

# Le Rivière

Volume 15 - Numéro 5 - Mai 2016

Journal communautaire destiné  
à la population de Rivière-Ouelle

**Prochaine date de tombée :**

10 mai 2016

**Prochaine distribution :**

24 mai 2016

*Être en forme,  
c'est la vie!*



## Sommaire

MAI-moire.....	2
Une réflexion s'amorce.....	3
À la recherche de bénévoles.....	3
Chronique de loisir intermunicipal.....	4
Camp de jour de l'été 2016.....	4
Café-rencontre.....	5
Défi Santé 5/30.....	5
Il est toujours permis de rêver.....	6
Nous recherchons.....	7
À vendre.....	7
La Course de la rivière Ouelle.....	8
Défi Vélo André-Côté.....	10
Mon grand-père disait.....	11
Un aller-retour à Hautot-Saint-Sulpice.....	11
Le tourisme généalogique.....	12
L'autisme, cet inconnu.....	13
Avis de recherche.....	13
Agenda.....	16

## *Course de la rivière Ouelle*

3 juillet 2016

1km - 3km - 5km - 10km

**Les inscriptions sont ouvertes !**

[www.inscriptionenligne.ca/coursedelariviereouelle](http://www.inscriptionenligne.ca/coursedelariviereouelle)

Vanessa : 418 371-7171

Détails: p. 8 & 9

*Bonne lecture!*



*Rivière-Ouelle*

**Bureau municipal**  
106, rue de l'Église  
Rivière-Ouelle (Québec)  
G0L 2C0

Télé.: 418 856-3829  
Télec.: 418 856-1790  
Courriel: [info@riviereouelle.ca](mailto:info@riviereouelle.ca)

**Heure d'ouverture**  
Lundi au vendredi  
de 8h30 à 12h  
et de 13h à 16h30

Par Roger Martin

Dans le numéro d'avril, je vous parlais du décès de M. Thomas en novembre 1994, un ex-collègue de travail au temps de la coopérative La Riveraine ; or, son décès est en réalité survenu en novembre 2014.... un décalage de 20 ans dans ma mémoire. Mince consolation, quelques lecteurs ont vite compris que je m'étais fourvoyé et l'ont signalé tout en faisant preuve d'indulgence. Une fois de plus, l'équipe du Rivière Web a eu la preuve que bien des gens nous lisent et qu'aucun détail ne leur échappe.... Voilà qui exige une vigilance de tous les instants! Merci de votre compréhension mais il ne faudrait pas que ce genre de méprise se reproduise trop souvent car j'y verrais un indice de la progression de ma maladie....

Comme si cela ne suffisait pas, j'ai en plus raté la séance ordinaire du conseil municipal d'avril, un oubli involontaire. J'espère que monsieur le maire et les membres du conseil ne m'en tiendront pas rigueur. J'ai noté la prochaine prévue le 3 mai; reste juste à ne pas oublier....

À RETENIR.... pour ne pas faire comme Roger!....

Le Club des ados annonce la tenue d'un souper de poulet BBQ le dimanche 5 juin. Les détails vous seront communiqués dans le Rivière Web de juin qui sera distribué le 24 mai. Notez dès maintenant cette date à votre agenda.

N'avez-vous pas remarqué autre chose dans le dernier numéro? Des commentaires nous sont parvenus à l'effet qu'il s'agissait d'un magnifique spécimen.... Pour un, l'ami Léo-P. s'est pointé chez nous. Ses premiers mots ont été pour me dire qu'il s'agissait du plus beau numéro jamais paru....! Cela lui faisait une belle entrée en matière pour m'offrir par la suite ses produits de l'éralbe; gênant de l'éconduire sans acheter quelque chose. Pour ma part, j'ai remarqué l'approche personnalisée.... et j'ai trouvé la stratégie habile. Tout cela pour vous dire en finale que le Rivière Web d'avril avait l'avantage de présenter de nombreuses photos prises dans le cadre de la course de chiens, et ces bêtes toutes en muscles exercent inévitablement une véritable fascination. En même temps, l'auriez-vous noté, c'était le premier numéro publié chez Impression Soleil. L'entreprise qui assumera la relève, semble avoir passé le test. Bravo!... reste à continuer.

La nouvelle vous a peut-être échappé, sinon pardonnez si je radote. Une Riveloise a mérité une distinction lors de la finale régionale d'Expo-Sciences tenue à Mont-Joli. Le projet « La santé, je ne m'en fish pas » présenté par Jade Lizotte avec sa coéquipière Justine Bécharde de Sainte-Anne-de-la-Pocatière a été classé au quatrième (4e) rang par les juges parmi les neuf (9) projets sélectionnés sur trente-sept (37) présentés à cette étape. On leur a remis le prix d'une valeur de 250\$ du cégep de Rimouski, une médaille de bronze (valeur de 50\$) dans la catégorie senior et une bourse de 250\$ de l'Ordre des chimistes du Québec. Les projets retenus et leurs promoteurs seront donc de la finale québécoise d'Expo-Sciences Hydro-Québec qui aura lieu du 22 au 24 avril à Sorel-Tracy. Bonne chance.... et chapeau pour la performance à l'échelon régional.

Grande première cette année à Rivière-Ouelle : il n'y aura pas que les chiens qui viennent y courir.... Prévues le 3 juillet, la course de la rivière Ouelle constitue une belle initiative pour faire la promotion de l'activité physique et des saines habitudes de vie. Je salue l'audace de l'instigatrice de ce projet, Vanessa Michaud, qui a su associer de nombreuses personnes et des organismes locaux à son projet. À une autre époque, je me suis adonné pendant quelques années à la course à pied; avec le temps, et les années surtout, mes articulations des genoux et des hanches se sont mises à grincer de sorte que j'ai dû me rabattre sur le vélo. Sauf que là, comme il s'agit d'une activité locale qui correspond à mes valeurs, je n'ai pas tellement le choix de faire un petit bout de course symbolique à tout le moins. Surtout par solidarité pour cette organisation et pour la cause dont elle fait la promotion.

J'aurais eu une belle excuse étant donné que la course de la rivière Ouelle se tiendra le lendemain du défi vélo André-Côté de 130 km. J'ai déjà vécu pire;

jugez par vous-mêmes. À la demande expresse de l'ami Christian Gagnon, j'avais accepté de revêtir de nouveau mon costume pour personnifier Joson Ouellet le 29 juin 2015 à l'occasion du 30e anniversaire du Camping Rivière-Ouelle. Catastrophe quand j'ai constaté que le défi-vélo se tenait ce même jour! J'ai malgré tout décidé d'assumer les conséquences de mon erreur.

