



Le Cyri-Lien

Un lien qui nous unit!



Saint-Cyrille-de-Lessard

Volume 42 - Numéro 3 - Octobre 2026

VIE COMMUNAUTAIRE

MESSAGES DE LA FABRIQUE

Billet no. 172	André C. Paris	150,00 \$
Billet no. 051	Pierre Boucher et Diane Boucher	50,00 \$
Billet no. 196	Sylvie Moreau	50,00 \$

Participez en grand nombre!

Campagne annuelle de financement (La capitation) le 4 octobre 2026

Thème : Je donne pour qu'elle rayonne !



L'église de notre paroisse est un lieu de prière et où l'on se rassemble. Dans notre église, des personnes vous accompagnent à toutes les étapes de votre vie : baptêmes, mariages, funérailles, célébrations dominicales et aide les plus démunis. Notre patrimoine religieux (église et cimetières) demande chauffage, entretien et réparations.

Votre contribution aide à protéger ce patrimoine précieux pour les générations futures. Vous pouvez remettre votre don à la personne identifiée qui passera chez vous le dimanche 4 octobre entre 10 heures et midi, ou par zeffy (site sécurisé) ou vous présenter au bureau de la fabrique au 284A, le lundi ou le poster. Tous les dons sont importants ! Merci de nous soutenir !



CERCLE DES FERMIÈRES DE SAINT-CYRILLE-DE-LESSARD

Le Cercle de Fermières vous invite à venir nous rejoindre en grand nombre pour nos prochaines activités !

Réunion mensuelle – le 13 octobre, de 13 h 15 à 16 h

Atelier – le 21 octobre, de 13 h 15 à 16 h, au local de l'organisme, situé à l'édifice municipal

Que vous soyez membre depuis longtemps ou simplement curieuse de nous découvrir, tout le monde est le bienvenu. Venez nombreuses, on a hâte de vous voir !

Pour information : Geneviève Lebel, 514 889-0593

Au plaisir, Le Cercle de Fermières de Saint-Cyrille-de-Lessard

Je prends la relève pour les communications du cercle des fermières de Saint-Cyrille de Lessard Si besoin ou questions, vous pouvez communiquer avec moi au 514-889-0593

Geneviève Lebel

HOMMAGES



Le 6 août dernier nous a quittés Madame Pauline Lord, une pionnière de notre journal. Pauline a été là depuis le tout début. Elle a couvert les postes de présidente et de secrétaire, elle a fait paraître de nombreux textes, elle s'est assurée de trouver des commanditaires.

En fait, elle s'est occupée de tout pendant de nombreuses années, soit de 1985 à 2024. Sa contribution a été énorme, et nous lui devons d'avoir eu un journal communautaire pendant toutes ces années. En effet, elle a offert au Cyri-Lien une présence permanente et une stabilité, rares de nos jours, et ce, de façon tout à fait bénévole. Elle a travaillé dans l'ombre, mais de manière assidue. On pouvait vraiment compter sur Pauline.

L'équipe du Cyri-Lien tient à lui rendre hommage et à la remercier du fond du cœur

Journal mensuel distribué gratuitement à 470 exemplaires dans la municipalité de Saint-Cyrille-de-Lessard. À l'extérieur de ce territoire, l'abonnement est de 30 \$ annuellement (10 numéros). Le coût de la carte de membre est de 10 \$ par personne.

Dépôt légal à la Bibliothèque et aux Archives Nationales du Québec.

Conseil d'administration

Karine Bernier : présidente | Sophie Caron : vice-présidente | Marie Laberge : secrétaire
Diane Prévost : administratrice | Pierre Bélanger : administrateur

Correction : Odette Lussier

Crédit photo de la page couverture : Kalevala

Coordination Anick Labonté : coordonnatrice et responsable des médias sociaux

Comité de rédaction

Serge Mercier | Andréanne Lord | Marie Laberge | Sophie Caron | Karine Bernier

Crédits Impression : Imprimerie Pierre Fournier

Journal communautaire Le Cyri-Lien :

282, rue Principale à Saint-Cyrille-de-Lessard (Québec) G0R 2W0

Téléphone : 418 291-6205 | **Courriel :** lecyrilien@outlook.com | **Facebook :** Journal Le Cyri-Lien

Prochaine date de tombée : 15 octobre 2026

Adressez vos demandes de publicité, questions, commentaires par courriel ou par téléphone.

**DEMANDE DE SOUMISSION POUR LE DÉNEIGEMENT DES TERRAINS
DE LA FABRIQUE DE LA PAROISSE DE SAINT-CYRILLE**

La fabrique de la Paroisse Saint-Cyrille demande aux entreprises de déneigement de la municipalité de lui faire parvenir une soumission pour le déneigement et le déglacage des stationnements suivants :

Le stationnement de l'église, **le** chemin du côté sud de l'église,
le stationnement de la Salle Curé Mercier
le chemin du côté nord de l'église attenant à la Salle Curé Mercier
le chemin de façade du cimetière jusqu'à celui de la municipalité

Le soumissionnaire devra être en mesure de fournir
une photocopie de sa police d'assurance responsabilité civile
de 2 000 000,00 \$.



De plus, le soumissionnaire doit être disponible lors d'un décès pour le déneigement et le déglacage du chemin à l'intérieur d'un des cimetières. Si besoin, il devra fournir l'abrasif qui ne sera pas entreposé sur les terrains de la fabrique. Le contrat couvrira la période du 25 octobre 2026 jusqu'au 30 avril 2027.

La fabrique se réserve le droit d'accepter ni la plus haute, ni la plus basse.

La soumission doit être reçue par courriel à : **paroisse.st-cyrille@telus.net** ou en la déposant au bureau de la fabrique au 284A, rue Principale, aux heures d'ouverture du bureau avant le **20 octobre 2026 à 16 h.**

Nancy Allaire

Nancy Allaire, présidente d'assemblée



**pour tous vos besoins
en assurance**

1 888 265-7940

PROMUTUEL
ASSURANCE
CÔTE-SUD

Steeve Gobeil **Le veilleur**
Travailleur de milieu au service des aînés

418-248-7242 poste 106
s.gobeil@cabml.ca

Présent pour vous aider selon vos besoins !

- Informer des ressources
- Orienter vers des services
- Accompagner dans des démarches


CAB
CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE
MRC DE MONTMAGNY ET L'ISLET

*confidentiel
et gratuit*

AFFAIRES MUNICIPALES

SÉANCE ORDINAIRE DU 1^{er} septembre 2026

Avant l'adoption de l'ordre du jour, le maire Gilles Maltais expose une nouvelle façon de procéder au déroulement des séances. Le Directeur général intérimaire, M. Gilles Piché, se présente à la population. Résident de Saint-Jean-Port-Joli, il a travaillé dans le domaine municipal pendant 25 ans. Il a par la suite accompli des mandats de direction générale de municipalités de la région, d'abord Rivière-Ouelle ensuite Saint-Aubert. Il a accepté un mandat intérimaire à Saint-Cyrille dans le but de guider et de soutenir l'équipe en place. Il invite la population au respect des élus dans les interactions.

Constatation du quorum : tous les membres du conseil sont présents, l'ordre du jour est ensuite adopté.



ADMINISTRATION GÉNÉRALE

Il est résolu que les séances retournent à la salle du conseil à partir d'octobre.

Il y a une consultation publique et l'adoption d'une modification d'un règlement municipal sur le lotissement et la construction. Selon les informations fournies par le DG, il s'agit d'une simple formalité quant à l'appellation des routes, qui facilitera l'obtention de permis de construction.

Le conseil dépose un rapport d'enquête de la Direction des poursuites en intégrité municipale de la Commission municipale, lequel conclut que des actes répréhensibles ont été commis à l'égard de la municipalité. Un résumé des conclusions est présenté par écrit aux citoyens.

Le conseil ratifie le renouvellement d'une banque d'heures pour une firme de consultants en informatique et autorise également la direction générale à procéder à l'embauche d'une ressource externe en comptabilité pour assister dans le volet financier et la préparation du budget.

