

## SOMMAIRE

- 3 Relâche scolaire
- 4 Honneur à nos pompiers
- 6 Emploi au service de garde
- 6 Fasciathérapie
- 7 Texte de Léonie
- 8 Deuil chez les jeunes
- 8 Prévention du suicide
- 10 Suicide en milieu agricole
- 11 Pensée du mois
- 12 Jeunes personnes aidantes
- 13 Question de respect
- 14 Carnaval Ham-Nord
- 16 MDJ
- 18 Taxes municipales
- 20 Santé mentale positive à HN
- 22 Message de la SQ
- 23 Persévérance scolaire à HN

## GUERRE ET PAIX

*Par Louis-Marie Lavoie*

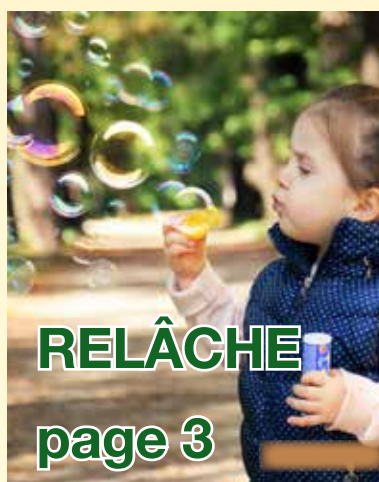
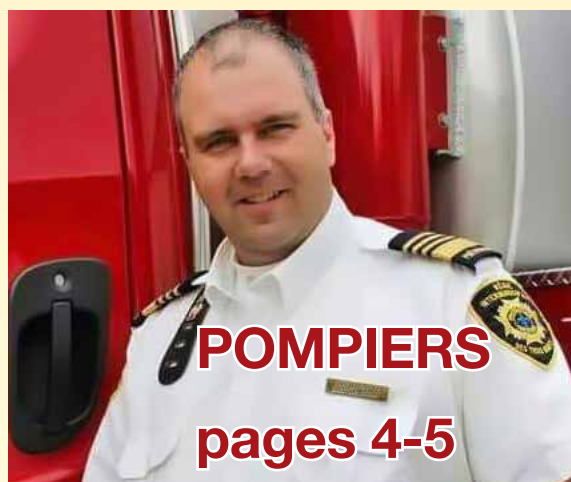
C'est Saint-Exupéry, l'auteur du Petit Prince, qui a dit un jour : « La guerre n'est pas une aventure ; la guerre est une maladie. » Et une maladie, c'est une atteinte à l'état naturel appelé « santé », une altération à laquelle on devrait normalement tenter de remédier afin de retrouver la paix au plus vite.

En gros, la guerre est une manière de régler des problèmes, quand son objectif n'est pas uniquement de s'approprier pouvoir, territoires et richesses. La guerre est une réponse à un conflit, mais c'est une réaction qui coûte cher, qui détruit, qui divise, qui fait mal, qui tue, qui déshumanise.

Notre siècle est témoin d'une recrudescence de la violence émanant de milices politiques, de bandes criminelles, de groupes terroristes internationaux. Les tensions régionales non résolues, l'effondrement de l'état de droit, l'absence d'institutions étatiques légitimes, les activités lucratives illicites et la pénurie des ressources, aggravée par les changements climatiques, en sont les principales causes.

Déjà en 1916, un philosophe bengali, R. Tadore (notre penseur du mois), dans un discours prononcé à l'Université de Tokyo, avançait :

(Suite, page 2)



(Suite de la page 1)

« Il y a de graves questions que la civilisation occidentale a posées devant le monde, et auxquelles elle n'a pas complètement répondu. Les conflits entre l'individu et l'État, le travail et le capital, l'homme et la femme ; les conflits entre l'avidité du gain matériel et la vie spirituelle de l'homme, entre l'égoïsme organisé des nations et les idéaux les plus élevés de l'humanité ; les conflits entre toutes les complexités laides, inséparables des organisations gigantesques du commerce et de l'État et l'instinct naturel de l'homme criant vers la simplicité, la beauté et la plénitude du loisir – tout cela doit se résoudre en harmonie. Comment ? On ne peut même pas encore le concevoir. »

Malgré l'enlisement des conflits armés, la dégradation des relations entre les états, la criminalité organisée, la violence domestique ou urbaine, les dangers liés aux nouvelles technologies et à l'intelligence artificielle, le relâchement de la rigueur relative à l'arme nucléaire, on ne peut raisonnablement qu'aspirer à la paix. Et, comme l'a dit Tadore « tout cela doit se résoudre en harmonie, mais comment ? »

Selon l'ONU, « aux menaces nouvelles, plus complexes et plus sophistiquées, il faut apporter des réponses novatrices et audacieuses. La collaboration entre les États ainsi que la collaboration entre le secteur privé et la société civile doivent être renforcées. Il faut faire tomber les frontières institutionnelles pour que les partenaires politiques, les défenseurs des droits de la personne et les partenaires de développement puissent travailler de concert. »

Mots merveilleux ? Vœux pieux ? Au niveau planétaire, nous, on doit apprendre à vivre avec l'espoir et la vision de la paix universelle dans le cœur. À notre simple petite échelle, que peut-on faire sinon cultiver la bonne entente, éviter de se prêter à des conflits, agir avec aménité et projeter beaucoup de positif dans l'univers ?



## La relâche scolaire arrive à grands pas !

Par Élise Hamel, responsable des loisirs et de la vie communautaire

Nous avons le privilège de vivre dans un endroit où la nature fait partie intégrante de notre quotidien, où les loisirs sont accessibles. Alors, profitons-en pour nous créer des moments magiques en toute simplicité !

**Voici plusieurs activités offertes gratuitement par la municipalité du bonheur :**

### **AU CENTRE SPORTIF (ARÉNA), VOUS POUVEZ PROFITER :**

- 🕒 Du patinage libre ;
- 🕒 De la glissade avec prêt de matériel de glisse et piste entretenue ;
- 🕒 De la marche en forêt au magnifique Sentier du ruisseau Demers ;
- 🕒 Des modules de jeux et des balançoires ;
- 🕒 Du terrain de soccer pour faire des dessins dans la neige, un château ou des bonhommes de neige.



Le Centre sportif sera ouvert tous les jours de 10 h à 19 h (vous pouvez consulter l'horaire sur le site de la municipalité [www.ham-nord.ca](http://www.ham-nord.ca)).

### **AU SENTIER DES CASCADES, VOUS POUVEZ :**

- 🕒 Marcher en forêt au son des cascades dans un décor féérique.
- 🕒 Explorer cette belle nature en faisant une chasse aux images
- 🕒 Prendre des photos des éléments d'une liste prédéterminée.  
Exemple : <https://www.jeuxetcompagnie.fr/rallye-photo-nature/>

### **À LA BIBLIOTHÈQUE, VOUS POUVEZ PROFITER :**

- 🕒 Du prêt de livres
- 🕒 Du prêt de casse-têtes
- 🕒 Du prêt de jeux avec la nouvelle Joujouthèque

Vous y trouverez des petits trésors, des nouveautés, et plus encore. Francis et l'équipe de bénévoles hors pair seront là pour vous accueillir le mardi de 18 h à 19 h et le mercredi de 9 h 30 à 11 h 30.

