

Deux élans pour notre communauté

par Andrée Robert

Le printemps s'annonce, et amène une impression de mouvement, de réveil, de prise de parole. Cette édition du Hameau s'inscrit dans ce momentum grâce à deux thèmes majeurs qui, chacun à leur manière, parlent de dignité, de responsabilité et de solidarité.

D'abord, notre dossier sur la condition féminine. Parce que mars nous invite naturellement à réfléchir aux réalités vécues par les femmes, nous avons souhaité aborder ce sujet d'actualité. Sofia signe une chronique courageuse sur les féminicides. Un texte nécessaire, qui nomme l'indicible et nous rappelle que derrière les statistiques, il y a des vies brisées, des familles marquées, des communautés touchées. Mettre des mots sur ces réalités, c'est déjà refuser l'indifférence. De plus, je tiens à remercier Louise Aubert qui revient afin de nous éclairer sur une réforme importante concernant les conjoints de fait. Ceci touchera concrètement de nombreuses familles d'ici.

Suite à la page 2



Sommaire

Forum Citoyen : De l'aspiration à l'action	4
Bulle de reconnaissance.....	4
Chronique agricole	6
Diner de crêpes	8
Carnaval 2026	9
Conjoints de fait.....	13
La pensée du mois	14
Victime de ta propre histoire...	16
Chronique bien-être.....	18
Le fascia, gardien du vivant au cœur du bassin féminin	19
MDJ	20
Communautaire À BOUTTE...	21
Cabane des jeunes	21
Persévérance scolaire	22
Taxes municipales 2026	24
Santé mentale	26



Suite de la page 1

Comprendre les implications de cette législation, c'est se donner les moyens de protéger celles et ceux que l'on aime et d'agir en connaissance de cause.

Suites de la consultation citoyenne

Cette édition porte aussi un second message fort, qui nous concerne tous.

En 2024, la consultation citoyenne a exprimé avec clarté les aspirations de notre communauté. Ces voix ont été entendues. Les résultats ont été étudiés, analysés, discutés. Ils ont mené à un travail qui se poursuit afin de transformer ces aspirations en actions concrètes.

Forum Citoyen Ham-Nord, en collaboration avec la municipalité, annonce ainsi une nouvelle initiative porteuse : des mini-conférences-ateliers sur le thème de l'agriculture, organisées au centre communautaire en parallèle du petit marché local. (Pages 4-5)

Ce choix répond à un désir exprimé lors de la consultation : créer davantage de liens, valoriser les savoirs d'ici, favoriser les échanges et la transmission des connaissances.

Dans un milieu rural comme le nôtre, les rencontres, quelles qu'elles soient, sont bien plus que des activités. Elles contribuent à créer un tissu social solide, capable de faire face aux défis individuels et collectifs.

L'article de Marylène, en page 3, mérite votre lecture attentive. Il explique le sens et la portée de cette démarche. Même s'il ne s'inscrit pas directement dans le thème de la condition féminine, il représente l'autre pilier de cette édition : la construction d'un milieu de vie fort, solidaire et résilient.

Car qu'il s'agisse de justice sociale, de protection des familles ou de développement communautaire, une même question nous traverse : **comment prenons-nous soin les uns des autres ?**

Ce printemps, le Hameau vous invite à réfléchir, à vous informer, mais aussi à **participer**.

Notre communauté a démontré qu'elle savait rêver. Elle montre qu'elle sait aussi passer à l'action.

Bonne lecture — et au plaisir de vous croiser au centre communautaire.

Forum Citoyen : De l'aspiration à l'action

Par Marylène Morin

En 2024, le conseil d'administration de Forum Citoyen a entrepris un exercice d'orientation afin de s'assurer que les projets que nous portons correspondent réellement aux aspirations des gens de notre communauté.

Cette démarche nous a permis de confirmer que nos grandes orientations — Informer, Mobiliser, Agir — demeurent pleinement pertinentes, même après vingt ans d'engagement au sein du milieu.

Depuis la consultation citoyenne, le conseil d'administration, appuyé par de nombreux bénévoles, s'est impliqué activement dans plusieurs initiatives : la fête du village, la soirée de reconnaissance des bénévoles, les lumières de Noël, et bien d'autres. Nous avons également maintenu les activités auxquelles vous nous avez dit tenir, comme Le Hameau et la vente de garage.

Un message fort, un besoin de créer davantage de liens entre les gens

Mais au-delà des projets ponctuels, un message fort s'est dégagé de la consultation : un profond désir de créer davantage de liens entre les gens. Le besoin de lieux et d'occasions pour se rencontrer, échanger, partager les connaissances, les expertises et les talents qui vivent ici, chez nous.

C'est dans cet esprit que le conseil d'administration souhaite consacrer son énergie à créer — ou à bonifier — des espaces favorisant le partage et les échanges. Des moments où l'on peut venir apprendre auprès de ses concitoyens, découvrir les savoirs liés à notre environnement immédiat et reconnaître la richesse humaine qui nous entoure.

Ces liens tissés entre voisins et ces connaissances

concrètes constituent un véritable levier de résilience. Ils renforcent notre capacité à traverser des épreuves individuelles — maladie, séparation, bouleversement économique — comme des défis collectifs — inondations, sécheresses, feux, etc. ou décisions réglementaires affectant nos productions.

Nous n'avons pas à chercher bien loin pour trouver des exemples inspirants. Pensons à la solidarité manifestée par les agriculteurs durant la pandémie, lorsque certains ont dû détruire leur production. Dans notre milieu rural, ils incarnent un modèle d'entraide, de partage des savoirs et de soutien en temps de crise. Cette force est possible parce qu'ils prennent soin de leur environnement social autant que de leur terre.



Participer à des rencontres, qu'elles soient formelles ou festives, contribue à bâtir un tissu social vivant et solidaire. Un milieu où l'information circule, où les projets entrepreneuriaux sont encouragés, où l'achat local et les services de proximité se développent.

Peu à peu, une dynamique vertueuse s'installe : création de richesse locale, valorisation de nos paysages, fierté collective et sentiment d'appartenance renforcé.

Restez à l'affût des propositions que Forum Citoyen vous présentera dans les prochains mois.

N'hésitez pas à vous impliquer !

Et si ces lignes éveillent en vous l'envie de vous impliquer, n'hésitez pas à approcher les membres du conseil d'administration. Les idées, les talents et l'énergie de chacun sont les fondations de notre avenir commun.

Un vrai pharmacien!

Bulle de reconnaissance...

Par Jules Grimard



Encore une fois, je sors de l'hôpital et notre bon pharmacien se tient au courant de ma santé. Il vient même livrer chez moi les médicaments qu'il me faut, et ce, en plein temps des fêtes !

Il faut vraiment apprécier notre pharmacien et ses employés, car «essayer Steve, c'est l'adopter» c'est sûr ! Il est unique en son genre, et surtout, il est devenu indispensable dans notre communauté.

Voici mes dix commandements pour un bon pharmacien :

- Honnête
- Accueillant
- Généreux
- Connaisseur
- Très propre
- Bon administrateur
- Dévoué
- Intéressant
- Souriant
- Expert au plan médical

Encourageons notre belle pharmacie !

J'ai écrit ces quelques lignes avec mon cœur,

Jules Grimard

Du nouveau au

PETIT MARCHÉ DE HAM-NORD

Au centre communautaire,
un jeudi sur deux pendant l'hiver

de 15 h à 18 h

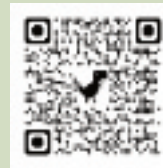
➤ **5-19 mars**

➤ **2-16-30 avril**

Parlez-en autour de vous !

Au plaisir de vous y retrouver !

Plus de détails sur Facebook !



Ateliers

SUR LE THÈME DE L'AGRICULTURE
AU PETIT MARCHÉ DE HAM-NORD

Chaque atelier traitera d'un sujet différent en lien avec l'agriculture, rendez-vous sur la page Facebook du Petit Marché pour plus de détails

Semis et repiquage
avec Gloria Fortin

5 mars
à 3h30 et 5h30

Poules et volailles
avec Véronique Gagnon

2 avril
Heure à confirmer

Atelier à confirmer

30 avril
Heure à confirmer

📍 Au Centre communautaire (474 rue Principale, Ham-Nord)

Chronique agricole

Le gel hâtif

Par Jacinthe Paradis

Pour nos agrumes de la Floride...