TRAVAUX PUBLICS



Outre l'acceptation d'une offre de l'entreprise Englobe pour effectuer un contrôle de matériaux pour le remplacement d'un ponton du chemin Lessard Est, le conseil procède à la nomination d'un comité de travail sur ce même ponton : messieurs Alain Lapierre et André Bonenfant participeront donc aux réunions avec l'entrepreneur pour ce chantier.

Un montant de 50 000 \$ est accordé à l'entreprise AML de Saint-Marcel pour l'épandage de gravier sur les chemins Lessard Ouest, Harrower et du Lac des plaines. Ces sommes étaient déjà prévues au budget 2026.

Le conseil accepte une offre de service de l'entreprise Michel Gamache et Frère pour le remplacement de six pontons sur le chemin du lac des Plaines au montant de 124 000 \$. Cette offre, concurrente à celle de Excavation Louis Richard, a été acceptée dû à son caractère fermé, à montant fixe, comparativement à celle de l'entrepreneur local, qui comportait un montant de base et à caractère ouvert, à être ajusté à la mesure des travaux. Le directeur général précise que, pour l'offre de Michel Gamache, un montant additionnel de 9 000 \$ a été accordé pour des coffrages de bois aux extrémités des pontons, ce qui porte le total du projet à 133 000 \$.

Le conseil rejette deux soumissions reçues pour l'achat d'un tracteur agricole. Ce refus fait suite à une erreur de la direction générale antérieure. Le conseil a confié un mandat de location au DG, alors que celui-ci a plutôt procédé à un appel d'offres pour l'achat d'un tracteur.

Le mandat est confié à la direction générale de procéder au recrutement d'un employé au poste de responsable des travaux publics à la suite de la démission récente de ce dernier.



PÉRIODE DE QUESTIONS

Quelques questions concernent la décision de déplacer les séances du conseil à la salle du conseil, celle-ci étant plus petite et ne pouvant accueillir que 66 personnes. De concert, la direction générale et le maire pointent la simplicité logistique de tenir les séances près du bureau municipal, l'économie d'énergie de chauffage, le gain de temps comme étant les raisons de cette décision. Quant au fait que des personnes pourraient être refoulées à la porte si l'achalandage dépasse la capacité du local, le conseil en est conscient et reconnaît qu'une telle situation pourrait se reproduire. (NDLR : 45 citoyens étaient présents à cette séance.)

Une citoyenne met en doute la pertinence de l'achat d'un tracteur par la municipalité, suggérant qu'envisager un partage d'équipement avec des municipalités avoisinantes devrait plutôt être considéré, vu la conjoncture économique incertaine. Le conseil précise qu'un tracteur est un équipement de base, que le tracteur actuel est désuet et en fin de vie, et que c'est un équipement essentiel au fonctionnement des opérations de travaux publics.

Lors d'une séance précédente, le maire Maltais avait affirmé avoir fait des plaintes au sujet d'achats réalisés sur la plateforme Amazon par des employés municipaux. À la demande de suivi sur ce dossier, il confirme qu'aucun acte répréhensible n'a été fait par les employés municipaux et que tout a été fait dans le respect des règles.

EXCAVATION GÉNÉRALE – CHEMIN FORESTIER

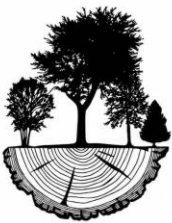
Excavation
Louis Richard Inc.
RBQ : 5590-5855-01

- Résidentielle
- Commerciale
- Installation fosse septique
- Distributeur Écoflo
- Champ d'épuration
- Marteau hydraulique
- Transport de gravier

www.optilog.com/louisrichard

Tél. : 418-247-3289
Cell : 418-241-3776

15, Rang 5 Est, Saint-Cyrille-de-Lessard (Québec) G0R 2W0



TRAVAUX FORESTIERS DURABLES

Nous offrons des services d'aménagements forestiers.

- Coupe d'éclaircie commerciale.
- Coupe avec protection de la régénération.
- Coupe sélective.

 La machine est très compacte ce qui lui donne un avantage pour la protection des sols.

 Notre spécialité est les chemins cachés.

 **Alain Kirouac**
418-291-8824
tdurable@gmail.com

 **Benoit Kirouac**
418-291-9844

Célébrons notre
QUÉBEC

BERNARDGENEREUX.CA

 **BERNARD GÉNÉREUX**

DÉPUTÉ | CÔTE-DU-SUD—RIVIÈRE-DU-LOUP—
KATASHKIMIG—TEMISCOUATI



CARREFOUR JEUNESSE EMPLOI
RÉGION L'ISLET

Tourville 962, rue des Trembles, bureau 300 • 418 359-3730
L'Islet 250, boul. Nilus-Leclerc, local 1 • 418 247-7335

cjel@cjelislet.qc.ca | cjelislet.qc.ca

CHRONIQUE MADA

Chronique du comité MADA de Saint-Jean-Port-Joli À la découverte des organismes de notre région

Le Trait d'Union : accompagner, soutenir et bâtir des ponts vers le mieux-être

Dans le cadre de notre mission de soutien et de promotion de la participation sociale, nous poursuivons notre série de portraits d'organismes qui contribuent activement au mieux-être de notre population. Cette fois-ci, nous mettons en lumière Le Trait d'Union, un organisme incontournable en matière de santé mentale dans la région de Montmagny.

Depuis plus de 30 ans, Le Trait d'Union accompagne les personnes de 18 ans et plus vivant une fragilité ou une problématique de santé mentale afin de les aider à atteindre leur plein potentiel et à retrouver un équilibre dans les différentes sphères de leur vie. Son approche se distingue par une vision alternative de la santé mentale, axée sur l'autonomie, la prévention et le développement du pouvoir d'agir des personnes, plutôt que sur une approche strictement médicale.

L'organisme offre un milieu d'appartenance chaleureux où les participants peuvent briser l'isolement, développer leurs habiletés de vie quotidienne et bénéficier d'un accompagnement adapté à leurs besoins. L'organisme offre des programmes d'autogestion, de pré employabilité et de maintien en emploi, des logements transitoires et permanents ainsi qu'un milieu de vie favorisant la réduction de l'isolement, le développement personnel, la prévention et le rétablissement. Le Trait d'Union joue également un rôle important de sensibilisation auprès de la population afin de démystifier les enjeux liés à la santé mentale et de lutter contre les préjugés.

Au fil des années, l'organisme a multiplié les initiatives porteuses. Parmi ses réalisations marquantes, soulignons la création du service de développement et de maintien en emploi en 2003, la construction de la Maison Rotary en 2008 pour l'hébergement communautaire, la mise en place de groupes de soutien innovants ainsi que l'organisation d'activités de sensibilisation et de mieux-être destinées à toute la communauté. Plus récemment, Le Trait d'Union a participé à un projet de recherche-action sur la santé mentale des aînés en collaboration avec le Centre d'action bénévole de Montmagny-L'Islet, démontrant une fois de plus son engagement envers les enjeux actuels de notre milieu.

Guidé par des valeurs de créativité, d'authenticité, d'ouverture, d'engagement et d'entraide, Le Trait d'Union continue de faire une réelle différence dans la vie de nombreuses personnes. Son travail contribue non seulement à améliorer la santé mentale et la qualité de vie des citoyens, mais aussi à bâtir une communauté plus inclusive, accueillante et solidaire. Voilà assurément un organisme dont l'action mérite d'être connue et reconnue

Au 64, rue Saint-Jean-Baptiste Ouest,
Montmagny
418 248-4948
info@traitdunionmontmagny.com

Marie-Claude Maheu, travailleuse de milieu
MRC de L'Islet par le Centre d'Action bénévole
de Montmagny-L'Islet 418-248-7242 poste 115

REMERCIEMENTS



Eh oui, tant de belles personnes ont mis l'épaule à la roue pour faire fonctionner le journal. Aujourd'hui, nous voulons remercier l'une d'elles, Madame Jessie Bélanger, qui malheureusement, nous quitte, non sans avoir laissé sa marque.