Je vous souhaite du bon et du beau temps !



## HONNEUR À

Il y eut remises de médailles lors d'un 5 à 7 pour les pompiers de la Régie intermunicipale d'incendie des Trois Monts, le vendredi 13 janvier dernier.

AFIN DE RENDRE HOMMAGE À TOUTES CES ANNÉES DE SERVICE, VOICI UN APERÇU DES MÉDAILLÉS.

**PARMI LES POMPIERS TOUJOURS EN SERVICE**



**Michel Nolet**, après 50 ans de service, reçut sa médaille des mains de Toni Marcotte, directeur du Service incendie, et François Marcotte, Maire de Ham Nord et président de la Régie intermunicipale des Trois Monts.



**Bobby Dubois**, après 30 ans de service, reçut sa médaille des mains de Toni Marcotte, directeur du Service incendie et Éric Parizeau, conseiller à Notre-Dame.



**Marquis Therrien**, après 30 ans de service, reçut sa médaille des mains de Toni Marcotte, directeur du Service incendie et Gilles Gauvreau, conseiller à Ham-Nord.

## NOS POMPIERS !

La médaille des pompiers pour services distingués honore les membres d'un service incendie canadien ayant 20 ans de service, dont au moins 10 ans dans des fonctions comportant des risques.

À ce jour, 27 pompiers/pompières sont à l'emploi de la Régie intermunicipale des Trois Monts. De ces 27 pompiers, 19 comptent plus de 10 ans d'expérience.

Je profite de l'occasion pour souligner l'engagement de nos cinq nouveaux pompiers qui ont débuté leur formation depuis octobre 2022 :

**Steve Roy, Frédérick Marcotte, Alérick Dubois, Alexy Chayer et Louis Bédard.** Félicitation, et merci à toute l'équipe pour votre engagement envers votre communauté.

### NOUVEAUX POMPIERS RECHERCHÉS

Je tiens aussi à informer que votre service de sécurité incendie est à la recherche de nouveaux pompiers.

Si tu penses être un des candidats recherchés, viens nous rencontrer le samedi matin à la caserne de Ham-Nord entre 9 h et 10 h, ou appelle : 819-740-6017.

Toni Marcotte, TPI, CFEI,  
Directeur du service de sécurité incendie.  
Régie intermunicipale des Trois Monts

**François Marcotte**, après 40 ans de service, reçoit sa médaille des mains de Toni Marcotte, directeur du Service incendie et Laurent Garneau, conseiller à Saints-Martyrs-Canadiens.



**Yves René**, après 40 ans de service, reçoit sa médaille des mains de Toni Marcotte, directeur du Service incendie et Gilles Gosselin, Maire de Saints-Martyrs-Canadiens et vice-président de la Régie intermunicipale des Trois Monts.



PARMI LES POMPIERS RÉCEMMENT RETRAITÉS



## Service de garde Horizon



### Offre d'emploi: animateur ou animatrice au service de garde

En raison de la forte popularité du service de garde, nous sommes à la recherche d'une deuxième personne qui agira comme animateur ou animatrice.

Nous recherchons une personne patiente et bienveillante, qui aime les enfants.

#### Tâches

- \* Accueillir les enfants le matin ;
- \* Aller les chercher à l'école le soir ;
- \* Animer par des projets créatifs, des activités de lecture, etc. ;
- \* Assurer le bien-être et la sécurité des enfants.

#### Horaire

Du lundi au jeudi de 6 h 45 à 8 h 30 et de 15 h 45 à 17 h 30, parfois 18 h.

Vendredi, de 6 h 45 à 8 h 30 et de 15 h 45 à 17 h.

#### Vous êtes intéressé ?

Contactez Élise au 819 344-2424, poste 5 ou par courriel : [elise.hamel@ham-nord.ca](mailto:elise.hamel@ham-nord.ca)



## Fasciathérapie

Par Kathleen Nugent

Notre corps est notre caisse de résonance. Lorsque la vie touche les cordes de notre sensibilité, elle déclenche une série de changements dans notre état de tension (le psychotonus de mon corps).



On pourrait dire que notre état général se module selon le mouvement physique et psychique de notre vie. L'effet du stress s'inscrit dans les fascias : parfois de manière momentanée, parfois de façon plus durable.

Tous les événements traumatisants... deuil, chirurgie, séparation, changement d'emploi, accident, etc. provoquent des crispations au niveau des tissus conjonctifs, qu'on appelle aussi les fascias. Le rythme du mouvement interne s'en trouve altéré. Les possibilités d'orientation du mouvement

sont réduites, la tenségrité du corps se trouve altérée.

Plus les événements nous touchent, plus la résonance est forte et plus l'empreinte de crispation physique s'imprègne dans le corps. Ces crispations finissent par engendrer de nouveaux problèmes et créent de nouvelles zones de tensions et de douleur.

Lorsque la source de nos raideurs se trouve profondément inscrite dans le corps au niveau des fascias, les méthodes conventionnelles de traitement ne réussissent généralement pas à amener un soulagement.

Par la fasciathérapie, les muscles et les articulations se trouvent soulagés, mais aussi les systèmes viscéral, crânien, circulatoire et neurovégétatif. Qui n'a pas le goût de se déleser du poids des accumulations stressantes de la vie ?

*Kathleen Nugent,*  
fasciathérapeute

à Ham-Nord, chez Esthétique Andrée-Anne  
à Victo, chez OM Studio

## RENCONTRE (1re partie)

Par Léonie Larrivée



J'arrive et je te rencontre, au coin de nous-mêmes. Je relaxe mon temps ; il cesse de me dévorer et je peux enfin te le partager. Je m'assois dans mon être, j'oublie mon avoir et mon faire, je suis toute à toi. Nos couleurs sont plus chaudes, plus envoutantes. Tout se dépose autour de nous et en nous. Je te vois à partir de mon cœur, pour l'éternité d'un moment.

Le bourdonnement s'estompe et la paix du partage feutre le monde.

Comment ça va ?

Bien ou mal,

Oh ! Je t'entends.

Ah oui, je comprends.

Ma tête d'hélium, tu la prends et tu l'attaches à ici et maintenant. Par ta parole que tu partages, tu densifies l'air autour de moi. Tout devient plus concret, plus palpable.

Je suis présente.

Tu me parles de ceux que tu aimes et de ceux que tu côtoies. Tu me parles de l'état des choses comme tu les vois. Un lien invisible et tangible se développe entre nos deux vies. À la mesure de tes paroles, tu tisses des ponts entre ton univers et le mien. Tu me places au coin d'une toile à laquelle, pour quelques instants, je participe.

La continuité du monde m'appelle. Je reprends mon mouvement, et toi le tien. La distance entre nos vies reprend son importance.