De retour à la maison après avoir parcouru les 130 km du défi, je me suis reposé en avalant quelques bières, pour contrer la déshydratation il va sans dire, et un souper léger avant de me transformer en Joson. Quand je suis arrivé à la Pointe, il faisait un temps splendide avec le soleil couchant et une pleine mer d'huile en arrière-plan. Devant moi, une foule de tous âges se pressait le long de la route; petit trac il va sans dire mais quand Joson a pris la parole, la magie a fait son œuvre. Sans doute ne suis-je pas assez impartial mais ce fut à mon avis la plus mémorable performance à vie de Joson. Toute la lassitude de la journée était oubliée; les idées et les mots coulaient comme de source. Je sentais l'assistance sous le charme de mes histoires assaisonnées d'un soupçon d'exagération pour rappeler le curé Francheville, René Hoûllet, la Jongleuse, les feux follets sur la grève ou la belle Marguerite partie danser à La Malbaie après s'être enduit le corps d'une mystérieuse pommade.

Que les organisateurs de la course de la rivière Ouelle se rassurent... Roger n'utilisera aucune substance interdite ce jour-là. Si vous n'osez pas prendre le départ, soyez au moins le long du parcours ou à l'arrivée pour encourager ceux et celles qui vont relever le défi de cette première.



### Le Rivière Web - Comité du journal

Louis Hudon	Disponible via le site internet de la Municipalité <a href="http://www.riviereouelle.ca">www.riviereouelle.ca</a>
Catherine Marier	
Roger Martin	
Pascale Pelletier	
Roger Richard	
<b>Correction</b>	Envoi de textes, questions, commentaires et suggestion par courriel à: <a href="mailto:leriviereweb@hotmail.com">leriviereweb@hotmail.com</a>
Roger Martin	
<b>Recherche</b>	Municipalité de Rivière-Ouelle 106, rue de l'Église Rivière-Ouelle (Qc) G0L 2C0 418 856-3829
Louis Hudon	
<b>Mise en page</b>	
Pascale Pelletier	

*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.*

## Une réflexion s'amorce...

### Par les marguilliers de la chapelle

Depuis près d'un an, la cloche de notre magnifique chapelle sonne moins durant les fins de semaine. Les difficultés d'y tenir des offices religieux combinées à la nécessité de générer des revenus pour un équilibre budgétaire amènent les marguilliers de la chapelle à réfléchir à une autre utilisation ou vocation de ce bâtiment patrimonial de la Pointe-aux-Orignaux.

Ainsi à la fin de mai, une rencontre d'idéation aura lieu dans le but de recueillir le plus d'idées possible sur l'utilisation future de ce joyau. Nous sommes à constituer un groupe d'une vingtaine de personnes qui seront appelées à puiser dans leur imaginaire afin de faire émerger plusieurs idées potentielles.

Cette mise en commun nous permettra dans une autre étape de mieux cerner et d'identifier un projet concret qui pourra être réalisé à partir de 2017. Pour les marguilliers, l'année 2016 se veut un temps d'arrêt et de transition pour réfléchir à une nouvelle vocation de notre chapelle. Souhaitons qu'au terme de cet exercice émerge un projet concret qui nous permettra de conserver et de préserver la chapelle pour notre communauté.

Afin de faciliter cette transition, nous souhaitons également consulter la population durant la période estivale; le mois d'août serait tout désigné. Nous vous lancerons une invitation au moment venu.

Les marguilliers de la chapelle sont Alain Bourassa, président, Jacques Morissette, trésorier, Michelle Petit, Rita Leblanc-D'Anjou, Clorinde Lizotte, Jean Grenier et Yvon Paquet.



*Transport en vrac St-Denis possède une solide expérience en travaux de tous genres*

Installation de champs d'épuration



Produits également offerts  
Sable Gravier Concassé Empierrement

Certifié ISO 9001: 2008

Propriétaire : Marco Garon  
CELL. 418.868.5121  
74A, route 132 ouest, St-Denis (QC) G0L 2R0  
transportenvrac@sympatico.ca

Pour tous vos travaux d'excavation  
RS 418.498.2405  
RX 418.498.2134

www.transportenvracst-denis.com

## À la recherche de bénévoles...

### Par le Comité des riverains

Le Comité des riverains du quai de Rivière-Ouelle est en place depuis 2009.

Au fil des années, plusieurs personnes se sont succédé au sein du Comité afin de mettre en place une belle variété d'activités dans le but de fraterniser et d'apprendre à mieux nous connaître.

Avec la belle saison qui arrive, les membres ont besoin de personnes ayant le goût de prendre la relève. Si vous souhaitez vous impliquer et ainsi assurer la pérennité du Comité des riverains du quai de Rivière-Ouelle, n'hésitez pas à communiquer avec l'un des membres afin de lui faire part de votre intérêt.

Le Comité des riverains du quai de Rivière-Ouelle est composé d'Alain Bourassa, président, de Jean Grenier, de Cindy Ferland, de Michelle Petit, de Lise Émond et de Marie Gagnon.



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



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.*



## Chronique de loisir intermunicipal

Par Pierre-Émile Minville

Bonjour,

Je suis Pierre-Émile Minville, votre nouveau coordonnateur de loisir intermunicipal pour Mont-Carmel, Saint-Pacôme et Rivière-Ouelle. Je suis natif de Grande-Vallée en Gaspésie, un petit village de 1200 habitants situé au nord de celle-ci. Bientôt, je serai diplômé en Techniques d'intervention en loisir au cégep de Rivière-du-Loup. Je suis très reconnaissant de la chance que vous m'offrez pour diversifier, structurer et dynamiser vos municipalités. J'ai reçu des formations en relation d'aide et en animation également. De plus, je suis cadre pour le programme DAFA (Diplôme d'aptitudes aux fonctions d'animateur). Cette année dans le cadre de mon stage final de formation, j'ai organisé la semaine de relâche ainsi que la soirée de Reconnaissance des bénévoles qui aura lieu le 23 avril prochain à Saint-Arsène. Je suis impatient de commencer mes nouvelles fonctions. C'est un beau défi qui se dresse devant moi. Je suis enthousiaste à l'idée de travailler dans le milieu municipal. J'ai également hâte d'apprendre à vous connaître.

Au plaisir!