En effet, Jessie a contribué à la bonne marche du journal comme **administratrice et comme membre du comité de rédaction**. Malgré son emploi de travailleuse autonome et ses responsabilités familiales, elle a accepté de donner de son temps et de partager ses talents.

Heureusement, Jessie n'est pas bien loin et continuera de faire partie de nos précieuses collaboratrices occasionnelles. **Encore une fois, merci Jessie !**

offrages
C. B.

RBQ #8282-9011-18

- RÉSIDENTIEL
- COMMERCIAL
- INDUSTRIEL
- AGRICOLE
- PLANCHER DE BÉTON
- SOULÈVEMENT DE BÂTIMENT

COFFRAGES CLAUDE BÉLANGER INC.

Tél.: 418 856-3595 Cell.: 418 868-9869
coffragecb@hotmail.ca

On s'occupe de tout!

René Bélanger
Courtier immobilier résidentiel
Cell: 418-356-8287

Jessie Bélanger
Courtier immobilier résidentiel
Cell: 581-990-6657

Mélanie Bouchard
Courtier immobilier résidentiel
Cell: 418-607-1977

Gilles Couture
Courtier immobilier
Cell: 418-241-8666

REMAX Éléance Inc.
44, av. De Gaspé Est, St-Jean-Port-Joli
Bureau : 418-598-6031
Agence immobilière - Franchisé indépendant et autonome de RE/MAX Québec

CONSTRUIRE OU RÉNOVER DANS LE SECTEUR PATRIMONIAL : CE QU'IL FAUT SAVOIR

Par Mostafa Kheireddine, M. Urb.

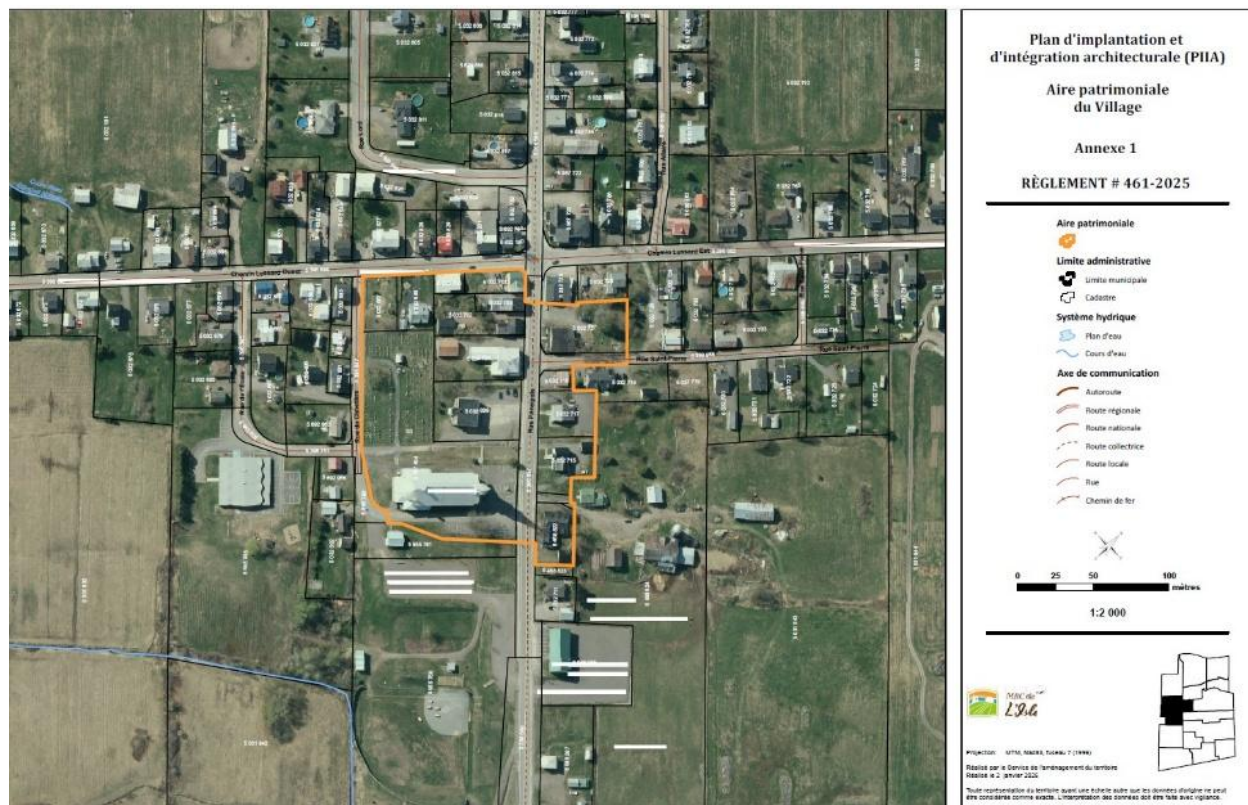
Le territoire de la municipalité de Saint-Cyrille-de-Lessard compte plusieurs bâtiments institutionnels ainsi que des immeubles présentant un intérêt patrimonial et une valeur historique et architecturale. Une part importante de ce patrimoine est concentrée au cœur du village, lequel est assujéti au règlement no 461-2025 sur les Plans d'Implantation et d'Intégration Architecturale (PIIA).

Prévu par la Loi sur l'Aménagement et l'Urbanisme (LAU), le PIIA constitue un outil de planification permettant d'encadrer la qualité de l'intégration architecturale des projets dans des secteurs présentant un intérêt particulier. Ainsi, tout projet de construction, d'agrandissement, de transformation ou de rénovation d'un bâtiment dans l'aire patrimoniale du village est soumis aux dispositions de ce règlement.

Le règlement no 461-2025 sur les PIIA n'a pas pour objet de déterminer l'opportunité d'un projet ou des travaux envisagés. Il vise à apprécier la qualité de son implantation, son traitement architectural, son intégration au cadre bâti et sa contribution à la mise en valeur de l'aire patrimoniale du noyau villageois.

Mostafa Kheireddine, M. Urb.

Inspecteur de l'urbanisme et de l'environnement

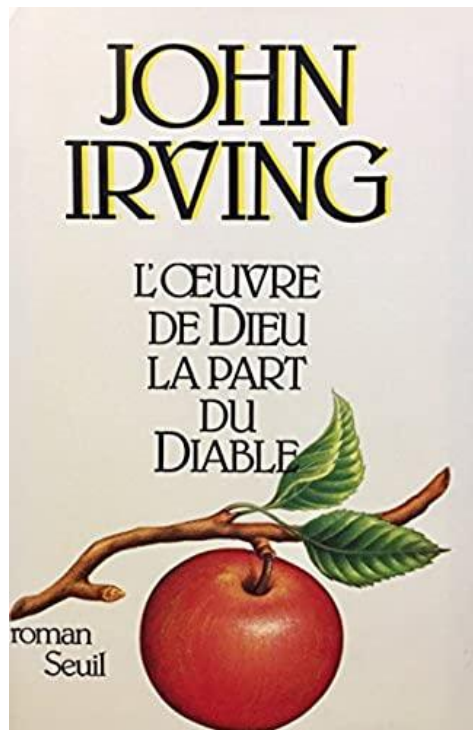


Aire patrimoniale du centre historique de la municipalité de Saint-Cyrille-de-Lessard

LE COIN LECTURE

L'ŒUVRE DE DIEU, LA PART DU DIABLE

Par Andréanne Lord



S'il m'est impossible de regarder deux fois le même film, c'est différent en matière de lecture. Ce roman de John Irving, traduit de l'anglais, demeure parmi mes favoris. Je renouvelle le plaisir tous les dix ans au moins sans jamais m'en lasser.

J'aime renouer avec le Dr Larch et son équipe réduite de soutien indéfectible, ce médecin dévoué à l'orphelinat qu'il dirige dans les années 1940, dans un secteur reclus du Maine, où il garde un faux secret. Homer Wells, orphelin de St Cloud's, fils de cœur du Dr Larch, nous imprègne de son besoin d'amour, d'attachement et de sa soif de connaître la vie.

