

## SOMMAIRE

- 3 « Bénévolat » change la vie!
- 4 Pour la paix en Ukraine
- 6 Hommage à Richard Morin
- 7 Santé mentale
- 8 #défipissenlit
- 10 Prévention des incendies
- 12 Maison des jeunes
- 14 Soccer cet été
- 15 Camp de jour
- 16 3 Mousquetons
- 18 Corvée de nettoyage
- 19 Déchets volumineux
- 20 Compost disponible
- 21 Incroyables comestibles
- 21 Grande vente de garage
- 22 Dates à retenir
- 25 Fête à Saint-Adrien
- 27 Pensée du jour
- 28 Chronique policière SQ

## Ham-Nord se remet en mouvement

*Par Louis-Marie Lavoie*

Est-ce juste une apparence ou bien est-ce vrai que cette période-ci de l'année est propice à l'essor, qui est synonyme d'élan, d'épanouissement, d'impulsion, de bond en avant, de progression, de mise en branle? On dirait même que l'année débute au printemps, lui qui a été tant célébré par peintres, poètes et compositeurs.

On sent une espèce de fébrilité dans la nature et dans la gestion humaine de cet après-hiver, de cet après-covid. C'est le retour des oiseaux migrateurs, des crocus, des rhubarbes et autres lilas, les champs reverdissent; les pissenlits revendiquent fièrement leur place et les butineurs recommencent leur inlassable quête de nourriture.

On voit que les commerces réorganisent leurs étals, privilégient plantules et semences, terreau et amendements, et ce, sans oublier de mettre à l'avant les matériaux de rénovation. Les agriculteurs sont surchargés de travail. Hommes et femmes s'affairent à ratisser les pelouses, à laver les vitres des maisons, à préparer le chalet, à faire le ménage du potager et des platebandes.

(Suite, page 2)



## Le temps presse, tant de choses à faire en si peu de temps, cinq mois, c'est trop vite passé.

En plus des nécessaires travaux domestiques individuels se profilent d'autres activités générées par les regroupements humains. En effet, ces derniers mettent eux aussi leurs projets en branle, organisent fêtes, retrouvailles et corvées. C'est manifeste chez nous à Ham-Nord. Ce Hameau de mai-juin témoigne de la vitalité retrouvée dans notre communauté. Entre autres à l'ordre du jour pour les prochaines semaines, outre le grand ménage de nos rues, il y aura le ramassage des « grosses vidanges », le souper dansant BBQ, une vente de garage, la fête des Mères et celle des Pères, des ateliers de mouvements à l'extérieur, le souper-danse de fermeture de la Fadoq, l'implantation des Incroyables Comestibles et, cerise sur le sundae, une « Fête au Village ».

## ON EST MIEUX ENSEMBLE

Le bureau de notre municipalité organise, en collaboration avec des organismes de notre communauté, une activité familiale toute spéciale, sur le parvis de l'église, de 11 h à 15 h, **samedi le 4 juin** prochain, jour dédié officiellement à la Fête des Voisins. S'il pleut, l'événement aura lieu dans le Centre communautaire.

Plusieurs projets sont en préparation pour égayer la Fête au village; un publipostage sera distribué pour nous informer davantage. Pour le moment, on peut révéler qu'il y aura des jeux gonflables, du maquillage, et sans doute un spectacle. On pourra manger sur place également; il y aura un « food truck » sur place.

Cette fête, sous le thème « **On est mieux ensemble** », c'est l'occasion de prendre une bonne bouffée de vitalité. C'est le moment de permettre des retrouvailles, de favoriser de nouvelles rencontres, d'accueillir de nouveaux arrivants. **Votre présence sera précieuse.**

Personne à contacter si intérêt : [elise.hamel@ham-nord.ca](mailto:elise.hamel@ham-nord.ca) et 819 344-2424 poste 5

## La vitalité de Ham-Nord se réveille

*Par Louis-Marie Lavoie*



Le 11 avril dernier, en soirée, se tenait dans une salle du bureau municipal une rencontre de ceux et celles qu'on a convenu d'appeler « les acteurs du milieu ». Convoquée par Élise Hamel, responsable des Loisirs et de la Vie communautaire à Ham-Nord, cette réunion des représentants des organismes locaux était la deuxième du genre; la première (et dernière) avait eu lieu une dizaine de jours avant la déclaration de la pandémie en mars 2020.

Étaient présents à cette soirée : Marie-Josée Brault, (Fondation Réal-Lavertu), Sara-Ève Dubé (Fabrique des St-Anges), Sébastien Lugier (Club Lions), Marylène Morin (MDJ), Gérald Lehoux (Conseil de gestion de l'église), Gaétan Fortier (Club Fadoq), Louis-Marie Lavoie (Forum Citoyen), Patrick Duchaine et Élise Hamel du bureau municipal

La santé des organismes a d'abord été abordée. Plusieurs ont des projets, certains ont recommencé leurs activités. Comme un réveil après un sommeil de deux ans. Le besoin de nouvelles personnes, bénévoles, qui auraient le goût et le temps de s'impliquer, est général et plus ou moins présent chez les organismes.