## Camp de jour de l'été 2016

Par Camille Boulanger, coordonnatrice

Eh oui! L'été s'en vient à grands pas! Cela signifie que ce sera l'occasion pour vos enfants de venir passer un été trippant au camp de jour. Des heures de plaisir et des dizaines d'activités amusantes les attendent. Le camp de jour se déroulera sur une période de 7 semaines, soit du 27 juin au 12 août 2016, du lundi au vendredi, de 9h00 à 16h00.

Une équipe dynamique qui a à cœur le bonheur et la sécurité des enfants, sera présente pour l'animation tout au long de la période estivale sous la supervision de la coordonnatrice Camille Boulanger.

Les frais d'inscription pour l'année 2016 sont de 150\$ pour le premier enfant et de 130\$ pour le second ainsi que pour les enfants additionnels. La date limite pour inscrire votre (vos) enfant(s) et faire le premier paiement (50% du total des frais d'inscription) est le 13 mai 2016.

Cette année encore, un service de garde sera offert. Les heures seront de 8h à 9h le matin et de 16h à 17h en fin de journée. Le coût est de 116\$ par enfant pour les 7 semaines du camp de jour. La date limite pour inscrire votre ou vos enfants au service de garde est le 13 mai 2016. Le paiement de ce service devra être fait pour le 27 juin 2016.

Merci pour votre collaboration et au plaisir de vous revoir ainsi que vos enfants.



Rivière-Ouelle

# La crème rit

Ouvert  
7 jours sur 7

220, route 132  
Rivière-Ouelle



# CAFÉ-RENCONTRE

de l'après-midi



La Table d'harmonisation de Rivière-Ouelle vous invite à son sixième Café-rencontre de l'après-midi. Ces conférences sont offertes tous les premiers mercredis du mois à l'exception de juin, juillet, août, décembre 2016 et de janvier 2017.

Rendez-vous au **102, rue de l'Église**, (salle communautaire située au sous-sol de l'église, entrée côté Nord).

## Présence de la sexualité à un certain âge

Les objectifs de cet atelier sont de prendre conscience des changements et de certains deuils qu'on a faits ou dû faire et de mieux se situer par rapport à la sexualité. Nous allons constater qu'à un certain âge la sexualité n'est pas absente, mais différente.

**Mercredi 4 mai 2016 à 14 h**

Animatrice: Madame Judith Dionne, du Centre-Femmes La passerelle du Kamouraska.

Veuillez prendre en note que nous ferons relâche durant la période estivale et que nous serons de retour en septembre avec différents sujets aussi intéressants. Si vous avez des sujets que vous aimeriez aborder avec un professionnel n'hésitez pas à nous en parler et nous verrons à trouver une personne ressource.

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



**Défi Santé-**  
**5/30**

Pour cette occasion, le Comité des loisirs de Rivière-Ouelle vous attendra, **le samedi 7 mai à la salle du Tricentenaire**, avec différents défis à relever et ce, pour des personnes de tout âge.

Le déroulement de cette activité sera acheminé, à votre domicile, très prochainement.

Au plaisir de vous y rencontrer en grand nombre!

## La fine bouche

C'est plus qu'un **traiteur...**

C'est des **repas individuels**

C'est aussi :

Buffets pour toutes les occasions;

5 à 7, *brunch*, repas en famille, mariage, etc.

Visitez notre site Web  
[traiteurlafinebouche.ca](http://traiteurlafinebouche.ca)



**Ouverture de  
la terrasse  
bientôt !**

Guyane Pelletier : 418 856.4299

Nicole Briand : 418 856.3002

150, route 132

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

Facebook : Service de Traiteur La fine bouche

## Il est toujours permis de rêver...

Par Lynda Boutin du Centre animalier Amizoo enr.

Toiletteuse diplômée

Spécialiste en comportement animalier

«Amie et passionnée des animaux avant tout!»

Avec les lots de plus en plus gros de Loto-Québec, soit 50 voire 60 millions de dollars, on peut toujours rêver.... Pourtant, beaucoup de gens me disent que c'est trop d'argent pour une seule personne. Ça dépend.... Si le rêve de certains est d'arrêter de travailler ou encore de voyager, de changer de voiture ou de maison, le mien est bien différent et surtout très dispendieux à réaliser.

Mon rêve personnel ultime est de créer un méga centre animalier.... avec une pension (5 étoiles) sans cage pour chiens, chats et autres petits animaux de compagnie afin que les gens puissent partir en vacances en toute tranquillité. Aussi un immense refuge pour accueillir le plus grand nombre d'animaux abandonnés et pouvoir ainsi leur offrir un nouveau foyer d'adoption ; notre population aurait enfin un endroit dans la région pour adopter un nouveau compagnon ou encore pour donner une seconde chance au compagnon qu'on ne peut malheureusement plus garder pour différentes raisons. Tout à côté, serait érigé un immense parc à chiens pour qu'ils puissent enfin courir et s'amuser avec leurs congénères en toute sécurité ainsi qu'une superbe piscine pour que les chiens puissent se baigner avec leurs maîtres sans danger.

J'imagine aussi dans ce vaste complexe un salon de toilettage avec des toiletteurs compétents ainsi qu'une section « bain libre » où les gens pourraient venir y toiletter eux-mêmes leurs chiens. Des cours de toilettage et d'éducation y seraient également offerts. On retrouverait tout à côté une vaste boutique de vente de nourriture, de jouets et d'articles divers pour les animaux, uniquement des produits de qualité fabriqués au Québec.

J'érigerais aussi un « café canin », comme dans les grandes villes, où on pourrait siroter un café et grignoter un brin en compagnie de nos chiens qui aurait même une salle de jeux supervisée juste pour eux ! Tout à côté, un « café chat » pour les amoureux des chats où de gentils félins vous tiendront compagnie le temps d'un café pendant que les visiteurs pourront observer en direct les chats destinés à l'adoption. Je prévois une section bibliothèque pour lire ou emprunter livres, revues ou DVD sur les animaux. À proximité, il y aurait une clinique vétérinaire d'urgence avec des vétérinaires compétents qui pourraient se déplacer à domicile également. Je prévois une ambulance pour animaux en cas d'accidents graves ou de problèmes de transport avec des ambulanciers spécialisés pour les animaux !

Les animaux errants seraient récupérés et pris en charge par du personnel spécialisé. Ainsi, les gens ne seraient plus aux prises avec des familles de chatons à moitié sauvages sous leur balcon ; ces malheureux animaux auraient une seconde chance de la vie !