À la fin janvier, la Floride a eu droit à une vague de froid qui a déplu à plusieurs cultures. D'après les statistiques, un pareil gel se serait déjà pointé le nez voilà plus de 36 ans. Le record de froid aurait été de - 2,8 Celsius en 1917 !

Quand Dame Nature décide de sortir son « 0 Celsius », il y a de quoi inquiéter la production maraîchère. Un beau tapis blanc s'était installé pour déranger les vacanciers qui étaient venus profiter de la chaleur...

Afin de prévenir les dommages occasionnés par le gel que pourraient subir les cultures d'agrumes, la population agricole a dû instaurer des moyens pour protéger les plantes sensibles.

Les températures froides qui étaient proches du seuil du gel pouvant entraîner des pertes sur le rendement. Pour protéger les plants du gel, des machines à vent et des arroseurs ont été utilisés pour les bosquets.

De plus, depuis plusieurs années, la Floride doit négocier avec les ouragans, et les maladies en plus des gels. La superficie des plantations d'agrumes a diminué dans les dernières années, causant une augmentation du prix des oranges, par exemple, ce que le consommateur peut déjà constater. Cela n'est pas près de s'arrêter.

Et au Québec...

Pour le Québec, avec nos hivers maintenant plus doux, le débourrement arrive plus tôt, donc le risque de gel est toujours présent. Pour aider à ne pas perdre leurs cultures, des alternatives s'offrent aux maraîchers.

Par exemple, l'aspersion d'eau, qui consiste à recouvrir les bourgeons de glace. Quand l'eau passe de l'état liquide à l'état solide, elle libère de la chaleur. Et cette chaleur empêche le tissu végétal de descendre sous les zéros Celsius, car plus bas ils sont souvent détruits. La coque de la glace protège le bourgeon. On doit commencer l'aspersion avant que le gel commence et jusqu'à ce que la température monte à 0 Celsius, sinon le risque de dégâts est élevé.

Il y a aussi la technique de ventilateur, celle des bougies et celle qui consiste à faire des petits feux dans des barils.

Pour les producteurs et productrices de céréales (blé et seigle d'automne, etc.) de luzerne et de foin, toute cette belle neige qui couvre les champs, c'est un cadeau du ciel, car ce blanc tapis fait une excellente protection dans les champs. Nous avons eu Dame nature de notre côté.

Reconnaissance ...

Tout cela pour dire que nous devons apprécier la nourriture qui est dans notre assiette, car, pour y être arrivée, elle a peut-être dû faire vivre aux producteurs et productrices, leur lot de sacrifices et de stress.



Bon appétit !

Le gel en agriculture

Par Sarah-Ève Dubé



Le sol est une ressource naturelle et fragile qu'il faut préserver à tout prix. Le sol est un lieu vivant, une réserve en éléments nutritifs, un support pour les plantes ainsi que des résidus géologiques.

Le gel en agriculture, bien que dangereux pour les cultures au printemps, est bénéfique en hiver pour structurer les sols et réduire les ravageurs. Il endommage les tissus végétaux (déshydratation, éclatement cellulaire) lorsque la température descend sous 0 °C, nécessitant des méthodes de protection.

Types de Gel et impacts

Gel hivernal : Bénéfique, il tue les parasites (pucerons, moucheron) et assainit les sols.

Gel printanier : Très destructeur, car la végétation est en reprise.

Gelée blanche : Humide, le givre forme une protection.

Gelée noire : Sèche, elle détruit les tissus internes des plantes.



Méthodes de lutte contre le gel

Aspersion : Arroser les cultures pour créer une gangue de glace (effet igloo) qui maintient le bourgeon à produire de la chaleur et qui empêche l'air emprisonné dans la poche de descendre sous les -1 degrés Celsius (température de gel du bourgeon). Les cultures peuvent être protégées jusqu'à -6 dans le cadre d'une aspersion de 1,5 mm à 2,5 mm d'eau/heure. Il faut continuer l'aspersion jusqu'à ce que les températures redeviennent positives.

Chauffage : Anciennement, il y avait utilisation de bougies, chaufferettes ou brûlots pour réchauffer l'air. (Idéalement surveillé par une personne)

Brassage de l'air (Ouest canadien) : Tours antigel ou hélicoptères pour mélanger l'air froid au sol avec l'air chaud en altitude. Brasser l'air pour qu'elle ne se dépose pas dans la zone chaude ou froide; l'air se stratifie.

Protection passive : Travail du sol, bâches, ou choix de cultures résistantes.

Diner de crêpes du CARNAVAL

Sarah-Ève Dubé, pour la Fabrique

Le comité de levée de fonds tient à vous remercier chaleureusement pour votre participation lors de notre dernière activité. Grâce à votre présence, nous avons servi plus de 170 repas et récolté la somme de 2 900 \$. Votre enthousiasme est notre plus belle récompense. Merci de votre générosité!

Nous exprimons également notre gratitude envers nos partenaires, la Picarblière et la Fédération des producteurs de lait du Centre-du-Québec, pour leur contribution à cette réussite.

Rendez-vous : samedi 9 mai, souper de poulet BBQ. Réservez vos billets !



Notre dîner de crêpes fut un succès !



Carnaval 2026

Quelques photos de la patinothèque

Plus de 250 participants se sont présentés à l'activité du vendredi soir, qui fut, encore une fois, un énorme succès.

Nouveauté:

DJ avec demandes spéciales

Quatre mascottes:

Marcus, Stitch, Frigolo et Polix ont foulé la glace à la rencontre des petits et des grands.



Le Hameau



Chien-Show

"Le Chien-Show" présenté par le "Magie-Chien"
(Yan le magicien) qui a su captiver les petits et les grands !



Le Hameau



MERCI À TOUS LES PARTICIPANTS!

Merci à la Maison des jeunes pour son aide lors de la patinothèque.
Merci Nancy Brisson, à l'équipe de la Douce Folie Gourmande et à la MDJ pour la bonne bouffe à la cantine.

Merci à Philippe Langlois de la Grange Pardue pour l'organisation du tournoi de hockey.
Merci à Marc-André Larose et Normand Ramsay pour la randonnée aux flambeaux.

Merci à la Picardière pour la délicieuse tire sur la neige lors de la randonnée aux flambeaux.

Merci à l'équipe de la Fabrique pour le délicieux dîner de crêpes.
Merci au club Lyon de Ham-Nord, au député Sébastien Schneeberger et à la Municipalité de Ham-Nord pour le soutien financier.

Bien sûr, un merci spécial à mes collègues : Mathieu Couture, Patrick Duchaine, Patrick Vachon, Sylvain Asselin et Bobby Dubois. Grâce à ce beau travail d'équipe, tout est possible.



INFOLETTRE

**Recevez
chaque lundi
la liste de prix
des produits disponibles**

C'est le printemps...

Nos cueillettes seront de plus en plus diversifiées et abondantes.

Nos prix s'ajustent en fonction de cette abondance.

Des événements !

Vous trouverez également dans notre infolettre l'annonce de nos événements en préparation.

Ferme
Bio Maraîchère

Utilisez ce code QR
pour vous abonner
facilement



Douceur et respect de la femme,
dans cet écrit d'un poète ham-nordois:



Un baiser

Abrité dans le secret de mon cœur,
Un baiser attend, vêtu de patience.
Un baiser pour toi, tout de bise emmitouflé.
J'ai un baiser d'amour pour ta présence,
Un hymne de fruits confits
Pour la sagesse que tu apprends.

J'ai pour toi un baiser sous forme de fleur,
Une ode-reflet à ta belle intelligence,
Un baiser sous un sol encore givré.
Il a poussé doucement en ton absence,
Mû par le clair rayonnement du midi,
Chanté par un futur que tu attends.

Tu le reconnaîtras, s'oubliant dans le chœur
Des instants minutés en latence.
Il n'attendra pas que vienne l'été
Pour te nommer, toi, bouquet de sa chance.
Il est même de là-bas, il est même d'ici,
Modulant en silence un calme qui s'entend.

Michel Charbonneau, mars 1980

Réforme pour les conjoints de fait

Par Louise Aubert, notaire

Je vous reviens après plus de deux (2) ans d'absence. En ce mois de la Journée de la Femme, je me suis sentie interpellée pour vous entretenir sur un sujet d'actualité qui touche les conjoints de fait au Québec. En effet, le 30 juin dernier marquait l'entrée en vigueur d'une réforme importante en droit de la famille qui touche les conjoints de fait : l'union parentale. Ce régime s'applique automatiquement à tous les couples non mariés, qui ont eu ou qui auront un enfant ensemble à compter du 30 juin 2025.