Sans esclandre, sans artifice, John Irving, avec son écriture touchante et simple, nous imprègne de sentiments profonds et nous inclut dans son monde à bras ouverts.

Classé ♥ ♥ ♥ ♥ ♥ sur mon échelle personnelle
(qui en comporte cinq).

Auteur, John Irving

Éditions : du Seuil, mai 1986



Cap-Saint-Ignace 418 246-5337
L'Islet 418 247-5571 / 247-5733
Saint-Jean-Port-Joli 418 598-3093
Et paroisses environnantes
Sans frais : 1 877 598-3093



18, du Foyer Sud, St-Pamphile
et paroisses environnantes
Tél.: 418 356-3822
Sans frais: 1 888 430-3822

*Une
présence ... rassurante!*

Pour une approche humaine.

*Pour un personnel à l'écoute de vos besoins dans le respect
et la discrétion.*

Services funéraires professionnels et préarrangements.



SOCIÉTÉ

LE GN : QUAND L'IMAGINAIRE DEVIENT UNE AVENTURE HUMAINE

Par Luce-Gabrielle Bouchard, dit Cidriane

Nous venons tout juste de terminer la saison de *Kalevala, la contrée des héros*, une saison qui nous a comblés en émotions fortes, en rires, en défis et en camaraderie. Dans ce retour au calme, un peu abrupt après tant d'intensité, la nostalgie d'après-aventure s'est doucement installée. Alors, quoi de mieux que de revisiter les aventures passées pour adoucir le retour à la vie normale ? C'est dans cet esprit que j'ai eu envie de réfléchir à ce que les jeux de rôle grandeur nature — les GN — m'ont apporté au fil des années.

C'est donc avec humilité que je partage ce texte, non pas comme une analyse exhaustive, mais comme un témoignage personnel sur un loisir qui a profondément marqué mon parcours. Le GN a été pour moi un espace d'imaginaire, oui, mais aussi un lieu de rencontres, d'apprentissage, d'affirmation et de transformation.

Un espace de jeu, mais surtout d'humanité

Le jeu de rôle grandeur nature est une activité où les joueurs incarnent physiquement un personnage dans un univers fictif. Vu de l'extérieur, cela peut sembler étrange, voire enfantin : après tout, on « fait semblant ». Pourtant, derrière les costumes, les armes en mousse et les scénarios fantastiques, il y a quelque chose de très réel. Il y a des personnes qui viennent vivre une aventure, sortir du quotidien, créer des liens, se dépasser ou simplement respirer autrement.

Pour moi, le GN a toujours été plus qu'un jeu. C'est un exutoire, un terrain d'expérimentation et un espace de liberté. On y joue des rôles, bien sûr, mais on y laisse aussi transparaître une part de soi. Certains y trouvent du repos, d'autres, un refuge, d'autres encore une façon d'être reconnus, utiles, courageux ou différents. Et même si le GN n'est pas un remède miracle aux

difficultés de la vie, il peut devenir un outil précieux pour reprendre son souffle, se découvrir et cheminer.

Tomber dedans

J'ai découvert les GN à 18 ans, un peu par hasard, grâce à mon jeune frère. Il m'avait vanté l'existence d'une activité médiévale remplie de personnages héroïques et d'aventures à vivre. À l'époque, jeune, timide et sortant d'une peine d'amour, l'argument avait suffi à piquer ma curiosité.

Puis, un vendredi soir de l'été 1993, dans un parc de Québec, j'ai eu le coup de foudre. Pas nécessairement celui que j'étais venue chercher, mais un véritable coup de cœur pour une communauté créative, originale et accueillante. Dans cet univers, je pouvais incarner qui je voulais, tout en ayant paradoxalement l'impression d'être pleinement moi-même. Les barrières de ma gêne tombaient. Je pouvais regarder les gens dans les yeux, m'affirmer, prendre la parole, diriger un groupe, expérimenter des postures sociales que je n'aurais jamais osé explorer dans la vie quotidienne.

Sans que je m'en rende compte, le GN m'a accompagnée dans mon développement personnel et professionnel. Il m'a fait découvrir des intérêts, comme l'histoire médiévale, des talents, comme la couture, et surtout des capacités sociales que je portais déjà, mais que je n'avais pas encore apprivoisées. Durant mes études en travail social, les jeux de rôle en intervention me semblaient naturels : j'avais déjà appris, en jeu, à essayer, à me tromper, à ajuster et à recommencer.

Un terrain d'apprentissage

Avec le temps, j'ai parfois gardé le GN à distance de ma vie professionnelle, consciente des

préjugés qu'il pouvait susciter. Pourtant, ce loisir continuait d'influencer ma manière d'être. Comme d'autres vont jouer au golf ou faire du sport, moi, j'allais me défouler dans les bois, en costume, avec des armes en mousse. Mais même lorsque je croyais simplement décrocher, j'apprenais encore.

La découverte de Bicolline, en 2001, a été un autre moment marquant. J'y ai développé des habiletés de négociation, de diplomatie et de stratégie, particulièrement utiles dans une période où je m'impliquais aussi dans le militantisme syndical et social. Le jeu m'offrait un laboratoire vivant : on y observe les dynamiques humaines, les alliances, les tensions, les élans de leadership et les limites de chacun.

Plus tard, mon implication comme bénévole, animatrice et organisatrice m'a permis de mieux reconnaître mes forces : structurer, coordonner, imaginer, écrire, mobiliser. Lorsque j'ai organisé mes premières quêtes pour enfants à Yggdrasil, j'ai découvert le plaisir immense de créer des histoires pour les plus jeunes et de voir les adultes s'y engager avec eux. C'est ainsi qu'est né, avec mon conjoint, notre duo de Créations ManéZid : un projet de GN pour enfants où les parents ne sont pas de simples spectateurs, mais des complices de l'aventure.

Ces activités sont devenues pour nous une façon de transmettre la passion du jeu, mais aussi des valeurs de respect, de tolérance, d'imagination et d'esprit critique. Les enfants y apprennent à collaborer, à oser, à résoudre des défis et à vivre la puissance du jeu symbolique. Les adultes, eux, redécouvrent souvent le bonheur de jouer et de voir leurs enfants autrement.

En parallèle, ma vie professionnelle évoluait. Lorsque j'ai entrepris une maîtrise en gestion,

puis lorsque je suis devenue gestionnaire de proximité, j'ai constaté à quel point les GN m'avaient préparée à comprendre les dynamiques de groupe, à improviser, à m'adapter et à exercer un leadership plus conscient. Mon loisir influençait mon travail, et mon travail enrichissait ma façon d'organiser et d'animer. Les deux univers, que j'avais longtemps séparés, dialoguaient finalement entre eux.

Continuer l'aventure

Aujourd'hui, je suis copropriétaire du terrain où nos GN pour enfants ont pris vie, un projet qui a grandi au fil du temps jusqu'à nous ramener vers l'animation pour adultes avec *Kalevala*. Voir notre activité attirer de plus en plus de participants est une grande source de fierté. Nous y mettons beaucoup de cœur, autant dans les décors que dans les histoires que nous créons, et je suis heureuse de partager cette aventure avec mon conjoint Steve, mon partenaire Bernard, ainsi qu'avec plusieurs amis qui y contribuent à leur façon.

Les GN m'ont beaucoup apporté : de la confiance, des amitiés, des occasions d'apprendre, de créer, de gérer, de tomber, de me relever et de mieux me comprendre. Mon regard est peut-être teinté d'idéalisme, mais je l'assume. Pour moi, le GN demeure un lieu où l'imaginaire permet de toucher à quelque chose de profondément humain.

Je ne sais pas ce que l'avenir me réserve ni si cette passion s'estompera un jour. Pour l'instant, je choisis de me laisser porter par ces aventures qui me font voyager dans des mondes parallèles au nôtre, la tête dans les nuages, mais les pieds bien au sol.