Je formerais une brigade d'entraîneurs canins jumelés à des chiens confiés au refuge : leur tâche, faire la tournée des écoles afin d'apprendre aux enfants à mieux connaître les chiens pour prévenir les morsures.

J'aimerais aussi intervenir auprès des jeunes aux prises avec des problèmes suicidaires pour les jumeler à un chien du refuge et en faire des entraîneurs canins afin d'offrir des chiens d'assistance à des personnes handicapées ou souffrant d'autisme. Quoi de mieux que des chiens pour redonner vie et autonomie à bien des gens !

J'organiserais aussi des clubs de marche pour que les gens puissent aller marcher en groupe avec leurs chiens sans problème. Et pourquoi pas des cours de « freestyle » ou de danse libre maître-chien afin de donner des spectacles lors d'occasions spéciales. J'aimerais donner plus d'occasions

aux gens de bouger avec leurs chiens et ainsi de garder la forme.

Je souhaiterais aussi intervenir pour aider les chiens du Nord du Québec ou pour contribuer à fermer les usines à chiots. Bref, j'ai plein d'idées et de projets ; il me manque seulement beaucoup d'argent.... !

Voilà donc mon rêve et c'est la raison pour laquelle je continue d'acheter des billets de loterie. Je sais que mon rêve créerait beaucoup d'emplois dans la région, qu'il aiderait vraiment beaucoup d'animaux et de gens et ce, de multiples façons. Quant à moi, je serais aux anges....

Ne me reste plus qu'à gagner .... plusieurs millions. Et si jamais c'est vous qui gagnez et que vous trouvez qu'il s'agit d'un trop gros montant pour vous, songez peut-être à aider quelqu'un d'autre à réaliser le sien.



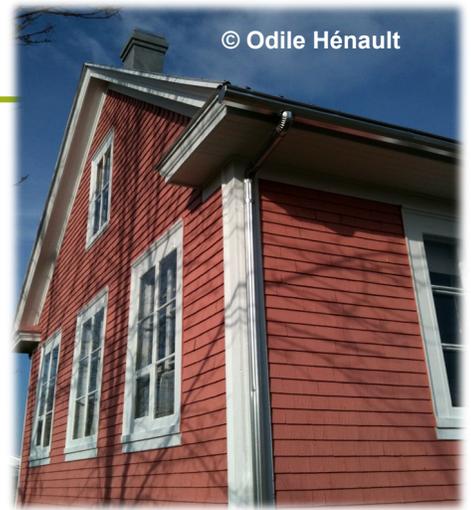
## Nous recherchons...

Par Roger Martin

Dans les prochains mois, l'école Delisle devrait intégrer le parcours « Fil Rouge ». Or, les archives sont peu garnies pour illustrer l'histoire de la « petite école rose ». Pour y parvenir, nous aurions besoin de documents (photographies, bulletins, cahiers, etc.) appartenant à des familles ou à des personnes qui ont fréquenté cette école. Ces documents ne seront qu'empruntés et seront remis dès qu'on les aura reproduits.

Autre possibilité .... vous avez un souvenir ou une anecdote, comme la visite de monsieur l'inspecteur ou autre. Vous pourriez les partager avec les visiteurs de l'école grâce à l'application BaladoDécouverte.

Si vous pouvez nous aider, faites signe : Doris Gagnon 418 856-3504 ou Roger Martin 418 856-1389



© Odile Hénault

## À vendre



Résidence située au cœur du village dans un environnement tranquille.

Comprend :  
Grand terrain aménagé  
2 salles de bain  
1 salle d'eau  
2 cuisines  
3 chambres à coucher  
2 salons et des salles

Particularités :  
Aménagée sur 3 étages  
Extérieur tout en brique  
Grand garage  
Logement principal refait à neuf  
Fenestration généreuse  
Libre immédiatement

Pour information : 418 856-5915



Des gens  
de cœur  
AIDE À DOMICILE

## BONNE FÊTE DES MÈRES !

Pourquoi ne pas offrir un certificat-cadeau des Services Kam-Aide inc.

- ✓ Entretien ménager régulier
- ✓ Aide à la préparation de repas
- ✓ Accompagnement pour les commissions
- ✓ Lessive et repassage
- ✓ Grand ménage
- ✓ Lavage de fenêtres extérieures
- ✓ Des repas congelés « Dans votre assiette »

Pour toute la MRC de Kamouraska

**418-856-5636**

[www.kamaide.com](http://www.kamaide.com)

[kamaide@qc.aira.com](mailto:kamaide@qc.aira.com)



*Services Kam-Aide inc.,  
une aide rassurante*

# La Course de la rivière Ouelle

Par : Anne Révision : Céline Cloutier

Caractérisant le village de Rivière-Ouelle, le tracé de la sinueuse rivière Ouelle offre un parcours accessible à tous les types de coureurs. Son étendue nous fait découvrir une vue panoramique à couper le souffle sans que les coureurs y perdent leur cadence. Alors, cet été, notre village sera l'hôte le 3 juillet d'un événement audacieux!

*« Puisqu'être en forme, c'est la vie,  
viens courir avec moi! » -Vanessa*

**Ce sport, dans l'air du temps**, qui ne requiert qu'un minimum d'équipement, est accessible à tous. Si l'instigatrice du projet vedette de l'été 2016, Vanessa Michaud, réalise ses séances d'entraînement plutôt en solitaire, elle désire créer un engouement autant pour la marche rapide que pour la course à pied. *«L'énergie contagieuse des rassemblements est une excellente source de motivation pour se fixer des objectifs.»*

**Une petite femme aux grands souliers.** En dépit d'un quotidien au pas de course, Vanessa recherche l'équilibre entre sa vie de maman de quatre jeunes garçons, son travail comme décoratrice intérieure et son propre studio de santé. Passionnée pour les soins du corps et l'activité physique, elle en fait son cheval de bataille. - *«Je voudrais que mes enfants et que tous les jeunes et moins jeunes puissent vivre l'enrichissante expérience des bienfaits du sport».* Alors naît l'idée de créer un événement sportif.

## **Un projet + un comité + un financement = DÉFI**

Forte d'expérience en course et en demi-marathon, Vanessa connaît les dessous des organisations. Elle déploie beaucoup d'énergie et d'ingéniosité; tout est à construire : logo, site internet, recherche de commanditaires et de bénévoles, création des médailles jusqu'aux dossards avec puces, promotion, kiosques et atelier de santé, etc.

Emballée par ce projet de la Riveloise, la municipalité s'engage à y mettre du sien. Le Comité des loisirs devient fiduciaire du projet et s'implique dans l'organisation.