Je m'attends à la perception de notre lien qui s'évapore, mais alors que j'arrive au bout de nous, une vague me tire par-derrière et m'avale. Elle me submerge et abreuve mon cœur. Elle nourrit la graine qui cherche racine, et je trouve racine.

## Démystifier le deuil chez les jeunes par le biais du théâtre

Le 12 avril 2023, au pavillon du mont Arthabaska, le Centre funéraire Grégoire & Desrochers et le Centre de prévention suicide Arthabaska-Érable sont heureux de vous inviter à une soirée consacrée au bien-être des jeunes qui font face à la perte et au deuil. Sous la présidence d'honneur de Monsieur Daniel Sicotte, cet événement sera l'occasion d'en apprendre davantage sur l'accompagnement des jeunes dans ce contexte difficile.

La soirée, sous forme de cocktail dinatoire, débutera par la prestation de la conférence théâtralisée « Transparence », conçue en collaboration avec Deuil-Jeunesse et le Théâtre Parminou.

Ensuite, nous aurons le plaisir d'accueillir Madame Josée Masson, sommité dans le domaine de l'accompagnement en contexte de deuil et fondatrice de *Deuil-Jeunesse*, pour une conférence.

Tous les profits seront reversés à Deuil-Jeunesse et au Centre de prévention suicide Arthabaska-Érable. Chaque billet vendu sera accompagné d'un reçu de don pour crédit d'impôt de 15 \$.

**Cet événement s'adresse à une clientèle adulte, toutes et tous sont les bienvenus !**

Achat des billets de la conférence : <https://bit.ly/deuil-transparence>

---

## À propos de nos causes

### DEUIL-JEUNESSE

Deuil-Jeunesse est un organisme de bienfaisance dont la mission et les interventions sont spécifiquement centrées sur les jeunes qui vivent une perte, que ce soit par la mort d'un proche, la maladie, la disparition ou l'abandon. Il est né à la suite de la constatation d'un manque de services et d'expertise face à ces réalités, mais aussi du besoin bien réel de soutien qu'ont ces jeunes et ces familles.

Pour en savoir plus, c'est juste ici : <https://deuil-jeunesse.com/>

### CENTRE DE PRÉVENTION SUICIDE ARTHABASKA-ÉRABLE

Le Centre de prévention suicide Arthabaska-Érable est un organisme de bienfaisance dont la mission et les interventions sont spécifiquement centrées sur la problématique du suicide.

Il offre des services d'intervention de crise, de l'intervention de soutien auprès des proches, de l'accompagnement thérapeutique en contexte de deuil par suicide ainsi qu'un vaste éventail d'activités d'information, de sensibilisation et de formation.

Tous les intervenants psychosociaux de l'organisme sont certifiés par Deuil-Jeunesse pour l'intervention auprès des enfants en contexte de perte et de deuil.

Pour en savoir plus, c'est juste ici : <https://cpsae.ca/>





# Transparence

accompagner  
les jeunes  
dans le deuil



Président d'honneur  
**DANIEL SICOTTE**

Une conférence  
théâtralisée  
conçue par



**Deuil-  
Jeunesse**



**Théâtre  
PARMINOU**

**12 AVRIL 2023**  
**17 H AU MONT ARTHABASKA 20 \$**

## DÉROULEMENT

- 17 H 00 : Ouverture des portes et début du cocktail dînatoire
- 18 H 00 : Mot de bienvenue et début de la pièce
- 19 H 30 : Conférence par Josée Masson

Événement présenté par :



**GRÉGOIRE  
DESROCHERS**



**S'ADRESSE À UN  
PUBLIC ADULTE**

**ACHÈTE  
TON BILLET**



\*\*\*\* TOUS LES PROFITS AMASSÉS SERONT REMIS À DEUIL-JEUNESSE ET LE CENTRE DE PRÉVENTION SUICIDE ARTHABASKA-ÉRABLE

# AGIR en sentinelle pour la prévention du suicide

## DÉCLINAISON AGRICOLE

### PRÉVENTION DU SUICIDE DANS LE MILIEU AGRICOLE, FORMATION GRATUITE

Nous invitons les productrices et les producteurs agricoles ainsi que toutes les personnes qui les côtoient.

Apprenez ce qu'il faut faire devant une personne en détresse : apprenez à reconnaître les signes de détresse et à diriger la personne vers les bonnes ressources.

Formation reconnue par  
l'Ordre des agronomes du Québec

GRATUIT

Contenu adapté pour le milieu agricole

Formation AGIR en sentinelle pour la prévention  
du suicide – Déclinaison agricole :

**Date : 13 mars 2023**

**Heure : 8 h 30 à 16 h 30**

**Lieu : Victoriaville**

Information et inscription :

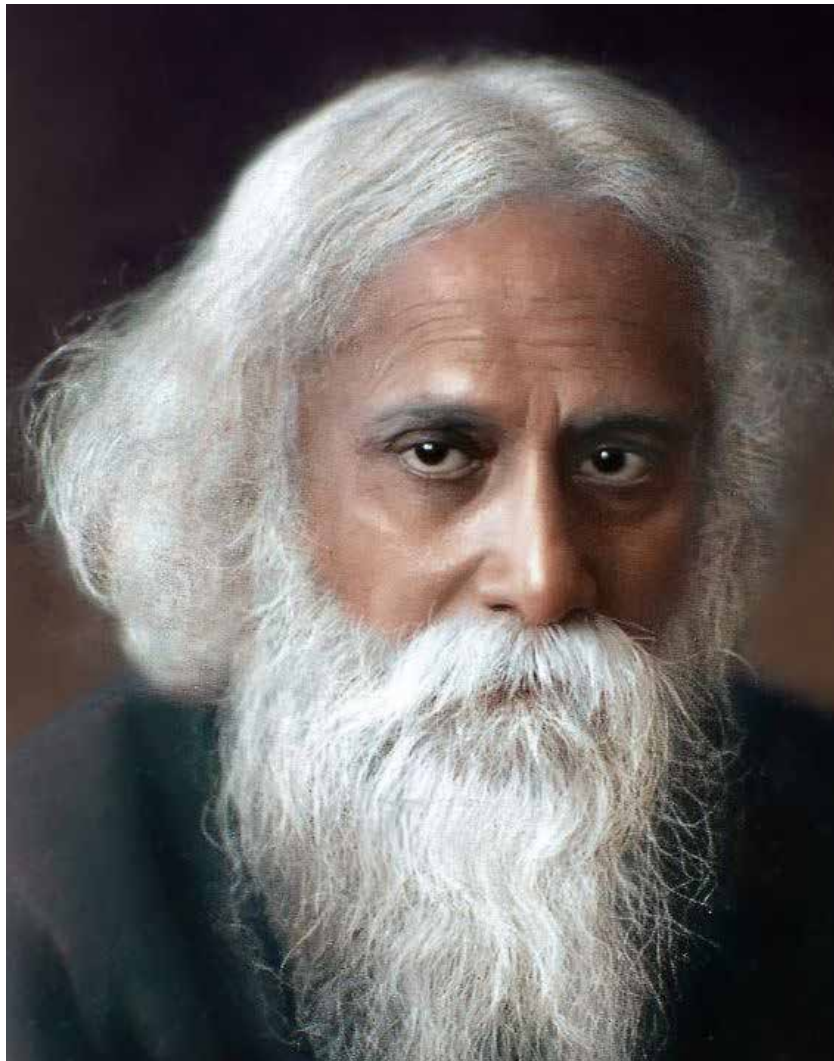
<https://www.zeffy.com/fr-CA/ticketing/efb66ea3-a2f6-45bd-81f0-43e006fcc2a7>



