au mois d'avril par le biais de notre journal local.

Soyez tous et toutes les bienvenus!

Rendez-vous au **103, rue de l'Église**, (sacristie entrée côté nord de l'église).

Mercredi 5 avril 2017 à 14 h

L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET SES BIENFAITS

Que connaissez-vous des bienfaits de l'activité physique? Saviez-vous que l'exercice a beaucoup d'effets positifs sur certaines maladies chroniques comme le diabète, les problèmes cardiaques et les problèmes respiratoires?

Notre conférencière, Annik Ouellet, kinésiologue DESS en exercices thérapeutiques, du CISSS Secteur Kamouraska, présentera ces activités et leurs bienfaits.

*Café et collation offerts par la Table d'harmonisation
Contribution volontaire*

Le rêve américain en déménagement ...

Par Roger Martin

Je suis tombé sur un article paru dans McLean qui parle d'un pays où tout est possible, où on peut réussir dans la vie, surtout où il fait bon vivre. Or, il semble que ces éléments qui constituaient l'essence du rêve américain, sont maintenant davantage accessibles au Canada.

L'espérance de vie par exemple y est supérieure de 2,5 années comparativement aux États-Unis; les Canadiens ont six fois moins de chances d'être incarcérés au cours de leur vie; enfin, le Canada se classe au sixième rang des pays où les gens se considèrent les plus heureux au monde alors que notre voisin occupe le treizième rang. Ajoutez à cela que le Canada enregistre des performances supérieures au chapitre du taux de diplomation (59% contre 46%), un meilleur taux d'emploi (72% contre 68%) et un taux d'accession à la propriété de 68% comparé à 63%. Bien des réfugiés l'ont compris et les images ont fait le tour du monde : ils n'hésitent pas à franchir la frontière, notamment à Lacolle et à Emerson, car ils estiment leurs chances meilleures de trouver asile ici et un avenir plus prometteur. Et dire que bien des Canadiens ont rigolé quand l'ancien premier ministre Chrétien a prétendu avec vigueur que nous vivions dans « le plus meilleur pays du monde ».

Tiré 10 choses à savoir le mercredi, Infolettre Les Affaires du 1 mars 2017.

Roberto

Excavation Ouellet




R.B.Q. 8345-1716-18

- Résidentiel
- Commercial
- Agricole

L'assurance d'un travail bien fait où que vous soyez!

418.856.6764
Cell. : 418.894.0262
141, anse des Mercier
Rivière-Ouelle

- Fosses septiques
- Champs d'épuration
- Pose et réparation de drain français
- Réparation de fondation
- Excavation & terrassement

 NOUVEAUTÉS 2017 DANS LES ÉCOCENTRES		Ouverture : semaine du 18 au 22 avril
 Matériaux secs Maintenant acceptés GRATUITEMENT	 Déchets Maintenant acceptés AVEC DES FRAIS	ATTENTION MATIÈRES REFUSÉES AUX ÉCOCENTRES : <ul style="list-style-type: none"> • Les ordures domestiques (utilisez votre bac de déchets) • terre contaminée, souche d'arbres, • produits contenant amiante, produits d'usage industriel ou commercial, • déchets biomédicaux pathologiques et radioactifs, etc. • résidus contenant des BPC • produits explosifs et armes • plantes exotiques envahissantes (berce du Caucase, roseau commun, herbe à poux, etc.)
<ul style="list-style-type: none"> • Bardeau d'asphalte (sans le papier goudronné) • Gypse (gyproc) • Miroir (sans cadrage) • Vitre (sans cadrage) • Verre trempé • Mélamine • Céramique • Clapboard de masonite • Toilette et lavabo en porcelaine, etc. 		
<ul style="list-style-type: none"> • Papier goudronné • Laine minérale • Toile de piscine • Caoutchouc • Plastique rigide • Revêtement de vinyle • Prélart • PVC • Fibre de verre • Clapboard de vinyle 		
Des frais s'appliquent pour tous les déchets : <ul style="list-style-type: none"> • Volume équivalant à une remorque standard de 4'x8'x1,5' = 25 \$, si plus petit ou plus grand, les frais s'ajustent en conséquence. • Les encombrants comme les matelas, sommiers, futons, mobilier non réutilisable sont facturés à la pièce, par exemple : 1 lit simple 5 \$, sofa de plus de 3 places 15 \$. Les frais seront affichés aux écocentres. 		



Graphisme / infographie / édition

Impression **grand format**

Création et gestion de site internet

Impression à **données variables**

Impression offset, commerciale et numérique

Campagne de **médias-croisés**

Gestion d'inventaire

Gravure / découpe au **laser**



Impression **Soleil**

1 888 404 4060

www.lesimpressionssoleil.com

Ecoflo®

Installation septique

20
ans
AVEC VOUS

- ✓ Milieu filtrant 100 % naturel
- ✓ Sans énergie pour le traitement
- ✓ La solution la plus vendue au Québec

L'EAU C'EST LA VIE. CONTRIBUONS À LA PRÉSERVER!



L'installation d'un système septique
Ecoflo® fait partie des travaux admissibles
à un crédit d'impôt de **20%**

PREMIER TECH
AQUA

CONTACTEZ
STÉPHANE LUSSIER

☎ **418 951-2554**
BIOFILTREECOFLO.COM

SUIVEZ-NOUS!



AGENDA

Avril 2017

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
						1 
2	3 	4  Conseil municipal	5 CAFÉ-RENCONTRE	6	7	8 BINGO
9 Dimanche des rameaux	10 	11 Le Rivière Tombée 	12	13	14	15 BINGO
16 	17 	18 	19	20	21 AGA 50 ans + (Âge d'or)	22  Jour de la Terre+ BINGO
23	24 	25 AGA Biblio Le Rivière Distribution 	26	27 AGA comité d'embellissement	28	29 BINGO
30						



COOPÉRER AU DÉVELOPPEMENT DES COMMUNAUTÉS

PARCE QUE DANS CHAQUE COMMUNAUTÉ
IL Y A DES RÊVES, DES PROJETS ET DES
GENS POUR LES RÉALISER.

Téléphone : 418 856-2340
Sans frais : 1 866 856-2340
Télécopieur : 418 856-9778
www.desjardins.kamouraska.com

 **Desjardins**
Caisse de l'Anse
de La Pocatière

Coopérer pour créer l'avenir