Si les membres entourant Vanessa vivent leur quotidien comme un marathon, ils ont une excellente complicité : Rémi Beaulieu, Nancy Fortin, Dario Gagnon, Nathalie Lévesque, Francis Ouellet. Bientôt se grefferont d'autres bénévoles essentiels... surveillez vos arrières!

Reste juste à atteindre la ligne de départ. **Focus gang!**

## **Tout savoir sur l'événement**

**Date:** le dimanche 3 juillet 2016.

**Comment :** à la marche et/ou à la course à pied.

**Distance du parcours:** 1-3-5 ou 10 kilomètres.

**Chaque parcours est offert à tous les participants.**

**Frais d'inscription abordables.**

**Circuit balisé et chronométré.**

**Chaque inscription sera pourvue d'un chandail technique ainsi que d'une médaille. Collation servie après-course.**

\*Une garderie sera disponible sur place et un repas festif au coût de 15\$ vous sera servi par la suite. Merci de réserver lors de votre inscription.

\*Pour les plus jeunes, "La Ferme Gijamika" sera sur place avec toute sa ménagerie : chèvres, lapins, lamas, moutons et plus encore!

\*Ateliers et kiosques d'information sur le conditionnement physique et les soins de corps auront lieu à la Salle communautaire.

\*Si vous souhaitez être bénévole lors de l'événement, communiquez avec nous. Même nos beaux pompiers seront sur place. Vous verrez que l'équipe est survoltée!

La course de la rivière Ouelle nous promet un événement familial sportif de qualité. Chacun y trouvera chaussure à son pied pour réaliser ses objectifs.



## Course de la rivière Ouelle

### Programmation

#### Samedi 2 juillet 2016

11h00 à 18h00 - Remise des dossards

#### Dimanche 3 juillet 2016

8h00 - Ouverture de la halte garderie

9h00 - Départ 5km

10h00 - Départ 10km

10h15 - Départ 3 km (marche et course pour tous)

11h15 - Départ 1km (enfant 12 ans et moins)

11h30 à 13h30 - Dîner santé

13h00 - Remise des prix aux gagnants

13h30 - Yoga pour tous

*«De saines habitudes de vie,  
ça commence ici!»*

## L'adage, c'est lentement mais sûrement!

**Pourquoi marcher ou courir?** Certains d'entre nous désirent se remettre en forme, évacuer leur stress, métamorphoser leur silhouette, accroître leur longévité ou encore combattre la gravité...

Pas besoin de s'entraîner pour un marathon; simplement s'exercer graduellement afin de garder la motivation plus longtemps. À l'entraînement, les sportifs n'imaginent pas à quel point leurs efforts suscitent l'admiration de ceux et celles qu'ils croisent. Pour leur part, ils ont compris que ce sport leur fournit un moment de détente et une occasion de se libérer des tensions qui assaonnent leur quotidien. Comme une accalmie bienfaitante!... Pour en arriver là sans improviser, il existe différents programmes pour bien débuter l'entraînement alliant marche rapide et pas de course.

**Êtes-vous sédentaire?** Peut-être croyez-vous être en bonne posture compte tenu de votre génétique! La santé et la vitalité de nos cellules se reflètent sur l'ensemble de notre corps. Mal nourri ou bien non stimulé, l'ensemble de notre corps s'appauvrit. Notre corps a besoin de bouger; nos muscles ont été créés pour être forts et peuvent le devenir avec un minimum d'efforts et, en peu de temps. Nous pouvons définitivement tourner le dos aux effets à la chaîne de l'atrophie en combinant bonne nutrition et exercice.

### **L'homme de fer - VERSUS - les étirements du corps**

Souvent, je me dis que mon corps est rouillé! Notre manque d'énergie est souvent relié à nos raideurs et ce manque de flexibilité accentue le vieillissement. Imaginez si on lubrifiait tout notre corps - muscles, nerfs, tendons - pour bouger librement. L'importance des étirements est essentielle pour favoriser une bonne flexibilité et la mobilité, surtout pour éviter les douleurs. À la suite de votre marche rapide et, ou de votre course à pied, intégrez à votre programme d'entraînement quelques minutes d'étirement.

### **Comment passer à l'action?**

Voici quelques sites pour vous orienter en toute sécurité.

Blaise Dubois, B.Sc., P.T., RCAMT, SPD

<http://lacliniqueducoureur.com/>

Mireille Massé <http://transform-action.com/>

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

Charles-André Ouellet

[caoperformance@hotmail.com](mailto:caoperformance@hotmail.com)

### **Références :**

Course à pied.ca avec Daniel Riou,

B.Sc Kinésiologue

Aging Backwards par Miranda Esmonde-White

***Voilà, les ingrédients sont presque tous réunis.  
Suivez-nous avec Le Rivière WEB le mois  
prochain et bon entraînement!***

**Inscrivez-vous dès maintenant !**

<https://inscriptionenligne.ca/coursedelariviereouelle>

**Vanessa : 418.371.7171**

*Merci à nos principaux  
commanditaires et à tous ceux  
qui nous ont encouragés.*

***lambert***



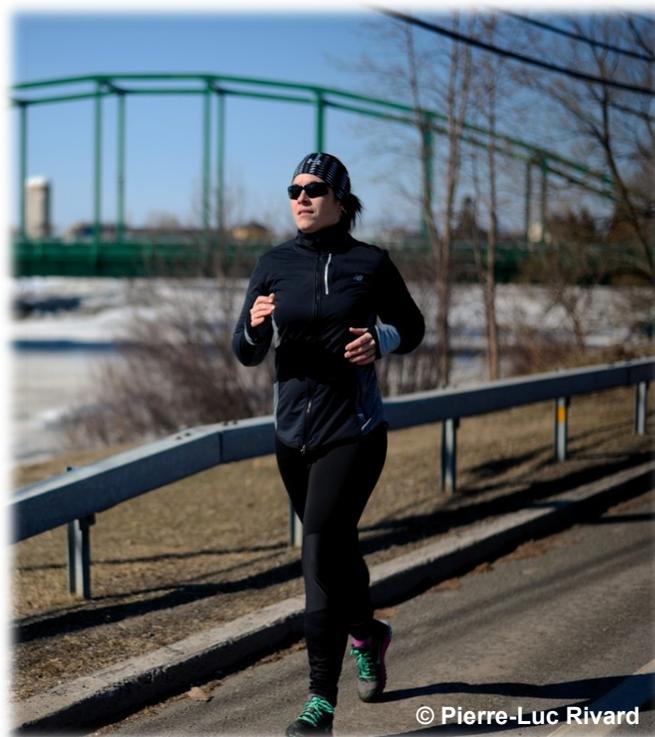
**Desjardins**  
Caisse de l'Anse  
de La Pocatière