NOS LACS

MISE À JOUR DU PORTRAIT DU LAC BRINGÉ

Par Andréanne Lord

En juin dernier, l'Organisme des bassins versants de la Côte-du-Sud (OBVCS) a offert la possibilité d'obtenir une mise à jour de l'analyse de leur lac à tous les responsables des lacs du territoire qu'ils desservent. Alors que les représentants de seulement cinq lacs de Chaudière-Appalaches ont embrassé le projet, le conseil d'administration du lac Bringé a accepté cette offre avec enthousiasme, car la dernière analyse avait été effectuée en 2010.

L'OBVCS a eu la possibilité cet été d'accueillir trois étudiants dans les domaines des milieux naturels, de la bio écologie et du génie des eaux, ce qui lui a permis d'avoir les effectifs nécessaires pour une analyse complète sur le terrain. Celle-ci devait notamment porter sur les aspects suivants :

- La caractérisation des bandes riveraines ;
- Des analyses physicochimiques de l'eau (température, oxygène dissous, conductivité, etc.) ;
- L'inventaire des herbiers de plantes aquatiques.

L'équipe de scientifiques, accompagnée de représentants du lac, a passé plus de deux jours sur les lieux pour procéder à la prise d'échantillons, ainsi qu'au survol à l'aide d'un drone pour une vue complète de la bande riveraine.

Le portrait et les résultats d'analyse seront transmis au CA du lac Bringé au début de l'année 2027.

**MAISON D'AIDE ET D'HÉBERGEMENT POUR FEMMES VICTIMES
DE VIOLENCE CONJUGALE AVEC OU SANS ENFANTS**



Hébergement
Écoute téléphonique
Consultations externes
Services jeunesse

Le Havre des Femmes

418 247-7622

Tous nos services sont confidentiels et gratuits



DANIEL COULOMBE inc.
CONSTRUCTION

* Construction * Rénovation
* Commercial * Résidentiel

ENTREPRENEUR GÉNÉRAL

17, Lessard Ouest, St-Cyrille-de-Lessard
(Québec) G0R 2W0
Tél. : 418 247-7928 Fax : 418 247-7721

POMMES DE ROUTE - CHAPITRE 14

Par Marie Laberge

Résumé du chapitre précédent.

Résumé du chapitre précédent.

Après avoir quitté Pachamama, notre marcheuse reprend la route. Elle chemine dans un décor magnifique jusqu'à ce qu'elle entende un bébé hurler. Elle va à la rencontre de la mère qui lui demande de surveiller son bébé.

Elle est surprise, mais ne pose pas de questions et entre dans la maison. Couché dans un berceau, un poupon hurle.

— Là, là, chut, chut, je vais te prendre, d'accord ?

Saisi par cette voix étrangère, l'enfant cesse de pleurer, la regarde et puis repart de plus belle. Ouf ! Elle se penche vers lui et le prend doucement dans ses bras. Le petit pleure tellement qu'il en est tout chaud et humide. Elle ne sait pas si c'est un garçonnet ou une fille, elle le serre dans ses bras et le promène dans la cuisine. Cet enfant ne la connaît pas, c'est comme si elle avait une bombe entre les mains. Elle ne peut que faire de son mieux en attendant que sa mère revienne. Mais où est-elle partie au fait ? Ah, elle réapparaît accompagnée d'un homme, ça doit être le père. Elle lui tend le petit paquet hurlant. Alors, celui-ci s'assoit dans la berceuse et pose son énorme patte d'ours sur le ventre du nourrisson et le masse. Il est grand, gros, barbu, poilu, on dirait un ogre et le bambin, perdu dans les bras géants, tout hoquetant finit par s'apaiser. La tempête est passée. Les parents se regardent en poussant un soupir de soulagement et se sourient tendrement. Il tend le petit à la mère et retourne aussitôt à son ouvrage en lui disant :

— On va passer au travers...

Elle, elle est plantée là au milieu de la cuisine et pense qu'elle vient d'assister à un miracle. Elle finit par s'asseoir et contemple la mère dans la berceuse avec son enfant. Celle-ci a relevé son

chandail et lui donne le sein. Un silence bienfaisant, parsemé de petits bruits de succion, règne enfin dans la maison. Elle se lève et recule doucement vers la porte, mais la femme l'arrête.

— Ne partez pas, je vous en prie. Restez un peu avec moi. Aussitôt qu'il va s'endormir, je vais nous faire une tisane ou un café.

Alors elle se rassoit et contemple le merveilleux et tout simple spectacle de cette jeune mère qui nourrit son enfant.

— Comme c'est beau...

— Excusez-moi pour tout à l'heure, vous êtes arrivée à point, je n'aime pas laisser mon bébé tout seul. Quand je suis fatiguée, je deviens trop tendue pour le calmer. Heureusement que son père travaille tout près. On dirait qu'il a un don pour ça.

— C'est quelque chose, ces p'tites affaires-là...

La mère rit et se détend.

— Oui, surtout quand c'est notre premier. J'me sens tellement nounoune des fois, pauvre petit bébé.

Celui-ci s'est endormi. Elle le couche dans son moïse.

— Voulez-vous du thé, du café ? Moi j'me fais une bonne tisane pour me calmer moi aussi.

— Ben, moi aussi j'veis prendre une tisane pour me calmer.

Elles rient.

— Comme ça, c'est votre premier enfant... ?

— Est-ce qu'on peut se tutoyer ?

— Ben oui, ça va nous rajeunir.

— Oui, c'est mon premier. J'pensais jamais que ça serait dur comme ça.

— C'est beaucoup de renoncement.

— Ah ça, oui ! Renoncer à dormir toute sa nuit, renoncer à sortir quand j'veux...

— Renoncer à sa liberté...

— Oui, pourtant j'le savais avant de devenir enceinte. Mais là, j'suis dedans ben comme il faut. J'me demande comment nos arrière-grands-mères faisaient avec leur douzaine d'enfants. J'ai jamais compris.

— Ça devait être difficile. Mais nos arrière-grands-mères, elles étaient pas seules. Elles avaient leur mère, leurs sœurs, leurs belles-sœurs, leurs voisines. Elles étaient pas isolées. Ça fait toute une différence ça.

— Oui, c'est vrai. Nous, on est toute seule, chacune dans notre petite maison.

— Pis, faudrait tout savoir sans avoir appris.

— Ça fait du bien d'entendre ce que tu dis. Mais au fait, j'veux pas prendre tout ton temps. T'es à pied ?

— Oui, j'marche.

— Ah ? Vas-tu loin ?

— J'le sais pas du tout, je suis le chemin et j'me pose pas de questions. Ça fait plusieurs jours que je suis partie.

— Ah, ben, ça alors, la grande liberté ! Tout le contraire de moi.

— Chaque chose en son temps. Moi, j'suis rendue à une période de ma vie où je peux le faire et j'ai choisi de le faire. Aimerais-tu dormir un peu ? J'vais laver ta vaisselle, pis j'vais plier ton linge.

La mère et l'enfant sommeillent tout le reste de l'après-midi. Après la vaisselle et le linge, elle passe le balai. Elle a envie de leur cuisiner une soupe pour leur faire une surprise. Quand on allaite, c'est bon une soupe, se dit-elle. Lorsque la soupe est prête, elle s'en prend un bol, lave le reste de vaisselle sale, le range et ouvre la porte doucement.

Ça fait une heure qu'elle marche lorsqu'une voiture s'arrête à sa hauteur. C'est le papa ogre. Il baisse sa fenêtre et lui dit :

— Vous êtes un ange !

— Non, mais j'aimerais bien avoir des ailes, lui répond-elle en riant.

— Allez, montez, vous pouvez pas partir comme ça.

— Je vous remercie, mais je préfère continuer avant la fin de la journée.

— Ma femme n'a jamais été aussi détendue depuis qu'elle a accouché. Vous lui avez fait du bien. J'aimerais tellement que vous reveniez.

— Ayez confiance, elle va se débrouiller.

— Bon, alors je vous reconduis au prochain village...

— Merci, c'est gentil, je préfère marcher.

Il lui remet un bout de papier.