En effet, depuis le 30 juin 2025, l'arrivée d'un nouvel enfant chez les conjoints de fait entraîne automatiquement la formation d'un cadre légal similaire à celui du patrimoine familial qui s'applique aux couples mariés. Ce nouveau régime d'union parentale vise à offrir une protection aux familles de conjoints non mariés en créant ce patrimoine familial qu'il faudra partager en cas de rupture de l'union.

Le patrimoine d'union parentale vise les résidences de famille (principale et secondaire), les meubles et les véhicules destinés à la famille, excluant cependant les susdits biens reçus par donation ou par succession.

L'union parentale se forme dès que des conjoints de fait deviennent père et mère d'un même enfant. Donc, deux (2) critères cumulatifs : le statut de conjoints de fait et l'arrivée de l'enfant commun après le 29 juin 2025. Somme toute, il faut deux personnes qui font vie commune ou qui se présentent publiquement comme un couple et qui ont un enfant commun. Sans l'arrivée d'un enfant commun après le 29 juin 2025, pas d'union parentale. En revanche, pour les conjoints de fait et parents d'un ou plusieurs enfants nés avant le 30 juin 2025, il est possible pour ces derniers de s'assujettir volontairement à ce nouveau régime.

Peut-on se soustraire à ce nouveau régime d'union parentale ? Oui, il est possible de s'entendre par contrat pour renoncer à certains aspects de l'union parentale. Dans les 90 jours suivant l'arrivée de l'enfant, les conjoints peuvent décider de se soustraire à certains aspects de ce nouveau régime, comme le patrimoine. Il s'agit d'une décision qui se prend à deux (comme toutes décisions au sein d'un couple, non ?) et qui doit

être confirmée par la signature d'un contrat devant notaire.

Ce nouveau régime d'union parentale a également un impact important en matière de succession. En effet, le Code civil du Québec a été modifié afin d'étendre la définition du conjoint survivant à celui de conjoint en union parentale. Ce dernier a maintenant le même traitement que le conjoint marié dans le cas d'une succession ab intestat (sans testament). À titre d'exemple, le conjoint de fait en union parentale recueillera un tiers de la succession de son conjoint décédé sans testament et les enfants recueilleront les deux tiers.

Ce nouveau régime a également introduit le droit à la prestation compensatoire. À compter de la fin de l'union parentale (la rupture), un conjoint de fait pourra maintenant faire valoir devant le tribunal qu'il a droit à une compensation en contrepartie de son appauvrissement attribuable à son apport, en biens ou en services, et ainsi demander qu'il lui soit versé une prestation payable au comptant ou par versements. Il sera alors tenu compte, notamment, des avantages que procure le patrimoine d'union parentale. La prestation compensatoire est plus ou moins une somme d'argent qui vise à compenser un déséquilibre financier de l'un des conjoints de fait causé par l'union parentale.

Ce nouveau régime d'union parentale offre aux conjoints de fait et parents d'un enfant né après le 29 juin 2025, une protection accrue qui s'apparente à celle des couples mariés. Cette réforme était souhaitée depuis de nombreuses années au Québec.



La pensée du mois

Notre invitée : Lady Di

Par Louis-Marie Lavoie

Diana Frances Spencer, universellement connue sous le nom de Lady Di, n'était pas une écrivaine. Les citations qu'on lui attribue proviennent des nombreuses entrevues auxquelles elle a participé ou des conférences de presse qu'elle a données, elle qui s'était tant servi des médias pour finalement en devenir la victime.



Plutôt que par la rédaction de ses réflexions, c'est par son implication dans des causes humanitaires, l'émanation de sa propre lumière, sa notoriété en tant que princesse de Galles et épouse de l'héritier du trône d'Angleterre et l'immense diffusion de son image sur tous les supports dans tous les pays du monde qui en ont fait une figure emblématique.

Malgré sa vie de couple malheureuse et sa détresse émotionnelle, et peut-être aussi un peu grâce à elles, Lady Diana a su conserver une grande capacité à comprendre la souffrance des autres. Elle a été reconnue pour sa grande empathie et son approche chaleureuse envers le public, ce qui lui vaudra le surnom de «princesse du peuple».

La biographie de Lady Di est très bien documentée et facilement accessible sur Internet. Retenons quelques faits notables au passage.

Diana Spencer naît en 1961 à Sandringham, en Grande-Bretagne, dans une famille d'aristocrates. À l'âge de vingt ans, elle épouse le Prince Charles dans une cérémonie exceptionnelle qui se tient à la cathédrale Saint-Paul à Londres devant plus de 35 000 invités. Un mariage qui lui confère alors le titre d'Altesse Royale. Princesse triste, elle n'est pas heureuse en couple, mais rayonne dans son rôle de mère. Elle aura deux enfants aujourd'hui bien connus, les princes William et Harry. Son divorce sera officialisé en août 1996.

Elle milite dans de nombreux combats pour des causes qui lui tiennent à cœur. Elle vient en aide aux sans-abris, aux malades atteints du sida, particulièrement en Afrique, et aux enfants du monde entier. Elle crée ou s'engage dans plusieurs associations pour défendre l'abolition des mines antipersonnelles et le traitement du cancer.

Diana s'éteint tragiquement à l'âge de 36 ans lors d'un accident de voiture dans le tunnel du Pont de l'Alma à Paris. Sa mort a profondément ému le monde entier.

Lady Di : une icône

Lady Diana a marqué les femmes par son humanisme, sa vulnérabilité et son rôle de « princesse du peuple ». Elle a brisé les tabous liés à la santé mentale et à la maladie. Elle a redéfini le rôle des femmes royales en s'engageant dans des causes sociales. Elle a eu un impact chez les femmes en tant que modèle à suivre, par sa bonté, son empathie; sa vie de couple difficile qui a entraîné la libération de la parole sur des sujets normalement confinés au silence. Elle a aussi marqué son époque par son influence sur la mode.

En ce mois auréolé de la Journée de la Femme, il semble justifié de rendre à César ce qui appartient à César et à Lady Di, ce qui lui appartient. À savoir, une nette reconnaissance pour son apport à l'humanité dans cette dernière partie du XXe siècle. Cette figure marquante, grande influenceuse avant l'heure, qui a prêché davantage par l'exemple que par les mots a, toutefois, à l'occasion d'allocutions, livré quelques messages simples, mais d'une grande justesse.

« En tant que société, nous avons le devoir envers les femmes de créer un environnement réellement propice au développement et dans lequel elles peuvent elles aussi évoluer. »

« Je crois que la plus grande maladie dont souffre le monde aujourd'hui est le manque d'amour. »

« J'aime être un esprit libre. Certains n'aiment pas ça, mais c'est comme ça que je suis. »

DIMANCHE 8 MARS

La Boutique de la Cité se transforme en havre de paix pour célébrer, à l'occasion de la Journée de la Femme, la magnifique personne que vous êtes.

Le Cadeau de la Détente (12 à 16 h)
avec Chantal (La Vie Cpur), massothérapeute

Laissez ses mains de magicienne dénouer vos tensions. **Offrez-vous ce cadeau gratuit:** 10 minutes de pur bonheur (tête, cou, épaules). Un moment privilégié, à ne pas manquer !

Pour offrir cette chance à un maximum de femmes, nous proposons 4 rendez-vous de 10 minutes par heure (soit un départ tous les quarts d'heure). »

RÉSERVATION OBLIGATOIRE

avant le 5 mars, MIDI

 **Cadeau supplémentaire:** Recevez des échantillons de ses produits de soins naturels. 

LÉGUMES BIO

- Grand Retour de nos légumes frais bio
- Dégustation de tourtes aux carottes et autres délicieux produits.
- Semences biologiques.

Gloria sera présente pour répondre à vos questions de jardinage bio, de **12 à 14 h**

Au plaisir de célébrer ensemble ces femmes que nous sommes 

Réservez dès maintenant :

Marie-Lissa 819-552-4575 - 689, 8e rang, H-N

Annulation en cas de tempête de neige.