## LA PENSÉE DU MOIS

### Notre invité: Rabindranath Tagore

Par Louis-Marie Lavoie



Il a été célèbre. Et il est encore célébré aujourd'hui. En Inde, particulièrement. Des prix littéraires et culturels, des fêtes, des instituts, des écoles et des universités portent son nom tout comme de nombreux lieux publics, des musées, un pont, une station de métro, des parcs...

Même le nom spécifique du «Barapasaurus Tagore», un dinosaure sauropode datant du jurassique (+ ou - 185 millions d'années), honore ce poète, écrivain, dramaturge, peintre, compositeur et musicien.

Rabindranath Tagore, philosophe indien, naquit en 1861 à Calcutta et y mourut en 1941. Il a eu une profonde influence sur la littérature et la musique du Bengale à l'orée du xxe siècle. Il a été couronné par le p en 1913. Nombre de ses romans et nouvelles ont été adaptés au cinéma.

On peut en apprendre davantage sur sa vie et son œuvre en consultant la très longue et documentée page que lui a consacrée Wikipédia. On trouve sur le Net des photos de lui en compagnie de Einstein, Nehru, Gandhi, ou sur des timbres émis par de nombreux pays.

On peut normalement s'attendre à ce qu'un philosophe nous concocte

quelques pensées stimulant notre réflexion. Voici, parmi les nombreuses perles qu'il nous a léguées, quelques lignes signées de R. Tagore tirées de sa nouvelle «La petite mariée». Dédiées en contrepoint au texte de Léonie.

*«On rencontre beaucoup de visages dans le monde, mais certains d'entre eux pénètrent dans notre esprit presque à notre insu. Ce n'est pas à cause de leur beauté qu'ils s'imposent à nous, mais plutôt à cause d'une autre qualité. Dans la plupart des visages, la nature humaine ne transparait pas, mais il s'en trouve cependant où cette qualité mystérieuse, intérieure, se manifeste spontanément. Alors ce visage-là se fait remarquer entre mille autres et s'imprime tout à coup dans l'esprit.»*

*\_R. Tagore*

## Les JEUNES personnes aidantes sont... **invisibles**

### RECHERCHONS



jeunes personnes aidantes

Instinctivement, on pense aux personnes plus âgées lorsque l'on aborde le thème de la proche aidance. C'est normal. Venir en aide à une personne proche, tenir le rôle d'aidant naturel, comme on disait communément, c'était d'abord assister un parent âgé. Une affaire d'adultes.

Mais au cours des dernières années, on a constaté que la proche aidance recouvre une réalité beaucoup plus large. Aider une personne proche, c'est ce que font les parents d'un enfant différent ou atteint d'un cancer, par exemple. Ou un conjoint envers sa conjointe qui souffre de la maladie d'Alzheimer.

Puis, on s'est rendu compte qu'à l'ombre des établissements d'enseignement et de certains lieux de travail, des jeunes assumaient également le rôle de proches aidants. Sans qu'on s'en rende trop compte. Ils ont moins de 25 ans, mais plusieurs ne sont qu'au début de l'ado-

lescence. Ces jeunes personnes aidantes apportent une aide significative et régulière à un membre de leur entourage (souvent leur mère, un frère ou une sœur, un grand-parent) : accomplir des tâches ménagères, faire les courses, cuisiner, administrer des médicaments, s'occuper de ses frères et ses sœurs, le cas échéant (aide aux devoirs, préparation des repas, etc.), gérer les finances familiales, agir comme interprète (langage des signes, par exemple) et, surtout, offrir du soutien émotionnel. Et certaines d'entre elles y consacrent plusieurs heures par semaine.

Or, on connaît peu les jeunes personnes aidantes. Par conséquent, elles ne reçoivent pas le soutien dont elles ont besoin.

Vous connaissez un jeune aidant ou une jeune aidante ? Vous êtes vous-même une jeune personne aidante ? Aidez-nous ! Nous voulons mieux cerner les réalités des jeunes personnes aidantes de notre région et connaître leurs besoins.

Contactez-nous par téléphone (873 665-2299) ou par courriel ([info@prochesaidantsae.com](mailto:info@prochesaidantsae.com)).



Association des  
**PROCHES  
AIDANTS**  
Arthabaska - Érable  
40, rue Alice  
Victoriaville (Québec) G6L 3H4

**François MELANÇON**  
agent de communication  
819-795-3577  
[com@prochesaidantsae.com](mailto:com@prochesaidantsae.com)



[f](#) [in](#) [t](#) [i](#)

## Question de respect

Par Louis-Marie Lavoie

Ces quelques lignes s'adressent bien sûr à tout le lectorat du Hameau, mais visent particulièrement les motoneigistes qui profitent des nombreux sentiers à leur disposition sur notre territoire. Grand air, sensation de vitesse, rencontres, petits voyages, exploration, camaraderie : ce sport d'hiver a de quoi séduire, on ne peut en douter.

Il existe des règles qui gèrent cette populaire activité. Parmi elles : le respect des sentiers balisés, « piquetés », le respect des biens d'autrui, et le respect des personnes que l'on croise.

À l'expérience, ici comme ailleurs, il semble que le dicton « Ça prend toutes sortes de monde pour faire un monde » s'avère plutôt juste. En effet, parmi les pratiquants du « skidoo », il y a des brebis galeuses qui n'intègrent pas beaucoup les valeurs de l'éthique à leur divertissement hivernal préféré.

Généralement ce sont les sorties des sentiers balisés de même que les « virailages agressifs en sur-place » dans les champs qui constituent les manœuvres répréhensibles les plus fréquentes. Les dommages causés à autrui et à l'environnement par les comportements et aussi probablement par l'inconscience de leurs auteurs sont souvent plus graves qu'il n'y paraît. Ce qui devait être un simple jeu peut devenir cause de malheur, de soucis, de blessures, voire de ruine.

À titre d'exemple, dans la région de Sherbrooke, un beau champ de luzerne a été saccagé ; au Lac-Saint-Jean, un homme âgé a vu sa plantation de centaines de jeunes épinettes ravagée alors qu'elles étaient gelées : assez pour en pleurer.