— Tenez, c'est l'adresse de ma sœur, Véronique. Tout droit, dans une dizaine de kilomètres, une maison turquoise. Elle serait heureuse de vous connaître et de vous héberger, j'en suis sûr. Je vais l'avertir. Vous allez voir, c'est une bonne personne... comme vous.

Alors elle continue de marcher, le pas léger, le cœur joyeux. Elle songe à cette jeune maman et à toutes les mères du monde. Elle se demande si c'est plus compliqué d'avoir un enfant de nos jours. Peut-être est-ce plus difficile de renoncer... Absorbée dans ses pensées, elle chemine pendant presque deux heures. La végétation a poussé depuis qu'elle a quitté la ville, c'est de plus en plus vert, de plus en plus touffu et aussi de plus en plus peuplé d'oiseaux. Une jungle, une jungle boréale, se dit-elle. Perdue au milieu de cette jungle, de tout ce vert, une tache turquoise apparaît au loin. Elle continue d'avancer et aperçoit le pignon de la maison turquoise, la maison de Véronique. Elle est heureuse d'arriver et d'y être annoncée, la fatigue commençait à se faire sentir dans ses jambes. Sur la galerie avant, une femme est assise, un tricot à la main, elle l'attend.

À suivre...

MAISON CONRAD CARON

Monuments funéraires
Lettrage sur place

Jean-Pierre Thibault

Représentant

237, rue Allaire

Saint-Cyrille-de-Lessard

(Québec) G0R 2W0 Tél. : 418 247-5870

Garage

Germain Mercier

264, rue Principale, Saint-Cyrille-de-Lessard QC G0R 2W0



Mécanique générale
Remplacement de pare-brise

Tél. : 418-247-3203

VENTE DE PNEUS



Les Nouveaux Sentiers
de la MRC de L'Islet

183, rang Terrebonne
Sainte-Perpétue (Québec) G0R 3Z0
Tél. / Téléc.: 418 359-3348
Sans frais: 1 877 359-3348
nouveauxsentiers@globetrotter.net
www.nouveauxsentiers.org

SJL

Remorques forestières pour VTT,
accessoires et soudure générale
Soudure Jonathan Lemieux
division du groupe JMS

418-241-3341

soudurejonathanlemieux@gmail.com



Transport scolaire et nolisé
Autobus et minibus 418 247-3639

Notre division **PLOMBERIE** chez CYTECH CORBIN



SERVICE DE
CONCEPTION ET
D'INGÉNIERIE

Des petits travaux aux plus grands...
dans les secteurs résidentiels,
commerciaux et aussi industriels
Entre autres raccords d'aqueduc et égout.

ÉLECTRICITÉ • PLOMBERIE • CHAUFFAGE • CLIMATISATION
VENTILATION • RÉFRIGÉRATION



Cytech Corbin
SPÉCIALISTES EN
MÉCANIQUE DU BÂTIMENT

L'ISLET 418 247 5411 • MONTMAGNY 418 248 2396
INFO@CYTECHCORBIN.COM • CYTECHCORBIN.COM



Annabelle Giroux et
Philippe Drouin
Pharmaciens-propriétaires

310, boul. Millar-Indien
L'Islet - G0R 2C0
T 418 247-3978
F 418 247-3078
655365@uniprix.com

42, chemin des Pionniers Est
Cap-Saint-Ignace - G0R 1H0
T 418 246-5613
F 418 246-5699
655704@uniprix.com

officine à



officine à



BOIS & DESTINS — ÉPISODE 8 : LA SORTIE DU BOIS ET LES PREMIERS ÉCHOS

Résumé général pour nouveaux lecteurs

Bois & Destins raconte la mobilisation de producteurs forestiers qui voient leur marché — historiquement ouvert, libre et concurrentiel — menacé par une volonté d'exclusivité qui le fermerait. Lors d'une assemblée citoyenne, Rita, Louis Tremblay, Gérard et Keven, jeune de la relève, exposent les problèmes : manque de transparence, délais de paiement, perte de contrôle sur leur bois et, surtout, l'absence des producteurs actifs dans les instances officielles. Ensemble, ils rédigent un document citoyen réclamant le maintien d'un marché ouvert, des prix justes, la liberté de choisir leurs acheteurs et une mise en marché moderne. L'histoire suit leur solidarité grandissante et leur volonté de protéger l'avenir de la forêt privée contre un modèle fermé qui ne reflète plus la réalité du terrain.

Le document citoyen est maintenant imprimé, signé, discuté, annoté. Il a circulé dans les cuisines, les ateliers, les pickups. Mais pour Rita, Louis, Gérard et Keven, une évidence s'impose : **il doit maintenant sortir du cercle des producteurs.**

Ce lundi matin, ils se retrouvent dans la salle communautaire. La table est couverte de copies du document, d'enveloppes, de cartes de la région. On sent que quelque chose bascule : ce n'est plus une discussion interne, c'est une démarche publique.

Première étape : les élus municipaux

Rita pointe la carte du doigt : « On commence par les municipalités. Elles savent que notre marché a toujours été ouvert. Elles ont vu les entreprises locales se développer grâce à cette liberté. Elles doivent comprendre ce qu'on risque si on le ferme. »

Louis approuve : « Fermer le marché, c'est étouffer l'économie locale. C'est empêcher les producteurs de négocier, de choisir, d'innover. Les maires doivent voir que notre document, c'est pour protéger ce qui fonctionne déjà. »

Gérard prépare un dossier clair :

- le document citoyen
- les constats sur les producteurs actifs très peu présents dans les instances
- les impacts d'un marché ouvert sur l'économie locale
- les risques concrets d'un marché fermé
-

Keven propose d'aller rencontrer les maires en personne : « Ils doivent voir qu'on représente ceux qui vivent réellement de la forêt. Ceux qui seraient les premiers touchés si le marché se referme. »

Deuxième étape : les entrepreneurs locaux

Dans l'après-midi, ils dressent une liste des scieries, des transporteurs, des entrepreneurs forestiers indépendants. Louis explique : « Eux aussi profitent du marché ouvert. Ils peuvent négocier, créer des ententes, développer des services. Si on ferme le marché, ils perdent cette liberté. » Keven ajoute : « Et ça bloquerait la relève. On ne peut pas bâtir une entreprise dans un marché verrouillé. » Ils décident de préparer une version courte du document, orientée sur les bénéfices du **maintien du marché ouvert**.

Troisième étape : les médias régionaux

Rita hésite un instant. « On n'a jamais parlé publiquement de tout ça... » Louis lui répond : « Justement. C'est le moment. Les gens doivent savoir que ce marché ouvert est menacé. » Gérard propose d'écrire un communiqué simple, factuel, centré sur la défense du marché ouvert, sans attaque, sans confrontation et avec un message clair : *les producteurs actifs veulent préserver la liberté de mise en marché du bois*. Keven se porte volontaire pour les entrevues : « Je peux expliquer pourquoi un marché ouvert est essentiel pour la relève. »

À la fin de la journée, la table est couverte de dossiers prêts à partir : des enveloppes sont adressées, des rendez-vous sont notés, des copies sont empilées. Rita regarde le tout avec une émotion contenue : « On n'est plus seulement en train de parler. On est en train d'agir. » Louis ajoute : « Le marché est ouvert depuis toujours. Et c'est à nous de le protéger. » Keven, une copie du document sous le bras, sourit : « On sort du bois. Enfin. »

Le document citoyen a quitté la salle communautaire. Il circule maintenant dans les mains des élus, des entrepreneurs, des journalistes. Pour la première fois, les producteurs sentent que leur parole voyage plus loin que leurs rangs. Ce mercredi matin, Rita, Louis, Gérard et Keven se retrouvent autour du même poêle qui avait chauffé l'assemblée citoyenne. Sur la table : des courriels imprimés, des notes manuscrites, des messages vocaux retranscrits.