Coopérer pour créer l'avenir



*Rivière-Ouelle*

**KAMOURASKA**  
EN FORME



© Pierre-Luc Rivard



Par Roger Martin

C'était une première pour la Fondation André-Côté qui organisait une activité sociale de type 5 à 7 à la fin de mars : l'occasion d'annoncer les détails entourant la sixième édition de son défi vélo. Concours de circonstance, l'événement se tenait à quelques jours du dixième anniversaire du décès de celui qui lui a donné son nom... Je ne suis habituellement pas très friand de ce genre de rencontre mondaine; cette fois, la directrice de la fondation, Maryse Pelletier, fille de nos amis Denis et Pauline, nous a sollicités tout comme des membres du comité organisateur vu que nous étions des éditions précédentes. Nous y sommes donc allés surtout qu'avec le retour du « frette », il n'était pas question d'enfourcher nos vélos d'autant qu'ils sont chez le mécano pour la mise au point avant le début de la saison. Petite confiance entre vous et moi, Francine est toute enthousiaste de relever le défi cette année. Allez savoir pourquoi.....

Pour cette sixième édition, les cyclistes auront le choix entre des parcours de 50, 75, 100 et 130 km. Vous vous doutez bien que nous serons du plus long ... pas question de faire le choix de la facilité aussi longtemps que la santé et la forme tiendront le coup. Avantage non négligeable, nous serons en pays connu car nous emprunterons exactement le même parcours que l'an

dernier. N'allez pas imaginer que ce sera une marche dans le parc pour autant car le « doux pays » nous réserve chaque année une petite surprise de son cru. Je suis quand même curieux de voir si l'agriculteur du rang Saint-Charles à Saint-Alexandre aura enfin réussi à réparer sa presse à balles rondes; les deux dernières années, il s'appliquait à la rafistoler lors de notre passage.

Mon long préambule, c'est pour inviter ceux et celles qui voudraient faire un petit bout avec nous pour la cause que la fondation André-Côté a épousée : celle d'apporter soutien et réconfort aux personnes de la MRC de Kamouraska qui doivent composer avec un diagnostic de cancer ainsi qu'à leur famille. Chaque participant doit recueillir 200\$ et assumer son inscription (60\$ pour le lunch et le maillot). Pour tout don de 20\$ et plus, la Fondation émet des reçus pour fins d'impôt... à ne pas confondre avec les Panama papers! Vous nous faites signe et vous pédalerez à nos côtés le 2 juillet. Vent d'est, vent d'ouest, pluie, canicule, nous les connaissons pour les avoir déjà croisés. Nous entreprenons ce défi parce que nous croyons à la cause; si en plus, des gens nous font confiance, nous serons en mission ce jour-là.

#### DÉFI VÉLO ANDRÉ-CÔTÉ 2016

Le samedi 2 juillet 2016, « Pédalons au Kamouraska! » au profit de la Fondation André-Côté. Joignez-vous à nous et aidez-nous à faire de cette activité de financement une grande réussite!

Inscrivez-vous ou parrainez un cycliste :

[www.defiveloandrecote.ca](http://www.defiveloandrecote.ca)

Pour information : 418 856-4066 poste 1



CORPORATION  
TOURISTIQUE  
DE RIVIÈRE-  
OUELLE

#### COMMUNIQUÉ

Les membres de la Corporation touristique de Rivière-Ouelle sont convoqués à la 32<sup>e</sup> assemblée générale annuelle de la Corporation qui aura lieu le vendredi 29 avril 2016, à 19 heures, au Centre communautaire situé au sous-sol de l'église de Rivière-Ouelle.

## Avis de convocation

Par Louis Hudon, secrétaire-trésorier

La Corporation historique et culturelle de Rivière-Ouelle tiendra son assemblée générale annuelle le vendredi 13 mai 2016 à 19h30 à la Salle du conseil, 106, de l'Église à Rivière-Ouelle.

Toute personne, résident de Rivière-Ouelle ou autre, qui se préoccupe de son développement, peut être membre de la Corporation. Surtout si la mise en valeur et la diffusion de l'histoire, de la généalogie, du patrimoine et de la culture vous intéressent, vous êtes particulièrement invité à cette assemblée générale et à participer aux activités de la Corporation.

En 2015, la Corporation a notamment accueilli plus de 500 visiteurs à l'école Delisle; elle a aussi apporté son expertise et sa collaboration au projet Fil rouge. Au moins un autre projet est actuellement dans les cartons pour 2016. Soyez là pour en apprendre davantage!

## Mon grand-père disait...

Par Roger Martin

N'allez pas imaginer que j'essaie d'imiter l'humoriste Boucar Diouf.... Je vous répète simplement ce conseil d'un vieux qui a connu bien des sautes d'humeur de la température : « Pas question de semer des patates à Rivière-Ouelle tant qu'il reste de la neige sur les montagnes du nord parce que c'est ça qui garde le fond de l'air frette ». Vous pouvez bien faire à votre tête mais ne venez pas vous plaindre après...

## Un aller-retour à Hautot-Saint-Sulpice

Par Roger Martin

18 mars vers 14h.... M. le maire m'a invité à me joindre à lui et au directeur général, M. Franel, pour un saut à Hautot-Saint-Sulpice. C'est devenu une tradition annuelle en quelque sorte à l'occasion de l'assemblée générale de l'Association des Cousins du Nouveau Monde qui se déroule là-bas. Cette association entretient des relations d'amitié avec le Québec et plus particulièrement avec Rivière-Ouelle depuis le jumelage des deux villages en 1982. Rappelons qu'Hautot fut le village natal de Robert Lévesque, l'ancêtre des familles Lévesque en Amérique alors que Rivière-Ouelle devint sa terre d'accueil quand le seigneur Deschamps lui fit une concession dans sa seigneurie en 1674. Ce jour-là, pas besoin de passeport ni de réservation car nous voyageons sur les ailes d'Air-Skype par visio-conférence.