Boutique fermée : dimanche de Pâques le 5 avril



Quand la justice te refait victime de ta propre histoire

Par Sofia Laliberté

Attention, ce texte peut choquer. Il a pour but de dénoncer un problème de société qui ne peut plus durer.

Aujourd'hui, j'ai la gorge serrée, j'aimerais crier à l'aide. Parmi ces femmes qui ont perdu la vie depuis le début de l'année, six est le décompte au moment où je vous écris, certaines avaient demandé de l'aide... Mais pourquoi ont-elles quand même fini six pieds sous terre ?

Je ne peux plus me taire, faire semblant que c'est acceptable ou normal... J'ai passé des années à me dire que le temps effacerait peut-être mes cicatrices. Et que la violence finirait par être démasquée, stoppée et oubliée ? ...

Quand j'ai eu le courage de dénoncer ouvertement la violence, j'ai pensé que cela me soulagerait. Par la suite, je me suis questionnée et j'ai réalisé que j'attendais inconstamment des excuses qui ne sont jamais venues.

Le fait de craindre pour sa sécurité est suffisant pour demander une Ordonnance de protection civile. OPC. Il est conseillé de remplir une déclaration sous serment, mais ce n'est pas obligatoire. Pas besoin de prouver quoi que ce soit, si vous craignez pour votre sécurité ou si vous ressentez des effets psychologiques, vous pouvez remplir le formulaire en ligne à l'aide de la CAVAC. Des frais sont associés à la demande d'OPC, mais elle est gratuite si tu es admissible à l'aide juridique.

J'aurais voulu que la violence cesse lorsque j'ai changé d'adresse... mais non. Ce n'est pas comme ça que la réalité s'est présentée. J'ai tout de même ma part de responsabilité, puisque c'est mon histoire après tout. Est-ce que ce serait le scénario que mon âme voulait expérimenter pour en arriver à son apprentissage ultime de l'amour de soi ? Est-ce que je devrais leur demander pardon pour avoir fait d'eux des bourreaux ? Qui sait ?

Au-delà du plan spirituel, il y a une vie terrestre avec des humains qui sont dans un corps physique qui n'est pas éternel. La souffrance est perceptible et la violence est un fléau qui laisse des traces.

Oui ! Des femmes sont mortes... Et les autres ? Les voyez-vous ? Les entendez-vous ? Celles qui ne voient pas d'autre option que de s'enlever la vie ou d'abandonner leurs enfants pour se libérer. Je vous mentirais si je vous disais que ces options ne m'ont jamais effleuré l'esprit. Dieu merci, j'ai demandé de l'aide. Je ne suis pas morte il y a 15 ans ni il y a deux mois. À présent, personne ne réussira à éteindre ma lumière ni à me faire taire. C'est tellement paradoxal, car la raison pour laquelle j'ai réussi à quitter deux situations de violence conjugale ou familiale dans ma vie, c'était toujours grâce à mes enfants. Pour protéger mes enfants, j'ai tout quitté, tout abandonné.

Ce qui est paradoxal et qui me garde dans l'enfer de la violence post-séparation, c'est justement ce lien qui me garde en joue. Je suis une proie toujours accessible, car une connexion persiste : j'ai eu des enfants avec ces hommes.

Moi, je sais pourquoi ces femmes n'ont pas trouvé d'issue et ont perdu la vie. Oui ! Je le sais parce que je l'ai expérimenté. Elles ont perdu la vie parce que le système de justice est défaillant. Parce que les femmes ne sont pas prises au sérieux. Parce que la cour de la famille ne parle pas à la cour criminelle. Parce que le délai des plaintes est

En cette ère techno, voici une nouvelle qui saura protéger les adolescents. Depuis le projet de loi 73, il existe maintenant une façon simple de demander le retrait du partage de photos intimes sans consentement. Même si tu ne connais pas l'auteur. Photo ou vidéo réel ou modifié par IA. Celui qui partage ou menace de le faire est reconnu coupable, demandez l'aide de la CAVAC pour remplir le formulaire.

Le Hameau

La DPJ utilise une nouvelle grille de repérage systématique en cas de violence conjugale. L'exposition des enfants à la VC est reconnue comme étant un mauvais traitement psychologique, dommageable pour le développement des enfants. S'il y a suspicion de violence, la DPJ doit utiliser ce nouvel outil d'évaluation et mettre en place les mesures de protection temporaire.

interminable... Parce que les femmes sont laissées à elles-mêmes après une plainte... Par manque de ressources...

À la cour de la famille, de vieux principes priment lors d'une séparation : on cherche à installer la garde partagée à tout prix et à préserver le contact avec le père.

Même s'il a été violent.

Même s'il n'a jamais fait de thérapie.

Même si les enfants refusent les contacts.

Si le projet de loi avait été en vigueur en juin 2025, un juge ne m'aurait jamais dit que j'étais responsable et que j'avais mis en péril la garde partagée en quittant un contexte de violence familiale pour protéger mon fils. Ce qui a fait de moi à nouveau une victime... la victime de ma propre histoire.

Si la justice est aveugle au point de cautionner les comportements de contrôle coercitifs les yeux fermés, que pensez-vous qu'un abuseur reçoit comme message ? Il ne peut pas faire autrement que de se sentir validé et tout puissant. Comment pensez-vous que la femme peut s'en sortir ?

Quand le projet de loi C-16 sur le contrôle coercitif sera-t-il accepté ?
Quand le tribunal spécialisé sera-t-il effectif ?

Le simple dépôt du jugement criminel est suffisant comme preuve à la cour civile pour des dossiers en violence conjugale. Donc, la victime n'a pas à faire la preuve et de témoigner devant un autre juge d'une autre instance exemple à la cour de la famille.

Quelles sont les options ? Les solutions ?
Combien d'autres devront y laisser leur vie ?

À ceci je réponds :

PAS UNE DE PLUS !

Depuis le dépôt du PL73, il existe trois Formulaires qui simplifient la vie des survivantes ou victimes dans le processus judiciaire. Ces trois formulaires sont disponibles en ligne et peuvent être déposés au palais de justice de façon numérique. La victime peut : demander à témoigner par vidéoconférence; garder son adresse confidentielle; être accompagnée de la personne de son choix dans la salle d'audience.



Chronique bien-être

Par Sofia Laliberté

Le respect commence en soi

Dernièrement, j'ai été choquée par une publication de statistiques du directeur de la santé publique de Montréal; 38 % des jeunes affirment avoir vécu une ou plusieurs formes de violence par leur partenaire. *

Et ce matin, j'ai dû mettre les choses au clair avec mes enfants à la suite d'un simple commentaire qui faisait allusion à mon poids : «Vient jouer au soccer, maman, tu as besoin de faire de l'exercice.» Je lui ai dit : «Oui, je vais venir jouer parce que j'en ai envie. Mais, dis-moi, selon toi, pourquoi ai-je besoin de faire de l'exercice ? Par ce que c'est bon pour la santé ? C'est bon pour le moral ? C'est bon pour perdre du poids ?»

Sa réponse n'a pas été celle que j'aurais voulu entendre. Malgré mes valeurs familiales, mon éducation, la lecture des accords tolteques pour enfants.

J'ai pris un bon 15 minutes pour discuter de ce concept, du respect et de l'importance d'honorer le corps de la femme, car il t'a donné la vie et une femme un jour te permettra peut-être de vivre la paternité.

Nous, femmes, avons une responsabilité immense, voulons-nous éduquer des bourreaux ou des hommes respectueux de la femme ?

Tous ces hommes qui font la une n'ont-ils pas été mis au monde et élevés par des femmes ? Je ne juge pas, je ne blâme pas, mais je me questionne en tant que femme et mère de trois garçons. Si cette façon de voir la femme n'a pas été transmise par les parents, alors d'où les garçons ont-ils assimilé l'information ? À travers les réseaux sociaux ? Les films ? La transmission transgénérationnelle ? Vraiment ? Je ne sais pas.

Mais ce que je sais c'est que tout commence par soi, si je respecte mon corps, mes limites et mes besoins, je m'honore. Je prends soin de moi, je me donne de l'amour tous les jours. C'est ainsi que je montre aux autres comment je désire être traitée. Cela aussi se transmet à nos enfants. À nous de jouer !

Questions de réflexion : "Qu'est-ce que j'ai fait aujourd'hui pour prendre soin de moi ? Est-ce que je respecte mes limites et mes besoins ?"