Plus près de nous, notre encanteur préféré et connu de tous, Jules Grimard, a vécu une expérience complètement traumatisante. Imaginons son histoire brièvement : il se dirige en fin d'après-midi vers son poulailler. Arrive à toute allure une bruyante motoneige qui sort de la piste ; il intervient pour demander au délinquant de retourner dans le sentier balisé. Réponse du fautif : « T'es qui toué ? » puis « Mange d'la marde. ».

Une situation pareille « fait mal au bonhomme », d'exprimer M. Grimard. Il explique qu'à la suite de cette aventure désagréable, il a pensé pendant un instant à interdire l'accès à son terrain pour ce type d'activité, mais il voit les implications de cette décision, dont celle de nuire probablement à l'achalandage d'un commerce bien connu dans la région. En effet, la piste qui passe sur son terrain se dirige en droite ligne vers la Grange Pardue.

Jules Grimard a fait un choix : celui de prendre en considération ceux qui l'entourent, il veut « vivre et laisser vivre », mais dans le respect. Il espère que son témoignage sensibilisera les motoneigistes et leurs amis à faire de même. Il les invite à en parler, à éduquer leurs pairs s'il le faut, à le prôner entre eux, ce respect des autres.



## CARNAVAL DE HAM NORD 2023



## Conférence Trois-Mousquetons

Par Léonie Larrivée

À l'occasion du carnaval de Ham-Nord nous avons eu la chance d'assister à la première conférence donnée par «Trois-Mousquetons».

### La route des sommets : Les Andes

La route des sommets est un défi en sept étapes qui n'a pas encore été complété. Le but est de gravir les cinq plus hautes montagnes de chaque continent en les reliant par la seule force humaine. La première étape a été complétée en 2022 par les «Trois-Mousquetons», une équipe constituée de Jean-Christophe Renée et d'Éloi Larrivée, tous deux natifs de Ham-Nord.

L'idée d'une conférence à Ham-Nord vient d'une envie commune aux deux intrépides: partager leurs aventures avec leur communauté afin de les remercier de leur soutien tout au long de la première étape de ce défi. Plus de 200 personnes ont assisté à l'évènement, la salle communautaire était remplie.


L'assemblée fut rapidement conquise par les anecdotes rocambolesques et la personnalité colorée des deux aventuriers. À travers ce récit authentique, ils ont su transmettre au public leurs valeurs de résilience, de détermination et l'incroyable complicité qui les unit.

De plus, ils ont officiellement annoncé leur intention de compléter la seconde partie de ce défi à l'automne 2023. Cette prochaine étape les conduira en Afrique. Ils devront traverser l'Ouganda, la Tanzanie et atteindre le sommet du mont Kenya. Tous les fonds amassés serviront à la réalisation de cette prochaine étape. Vu l'enthousiasme suscité par cette présentation, nous pouvons espérer assister l'an prochain à une conférence sur «**La route des sommets : Afrique**».

Trois-Mousquetons tient à remercier chaleureusement les commanditaires de l'évènement.

**Girouard, La Source du Sport** a offert cinq cartes-cadeau de 100 \$ chacune. **La Grange Pardue** a offert le tirage d'un paquet cadeau de ses produits et a fourni les boissons alcoolisées pendant l'évènement. **La municipalité d'Ham-Nord** a été un allié important pour la réalisation de l'évènement. Merci aux membres de l'équipe municipale sans qui l'évènement n'aurait pas eu lieu. Éloi et Jean-Christophe remercient également les **familles Larrivée et Renée** pour leur soutien constant.

Il est possible que Trois-Mousquetons ait l'occasion de présenter à nouveau cette conférence dans les mois à venir. Si vous ne pouviez pas être présent cette fois-ci, ils vous invitent à suivre le déroulement de leurs activités sur leur page **Facebook**.



«Lorsqu'on traverse des difficultés, on se sent portés par la communauté qui nous soutient. Après cette conférence, ce sera l'image et l'enthousiasme de 200 personnes qui vont nous soutenir à travers les prochaines étapes de notre défi.» \_ Éloi Larrivée

## RESTEZ À L'AFFÛT DE LA PROGRAMMATION

819-344-5530

COURRIEL : [coordo@mdjhr.ca](mailto:coordo@mdjhr.ca) / [intervenant@mdjhr.ca](mailto:intervenant@mdjhr.ca) / [intervenant2@mdjhr.ca](mailto:intervenant2@mdjhr.ca)

FACEBOOK : [Animateurs MDJ Hauts-Reliefs/Maison des Jeunes des Hauts-Reliefs](#)

MDJ DES HAUTS-RELIEFS:  
à Ham-Nord et à Chesterville!

La MDJ invite les jeunes  
de 11 à 17 ans!

Venez découvrir nos activités  
directement à la maison des  
jeunes située au 210, rue Caron,  
à Ham-Nord

ou au local des jeunes du 480,  
rue de l'Accueil, à Chesterville.

## Semaine de relâche 2023

24h

Cabane à sucre

À  
LA MDJ

2 Repas  
inclus

Activités  
intérieures  
et  
extérieures

Aucun  
appareil  
électronique

**Jeudi 2  
mars 13h  
au  
Vendredi 3  
mars 13h**



Date limite d'inscription: Mardi 28 février 21h

## Semaine de relâche 2023

# SORTIE À VALCARTIER

**Lundi 27 février  
9h00-21h00**



**Valcartier**  
Village vacances

Maison des jeunes  
des Hauts-Reliefs



**25\$**

\*Possibilité  
d'utiliser  
maximum 10  
goupilles\*



# Le Hameau



À partir de février 2023

Tu souhaites

- faire entendre tes idées,
- en apprendre plus sur tes forces et tes habiletés,
- prendre part à un projet de groupe ?

Participe au projet de **composition musicale** avec une **artiste professionnelle** ! Aucune expérience en musique requise pour participer ;)

Bienvenue à tous les jeunes de 11 à 17 ans des Hauts-Reliefs !

Communique avec Alycia par téléphone au 819-344-5530 ou par Facebook



**LE PROJET M'ENTENDS-TU ?, C'EST :**

UN PROJET QUI VISE UNE MEILLEURE CONNAISSANCE ET ESTIME DE SOI

UN TRAVAIL D'ÉQUIPE POUR CRÉER QUELQUE CHOSE DE CRÉATIF

DES RENCONTRES AVEC UNE ARTISTE MULTIDISCIPLINAIRE PROFESSIONNELLE

DES PAROLES QUI REFLÈTENT TON EXPÉRIENCE DE L'ADOLESCENCE

UNE OCCASION DE SORTIR DE TA ZONE DE CONFORT ET DE DÉCOUVRIR DE NOUVELLES HABILITÉS

ET BIEN PLUS !

Les rencontres commenceront en février.