Il est donc 19h15 quand nous faisons notre entrée dans une classe de l'école du Nouveau Monde où se sont rassemblés les membres de l'association; nous sommes accueillis par madame Cahard, la présidente, et par le vice-président, monsieur le maire Lemettais. D'entrée de jeu, les maires échangent des informations sur la météo dans leur village respectif; ils font état de la situation qui y prévaut et des projets qui les mobiliseront pendant l'année en cours. M. Simard en profite pour présenter le directeur général qui vient d'être embauché par notre municipalité. J'apprends séance tenante que les parents de M. Franel sont installés au Québec mais sont originaires de Bretagne, une région voisine de la Normandie. En finale, nos hôtes français adressent une invitation pressante aux Riveleois et Riveleuses pour que s'organise un séjour à Hautot. M. le maire a convenu que cette hypothèse serait sérieusement envisagée. Au terme de cette brève escapade, nous prenons congé pendant que là-bas quelque 36 membres de l'association poursuivent leur assemblée. Mon espionne m'a informé que le tout s'est achevé par un repas aux accents québécois : bourguignon de bison et gâteau aux couleurs du Québec préparé par le pâtissier d'un village voisin qui installe quotidiennement un comptoir pour desservir la commune.

Pour donner suite à l'invitation des Hautotais, j'ai signalé à M. Simard que l'année 2017 pourrait offrir une belle fenêtre d'opportunité pour qu'une délégation riveleoise se déplace en Normandie : le 3 septembre cette année-là marquera le 375e anniversaire du baptême de Robert Lévesque à Hautot-Saint-Sulpice, la date de sa naissance étant inconnue. À suivre!



4 avril 2016, canards branchus en cavale à proximité du pont Guignard, des photos de Céline B.

*Chez les canards contrairement aux humains, ce sont les mâles qui revêtent les costumes d'apparat.*

*Devinez pourquoi...*



Les Hautotais regroupés dans une classe pendant la visio-conférence du 18 mars.

*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<sup>E</sup> 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 !*

## Le tourisme généalogique...

Par Roger Martin

On l'appelle aussi tourisme de mémoire ou tourisme de racines, une forme de tourisme bien différente, actuellement en pleine effervescence. Les voyageurs veulent retracer leur histoire familiale et redécouvrir les lieux où leurs ancêtres se sont implantés et ont vécu. Or, la région du Kamouraska est particulièrement choyée sur ce plan puisqu'une bonne vingtaine de familles ont pris racine dans notre région, notamment à Rivière-Ouelle il va sans dire.

Cet engouement bien actuel a incité des partenaires à s'associer pour mettre en valeur et développer cette forme de tourisme dans notre région : mentionnons entre autres la MRC de Kamouraska, la municipalité de Rivière-Ouelle, le parc régional du Haut-Pays, les Archives de la Côte-du-Sud. Promotion Kamouraska propose donc une conférence comme première activité de sensibilisation.

Conférencière : Madame Pascale Marcotte, professeur au département de géographie de l'université Laval  
Titre : Le tourisme généalogique  
Où : Salle du Tricentenaire de Rivière-Ouelle  
Quand : Le 28 avril 2016 à 19h  
Entrée gratuite.  
Bienvenue à toutes les personnes que le sujet intéresse!



Un bouquet  
toujours  
florissant

Le Cercle de fermières de  
Rivière-Ouelle



**OUVERT 7 JOURS SUR 7**  
8H À 19 H

**Pain & produits fumés comme  
autrefois disponibles ici**

132, Route 132 - Rivière-Ouelle - 418 371-3700

*Studio VM*  
Beauté - Santé - Déco

418 371-7171  
[www.studiovm.info/](http://www.studiovm.info/)

*Studio VM lance sa première  
Infolettre*

*Studio VM a le goût de communiquer avec sa clientèle. Plusieurs fois par année, je profiterai de cette infolettre pour partager avec vous des conseils santé-beauté, en plus de vous gâter avec différentes promotions. Il me fait plaisir de vous servir dans la belle localité de Rivière-Ouelle. Au plaisir de vous rencontrer!*

*Vanessa*



### *Le saviez-vous ?*

Plus qu'un moment de détente, le massage contribue à réduire le stress, à prévenir la maladie et à améliorer l'état de santé.

#### **La structure et la posture du corps:**

- soulage le mal de dos
- rend les muscles plus souples et plus élastiques
- aide au relâchement des tensions

#### **Le fonctionnement de tout l'organisme:**

- apaise et calme
- soulage la douleur
- améliore le sommeil
- améliore la circulation sanguine et lymphatique,
- ce qui entraîne une meilleure oxygénation et une meilleure élimination des toxines.
- Et plus encore!

### *Nouveauté*

Le massage sur chaise est maintenant disponible au studio, à votre lieu de travail, pour un événement et peut-être pour une soirée 5 à 7. Le massage sur chaise offre plusieurs bienfaits incommensurables.

### *Promotion Fête des mères*

#### **Forfait détente massage 60 min**

Ce soin inclut exfoliation,  
enveloppement, un bain et un massage  
de 60 min.

**Spécial 120 \$**



## L'autisme, cet inconnu

Par Roger Martin

Le mois d'avril est, semble-t-il, le mois de l'autisme; je n'en savais rien jusqu'au moment où l'on reçoit une abondante documentation de l'organisme Autisme Est-du-Québec .... trop tard pour le numéro d'avril. Je vous résume les grandes lignes.

L'autisme est un trouble neurologique qui touche 1% de la population ; on parle du trouble du spectre de l'autisme (T.S.A.) à cause des manifestations fort variables d'une personne à l'autre. Vous ne le savez pas mais votre voisin ou votre collègue de travail vit peut-être avec un T.S.A. « Cela peut se manifester par des intérêts restreints, limités ou atypiques; ou par une fascination, une indifférence ou une aversion pour certains stimuli (lumière, sons, textures, mouvements, etc.); ou encore par une rigidité ou une insistance pour des routines, des habitudes ou des rituels. »

Rappelons à titre d'exemple le cas de Raymond Babbitt, le héros de Rainman, qui connaît par cœur les numéros de téléphone dans l'annuaire; il a une peur panique de monter dans un avion parce qu'il connaît par cœur la liste des écrasements d'avions par date et par compagnie. En revanche, le pauvre est incapable de solutionner un problème concret impliquant un calcul simple. De la même façon, un professeur de cégep me racontait le désarroi d'un élève au premier cours alors qu'il insistait pour connaître la place qui lui était assignée. Le fait de ne pas avoir une place attribuée, et toujours la même, l'insécurisait à l'extrême au point d'en perdre tous ses moyens.