Une phrase pour cultiver l'amour et le respect pourrait être : "Même si c'est parfois difficile, chaque jour, je me sens aimé et respecté, je m'aime et me respecte."

*Référence : La presse canadienne, publiée le 12 février à 10 h 47, Ici radio-cacanada.ca



Le fascia, gardien du vivant au cœur du bassin féminin

Par Kathleen Nugent, fasciathérapeute

En ce mois de mars, je rends hommage à la femme. Je célèbre sa beauté, sa sensibilité, sa force et sa capacité profonde de créer, porter et protéger la vie. Je célèbre son cycle menstruel, ce rythme intérieur qui la relie intimement aux cycles du vivant. Je célèbre les saisons de sa vie, chacune porteuse de transformations, d'adaptation et de sagesse.

Au cœur de ce mystère se trouve le bassin – ce lieu anatomique extraordinaire qui abrite et protège les organes de la création de la vie. Le bassin n'est pas seulement une structure osseuse : il est un espace vivant, dynamique, soutenu et relié par les fascias*. Souples et sensibles, les fascias participent à la transmission des forces, à la perception et à l'équilibre interne. Dans le bassin, ils jouent un rôle essentiel en soutenant les organes reproducteurs et en permettant leur mobilité et leur adaptation aux différentes étapes de la vie. : menstruations, grossesse, accouchement, ménopause.

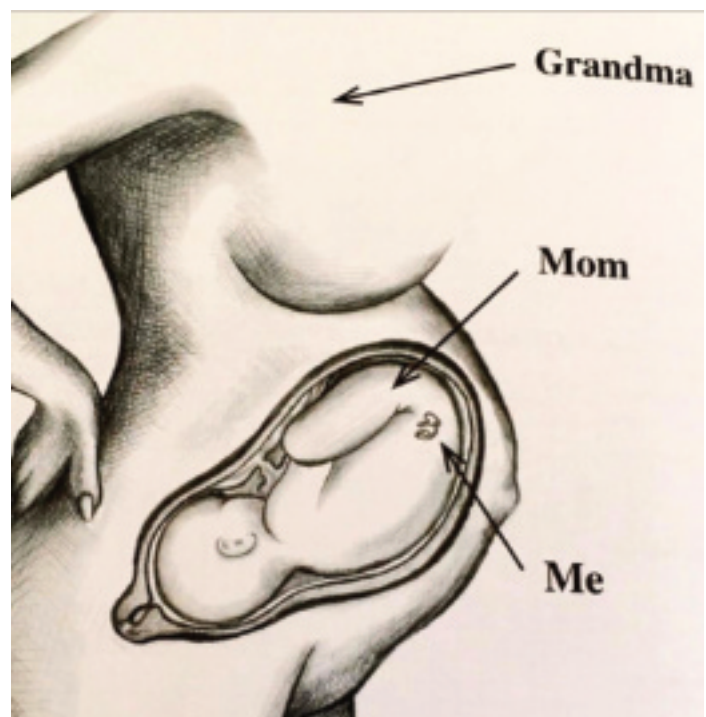
Saviez-vous que tous les ovules qu'une femme portera au cours de sa vie sont déjà présents dans ses ovaires pendant sa vie intra-utérine ? Cela signifie que, lorsque nous étions dans le ventre de notre mère, les ovules qui deviendront nos enfants futurs existaient déjà en nous (fœtus) et en elle (mère). Cette cohabitation transgénérationnelle (grand-mère/mère/enfant) assure une continuité qui nous rappelle à quel point le corps féminin est porteur de mémoire, de transmission et de lien entre les générations.

La grossesse illustre magnifiquement la capacité d'accueil et d'adaptation chez la femme. Pendant neuf mois, le corps de la femme se transforme pour nourrir et protéger un nouvel être. Fait étonnant, certaines cellules de sang peuvent même traverser la barrière placentaire et demeurer dans le sang de la mère pendant de nombreuses années, témoignant du lien profond et durable qui les unit.

Dans ma pratique de fasciathérapeute, j'ai le privilège de rencontrer ce bassin vivant, sensible, porteur d'histoires. Prendre soin du bassin, c'est prendre soin du centre de la femme – de son équilibre, de sa vitalité et de son intégrité. C'est reconnaître que cette région mérite écoute, respect et attention.

Honorer le bassin et la physiologie féminine, ce n'est pas seulement honorer la maternité, c'est honorer un centre de perception, de stabilité et de créativité présent chez chaque femme, qu'elle ait porté des enfants ou non. Prendre soin du bassin, c'est aussi prendre soin de ce centre vital qui soutient sa présence au monde, sa liberté et son intégrité.

*Les fascias sont des tissus conjonctifs présents partout dans le corps. Ils enveloppent, soutiennent et relient chaque organe, chaque muscle, chaque structure.



AVRIL 2026 À LA MDJ

1 & 2
avril



LE COMMUNAUTAIRE
'BOUTTE



3 & 6
avril

MDJ fermée
CONGÉS DE PÂQUES

7
avril

ACTIVITÉ SPÉCIALE SUR
Pautisme

9
avril

Des hauts et débats

10
avril

SOIRÉE LIBRE !



Maison des jeunes
des Hauts-Reliefs



LA GRANGE
PARDUE
L'ÉRIE, MANOULE, BÂLE MINE



Maison des jeunes
des Hauts-Reliefs



CABANE DES JEUNES COUNTRY-WESTERN

SAMEDI 21 MARS 2026 | SALLE COMMUNAUTAIRE DE HAM-NORD | 17H30

VERRINE DE CREVETTES NORDIQUES,
SALSA DE MÂNGUE À L'ÉRABLE

MÉLANGE DU JARDIN, CONCOMBRE,
FRAISE ET VINAIGRETTE À L'ÉRABLE

ROULEAU JAMBON, ASPERGE ET FLEUR DE
WEDON

BOUCHÉE DE SAUCISSE CABANE-À-SUCRE
ET POMMES CONFITES À L'ÉRABLE

MINI BURGER DE BISON, CHEDDAR FORT,
SAUCE BBQ À L'ÉRABLE

MINI BROCHETTE DE BOCCONCINI STYLE
BRUSHETTA ET PESTO

CHIPS, CRUDITÉS, TREMPETTE

TARTELETTES AU SIROP D'ÉRABLE








★ **PATING PATANG BAND** ★

★ **DANSE COUNTRY AVEC LISE MORIN** ★

★ 12 ANS+ 30\$ ★ 05-11 ANS 15\$ ★

BILLET: 819-344-5530



Desjardins
Caisse des Bas-Francis



Ham-Nord



Ham-Nord



Ham-Nord

MARS 2026



Maison des jeunes
des Hauts-Reliefs



MAISONS
DES JEUNES

LUNDI - CHESTER ★	LUNDI ★	MARDI ★	MERCREDI	JEUDI	VENREDI ★	SAMEDI DIMANCHE
Semaine de relâche du 2 au 6 mars 2026						
2 VOYAGE D'HIVER (Local fermé)	2 VOYAGE D'HIVER	3 VOYAGE D'HIVER	4 VOYAGE D'HIVER	5 LIBRE	6 ACTIVITÉ POUR LA JOURNÉE DE LA FEMME	7-8 Départ FERMÉ
9 16h Aide aux devoirs 5-6e Montage des meubles	9 J'm'active!	10 16h Aide aux devoirs 5-6e CANETTES	11 RETOUR SUR LE VOYAGE	12 COMITÉ SKATEPARK	13 LIBRE	14-15 Départ FERMÉ
16 16h Aide aux devoirs 5-6e LIBRE	16 J'm'active!	17 16h Aide aux devoirs 5-6e Montage Cabaret des jeunes	18 Montage Cabaret des jeunes	19 Montage Cabaret des jeunes	20 Montage Cabaret des jeunes	21-22 
23 Départ FERMÉ	23 Départ FERMÉ	24 16h Aide aux devoirs 5-6e BIBLIOTHÈQUE	25 LIBRE	26 COMITÉ DE JEUNES	27 LIBRE	28-29 Départ FERMÉ
30 COMMUNAUTAIRE 'BOUTTE'	30 COMMUNAUTAIRE 'BOUTTE'	31 COMMUNAUTAIRE 'BOUTTE'				

POINT DE SERVICE CHESTERVILLE
480 RUE DE L'ACCIDENT, CHESTERVILLE
LUNDI: 16h AIDE AUX DEVOIRS (17h-21h)
★ ASPIRANTS DE 11 ANS ADMIS JUSQU'À 18H30

MAISON DES JEUNES DES HAUTS-RELIEFS
210 RUE CARON, HAM-NORD
(819) 344-5530

COORDO@MDJR.CA
f MAISON DES JEUNES DES HAUTS-RELIEFS
f ANIMATEURS MDJ HAUTS-RELIEFS

HEURES D'OUVERTURE ALCO JEUNES
LUNDI: 17H-21H
MARDI: 16H AIDE AUX DEVOIRS (17H-21H)
MERC: 17H-21H
JEUDI: 17H-21H
VEN: 17H-21H

★ ASPIRANTS DE 11 ANS ADMIS
TRANSPORT DISPONIBLE
INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Cabane des jeunes

Par Mélanie Barbeau, directrice

Cowboys, cowgirls, l'heure est à la fête ! La Maison des jeunes est heureuse de vous inviter à cette 8e édition de son événement-bénéfice annuel «La Cabane des jeunes» sur le thème **Country-Western** pour 2026.