Donne ton nom dès maintenant !  
819-344-5530 ou Animateurs Mdj Hauts Reliefs

MARS 2023

Membre officiel

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
27 ★ <b>Valcartier</b> 9h à 21h	28 ★ 15h à 21h Atelier cuisine	1 ★ 13h à 17h Film	2 ★ De 13h <b>24 H Cabane à sucre!</b> à 13h	3 ★ à 13h
6 ★ Lundi j'm'active à 18h	7 ★ <small>Aide aux devoirs 16h-17h</small> 17h30 Atelier et souper à la MDJ	8 CJ	9 ★ 18h30 Projet M'entends-tu? avec invitée #1	10 ★ <b>Libre</b> 17h à 21h
13 ★ Lundi j'm'active à 18h	14 ★ <small>Aide aux devoirs 16h-17h</small> <b>Libre</b> 17h à 21h	15 <b>Libre</b> 17h à 21h	16 ★ 18h30 Projet M'entends-tu? avec invitée #2	17 <b>Désolé FERMÉS</b>
20 ★ Lundi j'm'active à 18h	21 ★ <small>Aide aux devoirs 16h-17h</small> <b>Libre</b> 17h à 21h	22 Comité voyage d'été #1 18h-19h	23 <b>Libre</b> 17h à 21h	24 ★ Pédago <b>Zone 51</b> 
27 <b>Désolé FERMÉS</b>	28 ★ <b>CA</b> Gumboots Ham-Nord et Chesterville!	29 <b>Libre</b> 17h à 21h	30 ★ 18h30 Projet M'entends-tu? avec invitée #3	31 ★ <b>Libre</b> 17h à 21h

★ = Aspirants de 11 ans admis!

**Zone 51**  
Informations à venir prochainement pour la pédago du 24 février.

= transport disponible!

= inscription obligatoire

Pour toute question  
819-344-5530  
coordo@mdjhr.ca

# Le compte de taxes municipales 2023 : des réponses à vos questions

Par Mathieu Couture, D. G. municipalité

Vous trouverez dans le présent article quelques détails et spécifications concernant le compte de taxes municipales 2023.

## RÔLE D'ÉVALUATION FONCIÈRE 2022-2023-2024

L'année 2023 représente la 2e année du « rôle d'évaluation foncière » (Rôle 2022-2023-2024). 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 2025.

## **EN QUOI CONSISTE LES DIFFÉRENTES « TAXES SPÉCIALES » ET « TAXES DE SERVICES »**

Depuis 2015, certaines descriptions de votre compte de taxes ont été modifiées, et ce, dans le seul et unique but de permettre aux contribuables de mieux connaître la raison des montants imposés. Il me fait donc plaisir de vous donner quelques explications pertinentes sur les taxes municipales. À titre d'exemple, voici quelques petites spécifications sur les descriptions utilisées :

**SP4 – Aque/Égout 2-3e av** = Taxe Spéciale 4 (Règlement #397 relatif aux travaux de réfection des conduites d'aqueduc et d'égout en 2003 des 2e et 3e Avenues, rue Curé-Charles-Lemire et une partie de la rue principale [entre les résidences du 714 au 779, rue Principale]. L'année 2023 sera la dernière année d'imposition de cette taxe [20 ans].

**SP5 – Alim. Eau potable** = Taxe Spéciale 5 [Règlement #391 relatif à l'exécution de travaux municipaux d'alimentation en eau potable]. L'année 2024 sera la dernière année d'imposition de cette taxe [20 ans].

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

**SP8 – Voirie 2017-2019** = Taxe Spéciale 8 [Règlement #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 8e rang]. Ces travaux représentent un investissement total de 1,4 million dont 50 % ont été subventionnés 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 #513 relatif aux travaux de voirie effectués en 2020 et 2021 : Pavage de la montée de la 4e Avenue, Pavage de la rue Principale entre la 4e Avenue et le Chemin Vézina, Rechargement du rang Saint-Philippe]. Ces travaux représentent un investissement total de 1,3 million dont 75 % ont été subventionnés 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 #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]

## **DESCRIPTIF**

Au niveau des descriptifs qui apparaissent sur votre compte de taxes, il faut comprendre que nous sommes limités en ce qui a trait à la longueur des descriptions, ce qui nous force malheureusement à utiliser des « abréviations ».

Concernant les montants qui apparaissent sur votre compte de taxes comme étant les taxes « spéciales », celles-ci sont directement liées à un « Règlement d'emprunt » et les montants recueillis par la municipalité servent exclusivement à rembourser le capital et les 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 4 [SP4 – Aque/Égout 2-3e av], la taxe spéciale 5 [SP5 – Alim. Eau potable] et la taxe spéciale 7 [SP7 – Aque/Égout 4e av] alors que je n'ai pas accès à ces services chez nous ?

**Réponse 1** : Comme mentionné, les « taxes spéciales 4, 5 et 7 » servent à rembourser le capital et intérêt sur les emprunts contractés lors des travaux du réseau d'aqueduc, du réseau d'égout et de la mise en place du système d'alimentation en eau potable.

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 [668 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 collège, le poste d'incendie, le Parc du 150e, etc. Voilà donc pourquoi même les propriétaires situés à la « 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 [183,50 \$, 189,50 \$ et 213 \$] avec la même description : Aque, Égout, 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. Le 183,50 \$ est pour l'Aqueduc, le 189,50 \$ pour les Égouts et le 213 \$ 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, Égout, Ordures avec 3 montants différents.

Finalement, la municipalité adopte annuellement un « Règlement de taxation » fixant les taxes et tarifs qui se retrouvent sur votre compte de taxes. Ce règlement #538 est disponible sur notre site internet [www.ham-nord.ca](http://www.ham-nord.ca) Onglet Citoyens/Documents public/Règlementations). Il me fera plaisir de regarder celui-ci avec vous si vous avez des interrogations.

N'hésitez pas à communiquer avec moi pour toutes autres questions, il me fera grand plaisir d'y répondre !

## 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 6 février 2023, à la salle du Conseil, située au 285, 1<sup>re</sup> Avenue à Ham-Nord, à 20h.

Sont présents : le maire, François Marcotte

et les conseillers:

Gaétan Fortier Steve Leblanc

Dominic Lapointe Gilles Gauvreau

Benoît Couture Rémi Beauchesne

Les membres présents forment le quorum.



**2023-02-35 Proclamation de la journée nationale de promotion de la santé mentale positive le 13 mars 2023**

**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 **CRÉER DES LIENS et être bien entouré·es** ;

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

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

**CONSIDÉRANT QU'**il a été démontré que les municipalités peuvent jouer un rôle de premier plan pour favoriser la santé mentale positive de leurs concitoyennes et concitoyens ;

**EN CONSÉQUENCE, IL EST PROPOSÉ PAR: GILLES GAUVREAU**  
et résolu à l'unanimité des conseillers présents :

**QUE** la municipalité du Canton de Ham-Nord proclame la Journée nationale de la promotion de la santé mentale positive et invite les citoyennes et citoyens ainsi que toutes les organisations et institutions de sa municipalité à faire connaître les outils de la Campagne annuelle de promotion de la santé mentale sous le thème **CRÉER DES LIENS et être bien entouré·es**.