Les premiers échos arrivent. Le maire de Sainte-ÉpINETTE a été le premier à répondre. Un message bref, mais clair : « Votre document est pertinent. Le marché ouvert a toujours été un moteur économique ici. Je veux en discuter avec vous. » Rita sourit. « Il comprend. Il voit ce qu'on voit. » Puis un autre message, celui de la mairesse de Saint-Érable : « Si le marché se ferme, nos entrepreneurs locaux vont perdre des contrats. Je veux une rencontre. »

Louis hoche la tête : « Les municipalités savent très bien que la liberté de mise en marché, c'est ce qui garde nos villages vivants. » Gérard, méthodique comme toujours, note les rendez-vous dans son cahier. En après-midi, un transporteur forestier appelle directement Louis. « J'ai lu votre document. Si le marché se ferme, je perds la moitié de mes clients. Je veux signer. »

Une scierie indépendante envoie un message similaire : « Le marché ouvert nous permet d'acheter localement, rapidement, efficacement. Si on nous impose un intermédiaire obligatoire, on perd notre flexibilité. » Keven écoute tout ça avec une attention fébrile. « On dirait que les gens

attendaient juste qu'on parle. » Louis lui répond : « Ils attendaient surtout que quelqu'un ose dire que fermer le marché, c'est reculer de trente ans. »

En fin de journée, un courriel attire l'attention de Rita. Un journaliste du média régional *Le Courrier du Sud-Est* demande une entrevue. « Nous voulons comprendre pourquoi des producteurs forestiers s'opposent à un modèle fermé. Votre document soulève des questions importantes. » Gérard lève les yeux : « Ça, c'est nouveau. On n'a jamais eu de couverture médiatique. » Keven se propose immédiatement : « Je peux y aller. Je suis jeune, je vis de la forêt, je peux expliquer ce que ça changerait pour la relève si le marché se referme. » Rita approuve : « Tu es la meilleure personne pour ça. »

Mais tout n'est pas simple. En soirée, un message plus froid arrive, signé d'un membre influent d'un comité régional : « Votre document est incomplet. Le marché ouvert crée de l'instabilité. Un modèle fermé apporterait de la sécurité. Nous voulons vous rencontrer. »

Louis lit deux fois le message. « Voilà. Les forces qui veulent fermer le marché commencent à se manifester. » Rita reste calme : « C'est normal. Quand on défend la liberté, ceux qui veulent la restreindre réagissent. » Keven serre les poings, mais Gérard lui pose une main sur l'épaule : « On ne se bat pas contre des gens. On se bat pour un principe. Pour un marché ouvert. Pour l'avenir. » À la fin de la soirée, la table est couverte de réponses : des positives ; des prudentes ; des inquiètes ; des opposées. Mais une chose est claire : **le document citoyen a déclenché quelque chose.**

Rita résume la situation : « On n'est plus seuls. On n'est plus silencieux. Et maintenant, ils savent que les producteurs actifs existent. » Louis ajoute : « Le marché est ouvert. Et tant qu'on sera debout, il va le rester. » Keven regarde les messages étalés sur la table. Pour la première fois, il voit l'avenir non pas comme une inquiétude, mais comme un terrain à défendre.

USINAGE DE PRÉCISION

CONCEPTION
FABRICATION
PRODUCTION
RÉPARATION

ML Enr.

MICHEL LORD
7285, 17^e Avenue Montréal (Québec) H2A 2R4
Tél. / Fax : 514 729-1659

Marie-Josée Ouellet
Courtier Immobilier

418 241-3003 En tout temps!
marie-josée.ouellet@remax-quebec.com

Agence Immobilière
Franchisé indépendant et autonome du RE/MAX Québec Inc.

**REMORQUE GRATUITE
OFFERTE À TOUTE
MA CLIENTÈLE**

AVEC
MARIE-JOSÉE OUELLET
ÇA DÉMÉNAGE

418.241.3003 418.598.6031

REMORQUE OFFERTE
GRATUITEMENT À MA
CLIENTÈLE

Service après-vente impeccable

Visitez mes propriétés : Marie-Josée Ouellet

GAGNON MEUBLES

*Depuis trois générations à
votre service!*

378, Principale
Ste-Perpétue, QC
G0R3Z0

www.gagnonmeubles.com
gagnon.meubles@globetrotter.net

418-359-2424

Étude cessionnaire du greffe de
Me Pierrette Couillard, notaire,
Me Marie-Hélène Quirion, notaire
et Me Émile M-Déchène, notaire

Immobilier
**Testament & mandat
de protection**
Succession
Entreprise

OLIVIER PELLETIER
NOTAIRE INC.

olivierpelletier@notarius.net

259, boulevard Nilus-Leclerc, L'Islet, G0R 2C0
418 247-7170 ou 418 598-3193
olivierpelletiernotaire.com

SORTIE CINÉMA

LA PLACE

7 octobre 15h30 et 19h et 8 octobre 19h

En route vers un souper, un couple se dispute une place de stationnement avec un inconnu. Ce qui commence par un simple accrochage se transforme peu à peu en duel dont les échos dépassent la rue. Plus tard, autour de la table, entre éclats de rire et confidences, la soirée se déroule sous l'ombre persistante de cette confrontation inachevée.

Film à voir absolument, Benoit Gouin est époustouflant dans ce rôle.

125 RUE DES MALAISES

14 octobre 15h30 et 19h et 15 octobre 19h

Laurent Perrier a pris une décision irrévocable. Pas par désespoir, mais par conviction profonde. Avant de partir, il veut régler ses affaires et s'assurer que rien ne restera en suspens. Il convoque donc sa fille dans sa maison de campagne. Mais alors que la situation est déjà tendue, un inconnu frappe à la porte et fait voler la paix familiale en éclats.

Entre ce visiteur inattendu, un testament qui promet de faire des vagues et un voisin tenace, ce qui devait être une sortie ordonnée tourne rapidement au chaos. En voulant tout contrôler jusqu'à la fin, Laurent déclenche exactement ce qu'il cherchait à éviter et force chacun à se poser une question fondamentale : à qui appartient notre vie ? Une comédie humaine, tendre et pertinente, sur le poids des secrets, l'amour maladroît et le droit de choisir.

Un excellent film mettant en vedette Rémy Girard.

RÉDEMPTIONS

21 octobre 15h30 et 19h et 22 octobre 19h

Marcel, un tueur à gages à la retraite, est forcé de reprendre le collier et de commettre deux meurtres à Montréal. Ce faisant, il initie, sans le savoir, une suite d'événements fortuits qui finiront par mettre en danger la vie de sa propre fille à Paris.

Un autre super film québécois avec Luc Picard, ne le manquez pas.



Le Cyri-Lien
Un lien qui nous unit !

Votre communauté a tant à partager!

Contribuez au journal communautaire **Le Cyri-Lien** en nous faisant parvenir vos textes, vos photos, vos histoires et vos idées !

- Textes**
Chroniques, témoignages, réflexions...
- Photos**
Paysages, événements, coups de cœur...
- Histoires**
Souvenirs, anecdotes, culture locale...
- Idées**
Sujets d'actualité, projets, personnes inspirantes...

Faisons vivre notre journal ensemble !

Le Cyri-Lien

Votre regard
Vos talents
Votre vécu
Notre belle région

Initiatives inspirantes et conseils utiles

Les chroniques de l'intérieur

Bien plus qu'un repas!

Manger un bon repas n'est pas toujours facile. Parfois des problèmes d'ordre financier, la maladie ou la solitude nous amènent à mettre de côté ce besoin de base. Souvent, on attend trop longtemps en pensant que c'est normal, que c'est le corps qui vieillit et donc que nos besoins diminuent. Pourtant, à long terme, des repas incomplets peuvent occasionner des problèmes de santé et donc une perte d'autonomie.

Alors pourquoi ne pas agir avant qu'il ne soit trop tard ? **L'utilisation des services de la popote roulante peut alors être une bonne solution !** En plus de recevoir un bon repas, vous aurez la visite d'une personne dévouée qui arrivera chez vous avec le sourire et le souci de rendre votre journée plus agréable.