Laissées à elles-mêmes, ces personnes se sentent démunies et s'isolent. Pourtant, quand on parvient à comprendre leur manière d'interagir avec le monde extérieur, on facilite leur intégration d'autant qu'elles possèdent des talents, des habiletés qui constituent des atouts dans certains métiers.

Vous souhaitez en apprendre davantage sur l'autisme : je vous invite à consulter le site Autisme Est-du-Québec <http://www.autismedelest.org/>



Une équipe de la pharmacie E. Lévesque, F. Bernier et Y. St-Pierre de La Pocatière affiliée à Brunet participe pour une troisième année consécutive au relais pour la vie de la Société canadienne du cancer. Ce relais aura lieu le 4 juin 2016. Si vous êtes touché ou pas par une personne qui est atteinte, survivante ou décédée d'un cancer et que vous voulez faire un don pour cette cause tout en encourageant deux membres de cette équipe qui sont de Rivière-Ouelle, communiquez avec Louis Hudon, (418)

790-2926 ou Bernadette Bérubé (418) 856-5879. Merci d'avance pour votre don.

## AVIS DE RECHERCHE

La Municipalité s'affaire à préparer sa fête des citoyens qui aura lieu le 4 juin prochain. Nous aimerions connaître les nouveau-nés, les jubilaires et les nouveaux arrivants pour que nous puissions les fêter comme il se doit! Communiquez avec Pascale au 418 856-3829 poste 201 ou à [info@riviereouelle.ca](mailto:info@riviereouelle.ca) !



Rivière-Ouelle

Merci à l'avance !

Vous recevrez votre invitation sous peu!

Surveillez votre boîte aux lettres!

## Roberto Excavation Ouellet

R.B.Q. 8345-1716-18

- Résidentiel
- Commercial
- Agricole

**418.856.6764**

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

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



- Fosses septiques
- Champs d'épuration

- Pose et réparation de drain français
- Réparation de fondation
- Excavation & terrassement



Attention : toutes vos matières doivent être triées avant d'arriver à l'écocentre

Écocentre	Métal	Électronique	Bois	Résidus verts et branches	Agrégats	RDD	Pneus	Encombrant	Matériaux secs	Vêtements	
La Pocatière 410, 14 <sup>e</sup> rue Bérubé, G0R 1Z0	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	\$	\$	😊



**MÉTAL** : pièces et morceaux de métal, micro-ondes, lave-vaisselle, laveuses, sécheuses, congélateurs, humidificateurs, fours, qui ne sont pas réutilisables, etc.



**ÉLECTRONIQUE** : point de dépôt officiel d'ARPE-Québec (Association pour le recyclage des produits électroniques), matériel informatique, produits électroniques et de communication, sauf les machines posées au sol.



**BOIS** : bois de construction, bran de scie, bois noble, meubles en bois non réutilisables; **refusé** : bois contaminé (par exemple traverses de chemin de fer, poteaux électriques).



**RÉSIDUS VERTS** : gazon coupé, herbes, feuilles, petites branches, plantes, acceptées en vrac. **Attention** : toutes les plantes envahissantes exotiques sont refusées.



**AGRÉGATS** : terre, brique, béton, asphalte en petite quantité équivalant à une brouette. La terre contaminée n'est pas acceptée.



**RDD** : piles, tubes fluorescents, lampes fluo compactes. **Dans leur contenant d'origine ou dans un contenant étanche clairement identifié d'un maximum de 20 litres** : peintures, huiles, chlore, aérosols, herbicides, pesticides, insecticides, huile végétale, etc.



**PNEUS** : tous les pneus de dimension de 48 "1/2 et moins.



**ENCOMBRANTS** : futons, meubles brisés, divans. **Des frais s'appliquent pour les matelas et sommiers.**



**Des frais s'appliquent pour tous les matériaux secs** : bardeau d'asphalte sans le papier goudronné, gypse, mélamine, miroir et verre sans cadrage, céramique, tuiles de plafond cartonnées, toilettes, lavabos, etc.

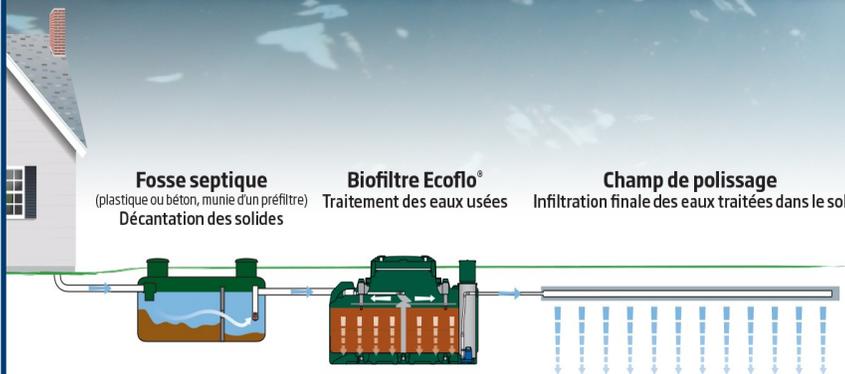


**VÊTEMENTS** : sont acceptés les vêtements **en bon état** uniquement, apportez-les dans des sacs. **Les vêtements non réutilisables sont refusés (mettez-les dans votre bac de déchets).**

# Ecoflo® Installation septique

20  
ans  
AVEC VOUS

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



- Sans énergie pour le traitement
- 50 % plus compacte qu'un champ d'épuration
- 100 000 systèmes installés
- Produit 100 % québécois!

 **PREMIER TECH**  
AQUA

CONTACTEZ  
STÉPHANE LUSSIER

 **418 951-2554**  
**BIOFILTRECOFLO.COM**



**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](http://www.lesimpressionssoleil.com)

# AGENDA

## Mai 2016

Collecte des métaux  
André Desjardins  
418 856-3723

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
1	2 	3  Conseil municipal	4 Café-rencontre Sous-sol Église 14h00	5	6	7 <b>BINGO</b>
8 <i>Fête des mères</i>	9 	10 Tombée – R. Web	11	12	13 AGA - Corp. Hist. et cult. -19h30	14 <b>BINGO</b>
15	16 	17 Fermières - Réunion mensuelle	18	19	20	21 <b>BINGO</b>
22	23 Fête des Patriotes 	24 Distribution - R. Web	25	26	27	28 <b>BINGO</b>
29	30 	31	La collecte des matières organiques reprend son services aux deux semaines.			

*Joyeuse fête des mères!*



### 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](http://www.desjardins.kamouraska.com)

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

Coopérer pour créer l'avenir