Nos chefs d'honneur, M. Stéphane Martin et Mme Maude Tardif-Mc Namara, de La Grange Pardue vous ont concocté tout un menu de bouchées, de type cabane à sucre, en partenariat avec nos chers producteurs locaux. Service aux tables par nos «chaudières actives», prestation du groupe local Festif, le Pating, Patang Band (Patrick Duchaine, Patrick Vachon, Chantal Girard et Éliot Couture), danse country avec Lise Morin, surprises, etc. Tout sera en place pour un set carré collectif !

Nous vous attendons le 21 mars prochain, à la salle communautaire de Ham-Nord avec vos traditionnels habits des beaux jours (ou de tempête, c'est selon 😊) et votre énergie débordante !

Nouvel endroit, même ambiance chaleureuse ! Hi, ha !

Billets en vente dès aujourd'hui auprès des membres de l'équipe de la MDJ : 819-344-5530 (210 rue Caron, Ham-Nord);

Auprès des membres du CA : Amélie Nolet-Larivée, Chantal Girard, Émilie Lapointe, Andréanne Aubin, Karo et Jadélie;

Du Comité de jeunes : Jadélie, Anne-Charlotte, Léo, Éloïk, Alycia

Et auprès des ados de votre entourage 😊

« Allons cowboys, cowgirls, ensemble à la Cabane »

Le communautaire À BOUTTE

Par Mélanie Barbeau, directrice de la MDJ des Hauts-Reliefs

Du 23 mars au 2 avril, la Maison des jeunes se joindra au mouvement «Le communautaire À Boutte !» Né à Shawinigan et dans Mékinac, suite à un rehaussement de financement dérisoire. Le mouvement a émergé quand des groupes de base ont refusé de se taire face à des conditions de travail devenues indécentes. Ce cri du cœur a rapidement résonné partout au Québec : mêmes besoins explosifs, mêmes équipes épuisées en première ligne. Cette prise de parole locale s'est transformée en mouvement national, unissant des organismes de toutes les régions autour d'un objectif clair : faire reconnaître le rôle essentiel du communautaire et obtenir un financement adéquat.

La Maison des jeunes prendra part aux actions de mobilisations locales, régionales et nationales durant cette période. Des activités d'éducation populaire seront également organisées auprès des ados afin de leur permettre de comprendre le mouvement, l'importance du travail des organismes communautaires et d'exprimer leurs opinions et besoins en ce sens. Voici les revendications :

Conditions de travail décentes pour les travailleuses et travailleurs du communautaire.

Financement suffisant à la mission.

Reconnaissance pleine et entière des organismes.

Protection de l'autonomie et fin du financement précaire.

Investissement dans le modèle communautaire comme pilier stratégique.

Pour vous informer



Pour nous supporter





Municipalité du Canton de Ham-Nord

285, 1^{re} Avenue, Ham-Nord (Québec) G0P 1A0
Téléphone : 819 344-2424 • Télécopieur : 819 344-2806 • Courriel : info@ham-nord.ca

EXTRAIT DE PROCÈS-VERBAL

Province de Québec
Municipalité du Canton de Ham-Nord

Procès-verbal de la séance ordinaire du Conseil municipal tenue le mercredi 7 janvier 2026, à la salle du Conseil, située au 285, 1^{re} Avenue à Ham-Nord, à 20h.

Sont présents : le maire, M. Gaétan Fortier
Mesdames les conseillères,
Messieurs les conseillers,

Mme Judith Allard	Mme Isabelle Roberge-Maltais
M. Jean-Christophe René	M. Steve Leblanc
M. Dominic Lapointe	

Est absente : la conseillère Mme Noëlle Thomas

Tous membres du conseil et formant quorum sous la présidence du maire.

2026-01-10 Proclamation des Journées de la persévérance scolaire 2026

CONSIDÉRANT QUE l'éducation est un pilier fondamental du développement individuel et collectif de la société, ainsi qu'un levier essentiel pour une société inclusive et prospère ;

CONSIDÉRANT QUE la persévérance scolaire est un enjeu majeur pour garantir l'égalité des chances, promouvoir le plein potentiel des individus et renforcer la cohésion sociale ;

CONSIDÉRANT QUE la sensibilisation à l'importance de la persévérance scolaire contribue à mobiliser tous les membres de la communauté, en nourrissant un sentiment de responsabilité collective envers la réussite éducative ;

CONSIDÉRANT QUE chaque acteur de la communauté – parents, éducateurs, employeurs, élus et citoyens – peut agir pour encourager les jeunes et les adultes en formation à persévérer dans leur parcours éducatif ;

CONSIDÉRANT QUE la réussite éducative favorise non seulement l'épanouissement personnel, mais aussi le développement durable et la prospérité économique de notre région ;

CONSIDÉRANT QUE la création de liens significatifs avec les jeunes, notamment en valorisant leurs aspirations professionnelles, contribue à donner du sens à leur engagement scolaire ;

CONSIDÉRANT QUE le Centre-du-Québec a besoin d'une relève compétente et qualifiée pour assurer son plein développement socioéconomique et répondre aux défis de demain ;

CONSIDÉRANT QUE la mobilisation en faveur de la persévérance scolaire constitue un investissement dans le capital humain de la région, en renforçant les bases d'un avenir durable ;

CONSIDÉRANT QUE la Table régionale de l'éducation Centre-du-Québec organise chaque année, en février, une édition régionale des Journées de la persévérance scolaire pour valoriser les efforts des étudiants et mobiliser la collectivité ;

CONSIDÉRANT QUE cette initiative offre une occasion unique pour tous de poser des gestes concrets d'encouragement, témoignant ainsi de notre engagement envers les jeunes et les adultes en formation ;

CONSIDÉRANT QUE depuis 2004, la Table régionale de l'éducation Centre-du-Québec a su rassembler les acteurs de la communauté autour d'une vision commune : soutenir le développement du plein potentiel des jeunes et des adultes en formation;

EN CONSÉQUENCE, il est proposé par le conseiller M. Jean-Christophe René et résolu à l'unanimité des conseillers présents :

QUE la municipalité du Canton de Ham-Nord appui, par cette résolution, les journées de la persévérance scolaire 2026 (du 16 au 20 février) en s'engageant à participer activement pendant la semaine de la persévérance scolaire mais également durant toute l'année scolaire, aux différentes activités scolaires et parascolaires des élèves, soit par la mise à la disposition gratuitement des infrastructures municipales, soit en assumant le coût de certaines activités.

COPIE CERTIFIÉE CONFORME

à Ham-Nord, province de Québec,
le 8^e jour de janvier 2026



Mathieu Couture, Directeur général
et greffier-trésorier



Taxes municipales 2026

Vous trouverez dans le présent article quelques spécifications concernant le compte de taxes municipales 2026 que vous avez reçu au cours des dernières semaines. En espérant que cela puisse vous aider à mieux comprendre celui-ci.

Rôle d'évaluation foncière 2025-2026-2027

L'année 2026 représente la 2^e année du « rôle d'évaluation foncière » (Rôle 2025-2026-2027). C'est donc dire que durant cette période de 3 ans, l'évaluation foncière de votre propriété ne fluctuera pas. Le prochain rôle est donc prévu en 2028.