**COPIE CERTIFIÉE CONFORME**

à Ham-Nord, province de Québec,  
le 16<sup>e</sup> jour de février 2023

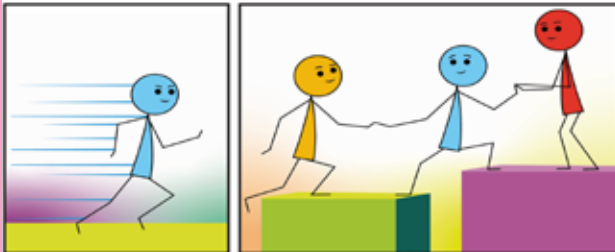


Mathieu Couture, Directeur général  
et greffier-trésorier

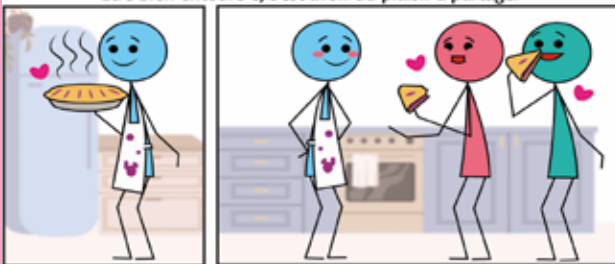
Je me sens bien avec mes ami-es.  
On s'entraide, on se respecte,  
on s'accepte comme on est



Tout seul on va plus vite, ensemble on va plus loin !



Être bien entouré-e, c'est avoir du plaisir à partager



et avoir un filet de sécurité pour les moments plus difficiles.



## CRÉER DES LIENS

et être bien entouré-es



4 **ASTUCES**  
POUR SE RECHARGER

**TOUS ENSEMBLE POUR UNE BONNE SANTÉ MENTALE**



PRÉSENT PARTOUT AU QUÉBEC ET ENGAGÉ DANS LES RÉGIONS PAR L'ACTION DE SES ORGANISMES MEMBRES:

SMQ - Bas-Saint-Laurent - SMQ - Chaudière-Appalaches  
SMQ - Côte-Nord - SMQ - Haut-Richelieu - SMQ - Lac-Saint-Jean  
SMQ - Pierre-De Saurel - SMQ - Rive-Sud - ACSM - Filiale de Québec  
ACSM - Filiale Saguenay - CAP Santé Outaouais - Centre Accalmie  
L'Ensoleillée, ressource communautaire en santé mentale  
PCSM - RAIDDAT

MOUVEMENT SANTÉ MENTALE QUÉBEC

Promouvoir. Soutenir. Outiller.

Nous remercions:

Capsana

Le ministère de la Santé et des Services sociaux



## MÉFIEZ-VOUS !

*Un message de la Sûreté du Québec*

Le corps policier constate une forte recrudescence des cas de fraude à travers la province et notre région n'y échappe pas.

### Plusieurs types de stratagèmes sont utilisés par les fraudeurs

#### EXEMPLE

Un faux représentant contacte sa victime par téléphone en se faisant passer pour un représentant d'une institution financière ou un employé gouvernemental ou même parfois un policier. Il vous avise qu'une activité frauduleuse a eu lieu dans votre compte bancaire et que vous devez placer votre carte de service dans une enveloppe, y joindre votre NIP et placer le tout dans la boîte aux lettres et quelqu'un passera chercher l'enveloppe.

**Soyez certain qu'aucune institution financière, ou agence gouvernementale ne fonctionne de cette manière et il est important de ne pas embarquer dans ce stratagème qui peut engendrer une perte financière importante.**

Vous trouverez ici un lien pour accéder à une capsule de notre web télé SQTV qui porte sur la fraude.

Les fraudeurs ciblent surtout les aînés actuellement.

Nous vous encourageons à prendre connaissance de ces types de fraudes et à en parler dans votre entourage (parents, grands-parents, etc.) en plus de diffuser le message dans vos réseaux afin d'informer vos parents et amis.

Plus l'information circulera, moins il y aura de victimes.

**Soyez vigilants et informez vos proches !**

Capsule SQTV : [https://youtu.be/MB64w4MS\\_TU](https://youtu.be/MB64w4MS_TU)

Merci beaucoup de votre précieuse collaboration !

**VOTRE AFFICHEUR PEUT ÊTRE TROMPEUR**

**AGENCE DU GOUVERNEMENT**  
**FAUX REPRÉSENTANT**  
INDICE : IL VOUS RÉCLAME DES IMPÔTS IMPAYÉS

**SERVICE DE POLICE**  
**INSTITUTION BANCAIRE**

**FAUX POLICIER**  
INDICE : IL VOUS EXIGE DE L'ARGENT OU DES CARTES-CADEAUX

**FAUX CONSEILLER**  
INDICE : IL VOUS DEMANDE DES INFORMATIONS PERSONNELLES OU BANCAIRES

**REFUSEZ! DITES NON!**  
RACCROCHEZ ET SIGNALEZ LA FRAUDE

CENTRE ANTIFRAUDE DU CANADA  
[www.antifraudcentre-centreantifraude.ca](http://www.antifraudcentre-centreantifraude.ca)  
**1 888 495-8501**  
310-4141 OU \*4141

Initiative de la Table de concertation des aînés Beauharnois-Saboury

## 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 6 février 2023, à la salle du Conseil, située au 285, 1<sup>re</sup> Avenue à Ham-Nord, à 20h.

Sont présents : le maire, François Marcotte

et les conseillers:

Gaétan Fortier Steve Leblanc

Dominic Lapointe Gilles Gauvreau

Benoît Couture Rémi Beauchesne

Les membres présents forment le quorum.



**2023-02-36 Proclamation des journées de la persévérance scolaire 2023 (du 13 au 17 février)**

**CONSIDÉRANT QUE** tous les acteurs de la communauté peuvent agir sur la persévérance scolaire afin de favoriser la réussite éducative au Centre-du-Québec ;

**CONSIDÉRANT QUE** d'alimenter leurs aspirations professionnelles en leur faisant découvrir nos milieux contribuent à donner du sens à leur persévérance scolaire ;

**CONSIDÉRANT QUE** la région du Centre-du-Québec a besoin d'une relève qualifiée pour assurer son plein développement socioéconomique;

**CONSIDÉRANT QUE** la Table régionale de l'éducation Centre-du-Québec tient, chaque année en février, une édition centricoise des Journées de la persévérance scolaire ;

**CONSIDÉRANT QUE** dans le cadre de cette édition centricoise des Journées de la persévérance scolaire, la Table régionale de l'éducation Centre-du-Québec invite tous les acteurs de la communauté à poser un geste d'encouragement à l'égard de la persévérance scolaire, et ce, afin de démontrer aux jeunes et aux adultes en formation que la communauté les soutient dans la poursuite de leurs études ;

**CONSIDÉRANT QUE** depuis 2004, la Table régionale de l'éducation Centre-du-Québec mobilise l'ensemble des acteurs de la communauté dans le but de favoriser le développement du plein potentiel des jeunes et de soutenir la réussite éducative des jeunes et d'adultes en formation;