Voici en quelques mots ce qu'une cliente de la popote roulante pense de ce service : « À 83 ans, lorsque nous rencontrons nos limites, la maladie ou même un accident, c'est sécurisant de pouvoir recourir au service de La Chaudronnée. Les repas sont chauds et livrés avec une politesse remarquable ».

Alors si vous pensez que ce service est pour vous, n'hésitez surtout pas et appelez-nous !



Rédigé par Jinny Lord, La Chaudronnée
418-598-3235
coordo.chaudronnee@outlook.com



Une invitation à lâcher prise

Dans le cadre de cette entrevue, je rencontre madame Francis B. Goldberg afin de découvrir sa vision personnelle de la vie, de l'évolution et de la possibilité de continuer à grandir, peu importe l'âge. À travers sa spiritualité et sa façon unique de regarder le monde, **elle nous invite à réfléchir à notre propre chemin vers plus de bonheur et de bien-être.**

F. G. :

« Pour moi, nous sommes dans une grande période de transition. Tout change, tout évolue, et je travaille à accueillir ces transformations de façon positive. Je crois que nous entrons dans un nouvel âge, que j'appelle l'âge d'or. Pour avancer, il faut apprendre à laisser nos peurs derrière nous et à lâcher prise. Même dans les moments difficiles, j'essaie de ramener mon attention vers ce qui est positif, ici et maintenant. **La méditation m'aide beaucoup à retrouver mon équilibre.** La poésie et la peinture me permettent aussi de voir le monde autrement. Je suis attentive à mon corps, à mon énergie et à ma posture, en cherchant à demeurer ouverte, autant physiquement qu'intérieurement.

L'amour est au cœur de ma façon de voir la vie. Je crois que nous devons porter davantage attention aux autres et travailler sur nous-mêmes pour créer plus d'unité.

Je cherche aussi à revenir à l'essentiel, à me détacher de la technologie et à faire confiance à la vie. Pour moi, avancer, c'est accepter que tout évolue et accueillir chaque transition avec moins de peur et plus de confiance. »

Rédigé par Arianne Lacasse, intervenante «
Accueil et Écoute » à la Maison de la Famille de
la MRC de L'Islet
418 356-3737
ariane.lacasse@mdflislet.com



Des idées, des gens; un jardin

Article inspiré du **Jardin collectif porté par l'organisme L'ABC des Hauts Plateaux de St-Pamphile.**

Un jardin collectif est un espace partagé où des citoyens, de tous âges, se réunissent pour planifier, entretenir et récolter des fruits et légumes afin de les distribuer à leur collectivité tout en restant actifs. Le jardin porté par L'ABC offre une activité communautaire accessible, où plusieurs personnes peuvent s'impliquer et démontrer la force que peut avoir une communauté qui s'entraide.

Première étape: trouver une terre

Il suffit parfois de faire confiance et d'initier les premiers pas pour que les choses se passent...

- Nathalie (responsable de l'organisme):

Bonjour Monsieur Beaulieu vous vouliez me parler?

- M. Beaulieu: *Ça l'air que vous voulez faire un grand jardin? Je peux vous prêter une parcelle de ma terre gratuitement!*

- Nathalie: *Quel beau geste de votre part! Comment refuser une telle proposition! M. Beaulieu ressent de la fierté à soutenir un organisme de son village au bénéfice des citoyens.*

L'équipe de Nathalie ont reçu cette nouvelle comme un cadeau; cela leur a procuré un sentiment de reconnaissance.

Rédigé par Isabelle Duguay et Marc-Antoine

Martineau, tous deux organisateurs

communautaire pour Santé Québec.

418-248-2572 poste 26184 ou 26429

isabelle.duguay.cisssca@ssss.gouv.qc.ca



Je suis locataire en RPA. Quels sont mes droits si...

Je ne reçois pas d'avis de renouvellement?

Si la résidence ne vous envoie aucun avis avant la fin du délai prévu par la loi, votre bail est reconduit automatiquement aux mêmes conditions

Je veux ajouter ou retirer des services à mon bail?

Vous devez vous entendre avec la résidence qui haussera ou diminuera le coût du loyer en conséquence. Par contre, la résidence n'a aucune obligation d'accepter votre demande de retirer les services

J'ai été hospitalisé et on me refuse le retour à mon logement?

Vous avez le droit au maintien dans les lieux. La résidence ne peut donc pas mettre fin à votre bail à moins d'obtenir une décision du Tribunal administratif du logement.

On entre dans ma chambre à tout moment?

Outre les urgences et la prestation de soins, on doit vous transmettre un avis au moins 24 heures à l'avance

Rédigé par Suzie Laure de l'Association

coopérative d'économie familiale

(ACEF / CAAP Québec)

418-387-3414 | info@caapca.ca



Nous recueillons vos suggestions et commentaires sur les améliorations que nous pourrions apporter à notre journal. Scannez le code QR pour nous donner votre avis!



MARCHÉ RICHELIEU
 OUVERT 7 JOURS DE 8H À 21H

Francis St-Pierre
 429, Route 204
 Saint-Aubert (Québec) G0R 2R0
 richelieu4201@gmail.com
 Tél. : 418 598-6170 • Téléc. : 418 598-6336

ÉPICERIE • BOUCHERIE • METS CUISINÉS
 MICHE • FRUITS ET LÉGUMES • BIÈRES ET VINS • JOURNAUX



ENAIR CONTROLE
 # RBQ : 5633-5532-01
 MONTMAGNY, SAINT-JEAN-PORT-JOLI

• ÉLECTRICITÉ • CHAUFFAGE • CLIMATISATION
 • RÉFRIGÉRATION • VENTILATION

DAIKIN GREE VENMAR

La qualité du service avant tout !
418-248-2468

Corporation des maîtres électriciens du Québec
 CCTAR Corporation des entrepreneurs de l'air, du feu et de l'eau

OCTOBRE 2026

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
				1 Bibliothèque	2	3
4	5	6 Séance du conseil	7	8 Récupération	9	10
11	12	13 Ordures	14	15 Bibliothèque	16	17
18	19 Action de Grâces	20	21	22 Récupération	23	24
25	26	27 Ordures	28	29 Bibliothèque	30	31

MENU POPOTE ROULANTE OCTOBRE 2026

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
				01 Boeuf haché à l'oignon	02	03
04	05	06 Filet de porc sauce champignon et ail	07	08 Boulettes sauce aux pêches	09	10
11	12	13 Livraison repas congelés Brochette de poulet sauce ananas	14	15 Cigare au chou	16	17
18	19	20 Gratin de légumes et jambon	21	22 Boulettes suédoises	23	24
25	26	27 Croissant salade aux crevettes	28	29 Boeuf aux légumes	30	31

Informations et commandes
418-598-3235



Menu et repas par
Manu atelier culinaire



Les aventures de Cyrille Lessard



À L'Islet 3 ENDROITS pour vous



Épicerie
Boucherie
Boulangerie
Prêt-à-manger
SAQ
Livraison
Ouvert de 7h à 21h
7 jours/semaine

Gym
Douches
Lit de bronzage
produits XPN
Ouvert 24h/jour
7 jours/semaine



Essence
Dépanneur
Prêt-à-manger
Propane
Lave-auto
Coin bistro
Ouvert 24/jour
7 jours/semaine

Suivez nous sur facebook

Journal Le Cyri-Lien

Souper bénéfice

Demi poulet
BBQ 30\$



Samedi 14 novembre 2026



18 h à la salle des loisirs
St-Cyrille ou * pour sortir



Musique et animation avec
Samuel Thibault Carrier



➤ Réservation ➤
418-241-6893

En mode projet? On est en mode solution.

Prêts et marges de crédit personnels

Nous sommes là pour vous aider à trouver une solution de financement pour donner vie à vos idées.

Parlez-en à un(e) conseiller(-ère).



Les prêts et financements sont sous réserve de l'approbation du crédit par Desjardins. Certaines conditions d'exclusion et limitations peuvent s'appliquer. Les prêts et financements sont offerts en fonction de vos besoins. Consulter un conseiller ou une conseillère Desjardins afin de déterminer ceux qui vous conviennent.