"Taxes spéciales" et "taxes de services"

Les "taxes spéciales #7, #8, #9 et #10" servent à rembourser le capital et intérêts sur les emprunts contractés lors des travaux du réseau d'aqueduc, du réseau d'égout et du réducteur de pression. C'est donc dire que les revenus récoltés par la municipalité avec ces « taxes spéciales » servent exclusivement à rembourser l'emprunt lié à cette taxe spéciale.

Au niveau des descriptions inscrites sur votre compte de taxes, il me fait donc plaisir de vous donner quelques explications pertinentes sur les taxes municipales. Il est important de mentionner que nous sommes limités en ce qui a trait à la longueur des descriptions, ce qui nous force malheureusement à utiliser des "abréviations". À titre d'exemple, voici quelques petites spécifications sur les descriptions utilisées:

SP7 – Aque/Égout 4^e Av = Taxe Spéciale 7 (Règlement d'emprunt #493 relatif aux travaux de réfection des conduites d'aqueduc et d'égout en 2018 de la 4^e Avenue). Travaux réalisés dans le cadre du Programme de subvention FEPTEU. Taxe sur une période de 20 ans (fin en 2038)

SP8 – Voirie 2017-2019 = Taxe Spéciale 8 (Règlement d'emprunt #492 relatif aux travaux de voirie effectués entre 2017 et 2019 : Rechargement de gravier de l'ensemble du réseau routier municipal et modification des courbes dans le 8^e rang). Ces travaux représentent un investissement total de 1.4 millions dont 50% a été subventionné et l'autre 50% à la charge de la municipalité. Taxe sur une période de 10 ans (fin en 2029).

SP9 – Voirie 2020-2021 = Taxe Spéciale 9 (Règlement d'emprunt #513 relatif aux travaux de voirie effectués en 2020 et 2021 : Pavage de la montée de la 4^e Avenue, Pavage de la rue Principale entre la 4^e Avenue et le Chemin Vézina, Rechargement du Rang St-Philippe). Ces travaux représentent un investissement total de 1.3 millions dont 75% a été subventionné et l'autre 25% à la charge de la municipalité. Taxe sur une période de 10 ans (fin en 2031).

SP10 – Réduct. Pression = Taxe Spéciale 10 (Règlement d'emprunt #512 relatif au remplacement du Réducteur de Pression situé dans la rue Curé-Lemire). Travaux réalisés dans le cadre du Programme de subvention FIMEAU. Taxe sur une période de 20 ans (fin en 2042)

SP11 - Étangs = Taxe Spéciale 11 (Règlement 551 créant une réserve financière pour la vidange des étangs aérés et la disposition des boues). Les sommes récoltées ont pour objet la création d'une réserve financière visant le financement des travaux de vidange des étangs aérés et la disposition des boues provenant des bassins d'épuration des eaux usées.

Tel que mentionné ci-dessus, les montants qui apparaissent sur votre compte de taxes comme étant les taxes "spéciales" sont directement liés à un

"Règlement d'emprunt" et les montants recueillis par la municipalité servent exclusivement à rembourser le capital et intérêts sur les prêts.

Foire aux questions

Voici en quelques lignes les questions les plus fréquentes qui nous ont été posées au cours des dernières années:

Question 1 : Je suis propriétaire d'une maison en campagne, d'une terre à bois ou d'un chalet : pourquoi aurais-je à payer la **taxe spéciale 7** (SP7 - Aque/Égout 4e av) et la **taxe spéciale 10** (SP10- Réduct. Pression) alors que je n'ai pas accès à ces services chez-nous ???

Réponse 1 : Comme mentionné auparavant, les "taxes spéciales #7 et #10" servent à rembourser le capital et intérêts sur les emprunts contractés lors des travaux du réseau d'aqueduc, du réseau d'égout et du réducteur de pression.

80 % du montant à rembourser est assumé par les contribuables qui ont accès directement aux services à même leur propriété par une **taxe spéciale de secteur**. Ce sont donc les résidents du périmètre urbain qui assument ce 80%.

L'autre 20% est réparti sur l'ensemble de TOUS les contribuables (681 comptes de taxes au total) afin de couvrir les coûts en aqueduc et égout reliés aux IMMEUBLES NON IMPOSABLES qui sont disponibles pour l'ensemble des contribuables, c'est-à-dire : le Centre Communautaire, la bibliothèque, l'Église, l'École primaire, le Centre Sportif, le bureau municipal, la bâtisse du Centre Horizon, le poste Incendie, le parc du 150e etc. Voilà donc pourquoi même les propriétaires situés en "campagne" contribuent pour ce genre de service.

Question 2 : Sur mon compte de taxes (**pour les résidents du périmètre urbain seulement**), j'ai 3 montants différents (194\$, 200\$ et 224\$) avec la même description : Aque, Egout, Ordures. Pourquoi?

Réponse 2 : Il y a une catégorie appelée "Résidence" inscrite dans notre logiciel de taxation qui permet d'inclure les 3 taxes de services (Aqueduc, Égout et ordures) pour les propriétés du village seulement. En conformité avec le Règlement de taxation 2026 (Règlement #560), le montant de 194\$ est pour l'Aqueduc, le 200\$ pour les Égouts et le 224\$ pour les ordures/récupération/compost. Nous sommes donc limités à une seule description à inscrire sur le compte de taxes pour ces 3 services, de là l'inscription d'une description générale Aque, Egout, Ordures avec 3 montants différents.

Règlement annuel de taxation

Finalement, la municipalité adopte annuellement un « Règlement de taxation » dans lequel les différents taux de taxes sont indiqués ainsi que les montants chargés pour les différents services (Ex : Ordures, Aqueduc, Eau usée etc,) Pour 2026, la municipalité a adopté le «**RÈGLEMENT No 560 FIXANT LES TAXES ET TARIFS 2026 AINSI QUE LES CONDITIONS DE PERCEPTION** » et celui-ci peut être consulté sur le site internet de la municipalité (www.ham-nord.ca) ou encore au bureau municipal.

N'hésitez pas à communiquer avec moi pour toutes questions, il me fera grand plaisir d'y répondre et de regarder votre compte de taxes avec vous si vous avez des interrogations!



**Mathieu Couture, Directeur général
et greffier-trésorier**



Municipalité du Canton de Ham-Nord

285, 1^{re} Avenue, Ham-Nord (Québec) G0P 1A0

Téléphone : 819 344-2424 • Télécopieur : 819 344-2806 • Courriel : info@ham-nord.ca

EXTRAIT DE PROCÈS-VERBAL

Province de Québec

Municipalité du Canton de Ham-Nord

Procès-verbal de la séance ordinaire du Conseil municipal tenue le lundi 2 février 2026, à la salle du Conseil, située au 285, 1^{re} Avenue à Ham-Nord, à 20h.

Sont présents : le maire, M. Gaétan Fortier

Mesdames les conseillères,

Messieurs les conseillers,

Mme Isabelle Roberge-Maltais

M. Jean-Christophe René

M. Dominic Lapointe

Mme Noëlle Thomas

M. Steve Leblanc

Est absente : la conseillère Mme Judith Allard

Tous membres du conseil et formant quorum sous la présidence du maire.

2026-02-25

Proclamation de la journée nationale de promotion de la santé mentale positive le 13 mars 2026

CONSIDÉRANT QUE le 31 mars 2022, les élu·es de l'Assemblée nationale se sont prononcés à l'unanimité en faveur de la reconnaissance du 13 mars comme *Journée nationale de la promotion de la santé mentale positive* ;

CONSIDÉRANT QUE le Mouvement Santé mentale Québec et ses organisations membres lancent en cette journée leur Campagne annuelle de promotion de la santé mentale sous le thème « Un pas, un geste, un mouvement... Ensemble pour une bonne santé mentale! » ;

CONSIDÉRANT QUE dans le cadre de cette Campagne, de nombreux outils favorisant le renforcement de la santé mentale de la population sont offerts tout au long de l'année ;

CONSIDÉRANT QUE la promotion de la santé mentale vise à accroître et à maintenir le bien-être individuel et collectif de la population et à favoriser la résilience ;

Le Hameau

CONSIDÉRANT QU'il a été démontré que les municipalités peuvent jouer un rôle de premier plan pour favoriser la santé mentale des citoyennes et citoyens ;

EN CONSÉQUENCE, il est proposé par le conseiller M. Jean-Christophe René et résolu à l'unanimité des conseillers présents :

QUE le conseil municipal de la municipalité du Canton de Ham-Nord proclame la **Journée nationale de la promotion de la santé mentale positive** pour la durée de son mandat électoral.