**EN CONSÉQUENCE, IL EST PROPOSÉ PAR : STEVE LEBLANC**  
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 2023 (du 13 au 17 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 16<sup>e</sup> jour de février 2023

Mathieu Couture, Directeur général  
et greffier-trésorier

# Fraude des grands-parents

**Grand-maman  
c'est moi!**

**Le fraudeur se fait  
passer pour un  
petit-fils ayant un  
problème et  
réclame en urgence  
de l'argent.**



**Est-ce que  
c'est toi,  
Martin?**

**Si vous pensez être victime de ce type  
de FRAUDE appelez votre service de police :  
Sûreté du Québec 310-4141 ou le  
Service de police de Châteauguay 450 698-1331**

## **Dites-vous qu'il s'agit probablement d'une FRAUDE**

- Posez des questions personnelles auxquelles **SEULS** vos proches sauront répondre.
- Ne donnez pas d'informations personnelles.
- Ne cédez pas à l'urgence de donner de l'argent.
- Au moindre doute, **RACCROCHEZ ET APPELEZ** immédiatement la police.

**Rappelez-vous que ce n'est aucunement de votre faute.**

Un projet réalisé grâce au soutien financier de:





## NOUVEAU SERVICE - INFIRMIÈRE

- 1. INJECTION DE MÉDICAMENTS SUR PLACE** (Prolia<sup>MD</sup>, Depo Provera<sup>MD</sup>, Lupron Dépôt<sup>MD</sup>, Abilify Maintena<sup>MD</sup>, Vitamine B12, et plus)
- 2. LAVAGE D'OREILLES // OBSERVATION D'OREILLES**
- 3. RETRAIT POINTS DE SUTURE // SOINS DE PLAIES**

Plus besoin de vous déplacer en ville pour ces services! Informez-vous au sujet de notre nouveau service!

Une infirmière sera sur place, sous supervision de vos pharmaciens, et ce, les vendredis aux 2 semaines.

Prenez rendez-vous:

# 819-344-2249

\*Des frais peuvent s'appliquer.

**Catherine Dallaire et Steve Roy**  
Pharmaciens propriétaires  
Affiliés à



Heures d'ouverture  
LUNDI AU VENDREDI 10h à 18h  
SAMEDI 10h à 14h

Les pharmaciens sont les seuls responsables de l'exercice de la pharmacie



# 2023

## Aux propriétaires de chien et de chat\* : l'heure est venue de renouveler votre licence !

À faire directement sur le site :

<https://spaavic.com/services-offerts/enregistrement-renouvellement-de-licences>





La Paix a besoin de monde...  
Le Monde a besoin de Paix

*fr. M. Raymond & C. P. Inc.*

**Massothérapeute Spécialisé**  
 Massage Détente  
 et Thérapeutique  
 Cours de Qi Gong  
 et Jin Shin Do®



**Martine Vézina**  
 819-774-3340  
[www.massagebienveillance.com](http://www.massagebienveillance.com)  
[massage.bienveillance@gmail.com](mailto:massage.bienveillance@gmail.com)

## LE CHÊNE BLANC

### logements à louer

#### 3 1/2 - 4 1/2

Couple ou personne seule

Chauffé, éclairé, eau chaude, buanderie, salle à diner, salon communautaire, stationnement extérieur avec prise de courant.

**INFORMATION:**  
**(819) 464-0032 ou 382-2471**  
 3 1/2 présentement admissible à une subvention

**NOUVEAU ET UNIQUE EN RÉGION**  
**FOREUSE DE PUIITS SUR CHENILLE**

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



**100% fait au Québec**

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

**Puitbec** GROUPE  
[www.puitbec.com](http://www.puitbec.com) RBQ: 8327-6683-50



**Pat** pareur d'onglons  
 819 350 0225  
 Patric Létourneau



**Alain RAYES**  
 Député de Richmond—Arthabaska  
[alainrayes.ca](http://alainrayes.ca)  
[alain.rayes@parl.gc.ca](mailto:alain.rayes@parl.gc.ca)

1-877-751-1375 (sans frais) | 819-751-1375  
 3, rue de la Gare, Victoriaville (QC) G6P 6S4



**Sébastien SCHNEEBERGER**  
 DÉPUTÉ DE DRUMMOND-BOIS-FRANCS

819 475-4343  
[sebastien.schneeberger.drum@assnat.qc.ca](mailto:sebastien.schneeberger.drum@assnat.qc.ca)

ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC



**VIVACO** GROUPE COOPÉRATIF

**MERCI D'ENCOURAGER LOCAL, C'EST PROFITABLE POUR TOUS.**

**BMR** 827, route 161  
 819 344-2521

**MARCHE BONICHOIX** 445, rue principale  
 819 344-2422



**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<sup>e</sup> avenue  
T. 819.877.3233

**RE/MAX<sup>®</sup>**  
— ÉLITE —

**DAVID LEVASSEUR**

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

DAVID.LEVASSEUR@REMAX-QUEBEC.COM



**Caroline Juneau**

B.Sc. infirmière

Expertise en soins podologiques et soins de plaies

Clinique médicale de Princeville

840 boul. Baril Ouest  
Princeville QC G6L3W6

**819 364-2150**

Clinique de soins à Ham-Nord

454 rue Principale  
Ham-Nord QC G0P1A0

**819 460-4208**

Centre de  
prévention  
**Suicide**  
Arthabaska-Érable

Parles-en...  
Ta VIE est importante!

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: 3 avril 2023**

**DATE DE TOMBÉE: 23 mars 2023**

*Responsables:*

*Louis-Marie Lavoie et Andrée Robert*

Faites-nous parvenir vos textes et annonces:

**[hameau@arlitera.com](mailto:hameau@arlitera.com)**

**Hameau en couleurs: [www.ham-nord.ca](http://www.ham-nord.ca)**

# Faire grandir l'épargne



## La ristourne jeunesse<sup>1</sup>, maintenant offerte aux jeunes de 5 à 17 ans

Une **ristourne jeunesse de 10 \$** avec 7 dépôts ou plus effectués dans son compte entre le 1<sup>er</sup> janvier et le 31 décembre de la même année.

**[desjardins.com/ristourne-jeunesse](http://desjardins.com/ristourne-jeunesse)**

**819 758-9421 • 1 866 758-9421**

<sup>1</sup> Des conditions s'appliquent, visitez le [desjardins.com/ristourne-jeunesse](http://desjardins.com/ristourne-jeunesse) pour connaître les détails de la ristourne jeunesse.

 **Desjardins**  
Caisse des Bois-Francs

## 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](mailto:forumcitoyen@ham-nord.ca)

Président: Louis-Marie Lavoie;  
Vice-présidente: Émilie Lapointe;  
Secrétaire: Marylène Morin;  
Trésorier: Benoit Charbonneau;  
Administratrices: Nébesna Fortin et  
Martine Vézina.



Municipalité  
amie des aînés;  
amie des  
enfants!