COPIE CERTIFIÉE CONFORME

à Ham-Nord, province de Québec,
le 3^e jour de février 2026



Mathieu Couture, Directeur général
et greffier-trésorier

Steve Roy, pharmacien-propiétaire affilié à



262, rue Guay, Ham-Nord, Qc G0P 1A0

 819 344-2249

Exceptionnellement

FERMÉ

Relache

- Vendredi 6 mars
- Samedi 7 mars

Pâques

- Vendredi 3 avril
- Samedi 4 avril

Congé

- Vendredi 24 avril
- Samedi 25 avril



HEURES D'OUVERTURE

Lundi 10 h - 18 h
Mardi 10 h - 18 h
Mercredi 10 h - 18 h
Jeudi 10 h - 18 h
Vendredi 10 h - 18 h
Samedi 10 h - 14 h

AIDER, C'EST NOTRE NATURE!

Plusieurs petits travaux peuvent être effectués :

- Assembler de petits meubles;
- Installer des pôles de rideaux, des cadres, etc.;
- Aide technologique;
- Et bien d'autres!



Informez-vous!
819 758-4188



691 rue de l'Acadie, Victoriaville
819 758-4444

**Avez-vous
votre licence
municipale?***

Enregistrement ou
renouvellement de votre
licence au spaavic.com.

Nos pensionnaires
attendent une famille.
Venez les rencontrer ou
allez voir leurs binettes
au spaavic.com !

***Licence municipale obligatoire pour les chats et les chiens.**



Le Hameau



Bravo aux participants de la compétition qui avait lieu à Gentilly le 7 février.

La prochaine compétition aura lieu à Ham-Nord, le samedi 18 avril à partir de 10 h. Soyez-y !

CAAP : 819 840-0451

Santé et services sociaux

VOUS ÊTES INSATISFAIT...

» DE NE PAS AVOIR ÉTÉ INFORMÉ ADÉQUATEMENT.

» DE NE PAS AVOIR ÉTÉ TRAITÉ AVEC RESPECT.

S'EXPRIMER ENSEMBLE

POUR DE MEILLEURS SERVICES

info@caap-mcq.qc.ca

www.caap-mcq.qc.ca



Marie-Josée Coutu
 mjcoutu@dufresneassociés.com
 819 472-3331, poste 4
 113, rue Brock, Drummondville

- Assurance auto/omnibus
- Assurance habitation
- Véhicule récréatif
- Véhicule marchand
- Véhicule hors route

Assurances

Dufresne et Associés
 Cabinet des assurances de dommages

SERVICE DE MÉDIATION CITOYENNE

Un conflit ?
On vous aide !

GRATUIT CONFIDENTIEL

819 752-3551, poste 1
 equijustice.ca
 mediationarthabaskaerable@equijustice.ca

équijustice
 ARTHABASKA-ÉRABLE

Financé par :
 Fonds d'entraide
 et de la justice
 Québec

DEGRANDPRÉ
 PUIITS - POMPES - TRAITEMENT D'EAU

FIER DISTRIBUTEUR DE POMPE FABRIQUÉE AU QUÉBEC

WARWICK	VICTORIAVILLE	DRUMMONDVILLE
1, ROUTE 116 EST JSA 1MO	389, BOUL. DES BOIS-FRANCS N G&P 1G8	5224, BOUL. ST-JOSEPH J2A 3V9
819 358-3950	819 751-3286	819 472-3286

RBQ : 8335-7996-13

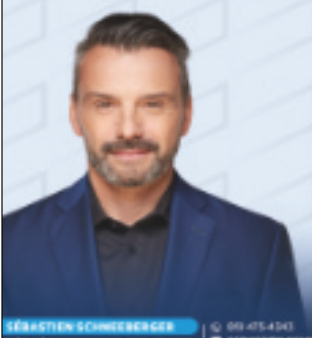
GROUPEDGP.COM

RE/MAX ÉLITE

DAVID LEVASSEUR

CELLULAIRE : 819-990-2306
 BUREAU : 819-758-7441

DAVID.LEVASSEUR@RE/MAX-QUEBEC.COM



PRÉSENT POUR VOUS

SÉBASTIEN SCHNEIDERBERGER
 DÉPUTÉ DE DUMFRIES-BOIS-FRANCS

819-475-4343
 SÉBASTIEN.SCHNEIDERBERGER@LEGISLAIRE.GOV.CA

225, rue Principale, 470
 Drummondville (Québec) J2C 6S2

NOUVEAU ET UNIQUE EN RÉGION

FOREUSE DE PUIITS SUR CHENILLE

FORAGE À DOUBLE ROTATION :
 MEILLEUR SCÈLEMENT AU ROC
 MEILLEUR QUALITÉ D'EAU
 FOREUSE PLUS COMPACT ET PLUS LÉGÈRE

819-758-6468 OU 1-800-567-5829

Puitbéc
 www.puitbec.com

100% fait au Québec

RBQ : 8127-8863-50



ERIC LEFEBVRE
 Député de
 Richmond-Arthabaska

Avec vous, pour vous!

Association des
PROCHES AIDANTS
 Arthabaska - Érabie

40, rue Alice
 Victoriaville (Québec) G6L 3H4

François MELANÇON
 agent de communication

819-795-3577
 com@prochesaidantsae.com

f in t i



VOTRE ÉPICERIE

BONICHOIX VIVACO

TOUT PRÈS CHEZ VOUS

Grande sélection de produits de QUALITÉ!

445, rue Principale | Ham-Nord 819 344-2422



**AUBERT
BERNARD
MATTEAU**
NOTAIRES

ASSOCIÉES DANS LA MÊME
TRADITION D'EXCELLENCE ET
DE QUALITÉ DE SERVICES



LOUISE AUBERT
LL.B., D.D.N. NOTAIRE
✉ laubert@notarius.net

STÉPHANIE BERNARD
LL.B., D.D.N. NOTAIRE
✉ sbernard@notarius.net

MÉLINA MATTEAU
LL.B, LL.M. NOTAIRE
✉ melinamatteau@notarius.net

DISRAELI 846 avenue Champlain T. 418.449.2955 F. 418.449.1681	WEEDON 225 2 ^e avenue T. 819.877.3233
---	---



**Bibliothèque
de Ham-Nord**

Mardi de 18h à 20h
Mercredi de 9h à 11h
Samedi de 9h à 11h



Pat pareur d'onglons
819 350 0225
Patric Létourneau

**Centre de
prévention
Suicide**
Arthabaska-Érable

Parles-en...
Ta VIE est importante !

Sème la vie !

Vous pensez au suicide ?
Vous êtes inquiet pour une
personne de votre entourage ?
Vous êtes endeuillé par suicide ?

Nous sommes là pour vous !

24 heures par jour • 7 jours par semaine

MRC DE L'ÉRABLE 819 362-8581	MRC D'ARTHABASKA 819 751-2205	PARTOUT AU QUÉBEC 1 866 APPELLE (1 866 277-3553)
--	---	---

www.cpsae.ca

Prochaine parution: 13 avril 2026

Date de tombée: 1er avril 2026

Responsable: Andrée Robert

Faites parvenir vos **TEXTES** à :
andree.robert@me.com

Adressez vos **PUBLICITÉS** à :
forumcitoyenhamnord@gmail.com

Pour voir le Hameau en couleurs:
www.ham-nord.ca



FORUM CITOYEN

Ham-Nord

Forum Citoyen est un OSBL qui a pour mission de favoriser le développement de projets structurants à Ham-Nord. Nous travaillons pour vous et avec vous!

Pour 15 \$ devenez membre à vie!

Vous avez des idées, des compétences à partager?
Bienvenue!

474, rue Principale, Ham-Nord,
819 344-2828

forumcitoyen@ham-nord.ca

Composition du Forum:

Présidente et secrétaire :
Marylène Morin;
Vice-présidente : Émilie Lapointe;
Trésorier : Benoit Charbonneau;
Administrateurs : Marie-Josée Brault, Claire Dion, Normand Girard.



Bénéficiez d'un accompagnement personnalisé



**Vous avez des questions
sur nos services mobiles
et en ligne?**

Nous sommes là pour
vous guider à chaque étape.
Informez-vous!