Ont été élaborés ensuite plusieurs projets fort motivants : un comité d'accueil pour les nouveaux membres de la communauté, la création d'opportunités de rencontres telles une Fête de la Saint-Jean familiale, une halte-café pour les cyclistes. Les Incroyables Comestibles et la Journée de la Terre ont été abordés également.

À noter qu'une activité importante, la « Fête au village », aura lieu le 4 juin prochain. Surveillez les notifications à son sujet sur Facebook (Ham-Nord-Québec).

D'autres réunions, en plus petits comités, avec d'autres personnes intéressées, sont prévues afin de réaliser ces idées prometteuses. Il est possible à tous de participer, de s'impliquer. Vous pouvez communiquer avec votre bureau municipal.

## Bénévolat change la vie!

Source : Fédération des centres d'action bénévole du Québec

La Semaine de l'action bénévole se tenait du 24 au 30 avril, mais bénévolat, c'est toujours le temps.

L'action bénévole est un cercle vertueux. Étant l'essence même du bon fonctionnement de notre société, le bénévolat touche toutes les causes, et bien au-delà.

Elle change la vie de celles et ceux qui la pratiquent : faire don de soi c'est tout d'abord se faire don à soi-même d'un moment de plaisir et de bien-être.

Par passion ou compassion, bénévolat, ça change la vie. La vie des bénévoles avant tout! En plus d'être une source de plaisir et un facteur de joie, cela peut avoir un impact sur notre bien-être physique et psychologique. Bénévolat, ça permet de sortir de l'isolement, de rencontrer de nouvelles personnes et de se faire du bien en faisant du bien.

Bénévolat, ça change également la vie de celles et ceux à qui on tend la main. Cela contribue à poser un geste précieux et essentiel auprès de ceux et celles qui en ont le plus besoin. Bénévolat, ça change la vie d'une société, d'un village. Le bénévolat est une puissante source de richesse collective.

Inestimable, le bénévolat offre à notre communauté l'opportunité de se développer dans un contexte de bienveillance et d'entraide basé sur la solidarité.



### « Changer une vie... c'est changer le monde! »

#### Qu'est-ce qui peut me motiver à faire du bénévolat ?

- ☺ Découvrir de nouveaux intérêts et passe-temps ;
- ☺ Faire partie d'un groupe de personnes enthousiastes, et participer à la réussite de projets communs ;
- ☺ Renforcer la confiance en soi ;
- ☺ Être un exemple pour ses enfants, sa famille, son village ;
- ☺ S'intégrer dans sa nouvelle communauté, se faire de nouveaux amis ;
- ☺ Avoir un meilleur sentiment de bonheur et d'estime de soi ;
- ☺ Diffuser la joie autour de soi ;
- ☺ Contribuer à rendre le monde meilleur.

# BÉNÉVOLAT CHANGE LA VIE!

SEMAINE DE L'ACTION BÉNÉVOLE  
**24 au 30 avril 2022**

48<sup>e</sup>  
ÉDITION

Présentée par  
**Hydro Québec**

**fca 50 q**  
Fédération des  
Centres d'action bénévole  
du Québec

**Je  
BÉNÉVOLE**



## Municipalité du Canton de Ham-Nord

287, 1<sup>re</sup> 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 14 mars 2022, 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	Benoît Couture
Rémi Beauchesne	Dominic Lapointe
Steve Leblanc	Gilles Gauvreau

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

#### Les élus municipaux québécois solidaires - Appui au peuple ukrainien

**ATTENDU QUE** la Fédération de Russie a envahi militairement la république d'Ukraine;

**ATTENDU QUE** la Fédération de Russie a, se faisant, violé les règles internationales du respect de l'intégrité des frontières nationales et provoque la mort de milliers de personnes et l'exode de citoyens ukrainiens;

**ATTENDU QU'**à notre époque, la solution militaire est inacceptable pour régler les conflits entre nations;

**ATTENDU QUE** les élus·es municipaux et le peuple québécois sont profondément affligés par les souffrances vécues par le peuple et les communautés ukrainiennes;

**ATTENDU QUE** la volonté des élus·es municipaux du Québec d'exprimer leur désapprobation la plus totale de cette situation et du recours aux armes pour régler les conflits;

**ATTENDU QUE** la volonté des élus·es municipaux et de la population québécoise d'exprimer leur solidarité avec le peuple ukrainien;

**ATTENDU QUE** les gestes de solidarité de plusieurs municipalités et de nombreux Québécois envers le peuple ukrainien, notamment à travers des dons à la Croix-Rouge canadienne;





## Municipalité du Canton de Ham-Nord

287, 1<sup>re</sup> Avenue, Ham-Nord (Québec) G0P 1A0  
Téléphone : 819 344-2424 • Télécopieur : 819 344-2806 • Courriel : info@ham-nord.ca

### EXTRAIT DE PROCÈS-VERBAL

SUITE

**EN CONSÉQUENCE, IL EST PROPOSÉ PAR: GILLES GAUVREAU**  
et résolu à l'unanimité des conseillers présents, le maire n'ayant pas voté:

**QUE** la municipalité du Canton de Ham-Nord condamne avec la plus grande fermeté l'invasion de l'Ukraine par la Russie;

**QUE** la municipalité joigne sa voix au concert des nations pour appeler la Russie à mettre fin à son agression et à retirer toutes ses forces de l'Ukraine et à régler ses différends par la voie de la diplomatie;

**QUE** la municipalité demande au gouvernement du Canada de prendre toutes les mesures nécessaires pour amener la Russie à abandonner son attitude belliqueuse;

**QUE** la municipalité invite ses citoyens à participer à l'effort de solidarité envers le peuple ukrainien;

**QUE** la municipalité déclare son intérêt à contribuer à cet effort collectif et humanitaire et invite tous les groupes et intervenants à se mobiliser pour organiser l'accueil de ces personnes réfugiées sur notre territoire;

**QUE** copie de cette résolution soit envoyée au premier ministre du Canada, M. Justin Trudeau, à la ministre des Affaires étrangères, M<sup>me</sup> Mélanie Joly, au premier ministre du Québec, M. François Legault, à l'ambassade de la République d'Ukraine, à l'ambassade de la Fédération de Russie, à la Fédération québécoise des municipalités et aux médias régionaux et nationaux.

### COPIE CERTIFIÉE CONFORME

à Ham-Nord, province de Québec,  
le 30<sup>e</sup> jour de mars 2022

Mathieu Couture, Directeur général  
et greffier-trésorier



## CULTIVER LA SANTÉ MENTALE

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

La Semaine de la santé mentale vient de se terminer, voici quelques informations sur celle-ci : L'ACSM (Association canadienne pour la santé mentale) organise la Semaine de la santé mentale depuis 71 ans.



Le thème de cette année porte sur « L'importance de l'empathie ». Il est basé sur l'idée que beaucoup de gens croient que quand une personne verbalise sa souffrance, elle s'attend à être conseillée. Mais la vérité est que les gens ont davantage besoin d'empathie que de solutions. Quand quelqu'un se sent vu et entendu, il se sent compris et soutenu.

**IL SUFFIT D'ÊTRE À L'ÉCOUTE. CRÉONS UN ESPACE POUR #PARLERPOURVRAI.**

### Objectif principal :

L'objectif principal de la Semaine de la santé mentale est de faire la promotion de la santé mentale à l'échelle de la population québécoise. Le but n'est pas uniquement de sensibiliser, mais de promouvoir les connaissances et les attitudes qui soutiennent un changement social significatif. Nous visons ainsi à dissiper les mythes nuisibles et la désinformation, à améliorer la compréhension de la santé mentale et la manière d'en prendre soin.

Afin d'appuyer L'ACSM la municipalité du Canton de Ham-Nord a passé une résolution qui se résume ainsi :

La municipalité du Canton de Ham-Nord proclame la semaine du 2 au 8 mai 2022 « Semaine de la santé mentale » et invite tous les citoyens, les entreprises et les institutions à #Parlerpourvrai et à partager la trousse d'outils de la campagne de la Semaine nationale de la santé mentale, dont le thème est l'empathie.

Ensemble, contribuons à transformer notre municipalité en un environnement favorable à la santé mentale des citoyens.

Nous avons également diffusé les capsules explicatives dans les réseaux sociaux.

Pour clôturer la semaine en beauté, je partage avec vous le lien de la page Info et articles. Cette page vous offre des conseils pratiques, des articles et de l'information pour vous aider à créer un espace pour #ParlerPourVrai.

Parce que pour s'épauler, il faut d'abord s'écouter.

<https://www.mentalhealthweek.ca/fr/info-articles/>

**La santé mentale se cultive à chaque instant !**



## Cours de Qi Gong

### L'arbre qui s'éveille au printemps

Le Qi Gong consiste en des exercices d'assouplissements des muscles, des mouvements décontractés et harmonieux, issus de la médecine chinoise pour augmenter l'énergie.

Respirer avec des exercices doux afin de supporter vos organes selon la saison.

### Le printemps correspond à la santé du foie.

**Martine Vézina**, une nouvelle résidente de Ham-Nord, offrira des cours de Qi Gong, discipline pour laquelle elle possède 30 ans d'expérience.

**OÙ** : Au Centre communautaire de Ham-Nord ou, par beau temps, au Parc du 150e.

**QUAND** : mercredi de 10 h à 11 h ou de 17 h à 18 h. Du 11 mai au 29 juin 2022

**TARIFS** : 125 \$ pour 8 cours

**INSCRIPTION** : Martine Vézina 819 774-3340

**SITE WEB** : [massagebienveillance.com](http://massagebienveillance.com)

**Venez faire un essai gratuit le 11 mai!**



## Hommage à un aîné : Richard Morin, notre pilier familial

Aujourd'hui, nous souhaitons vous présenter notre aïeul, Richard Morin. Il est l'homme le plus âgé natif de Ham-Nord; il est né le 8 mai 1932 dans le rang des Chutes, troisième d'une famille de 13 enfants.

Il a maintenant quatre-vingt-dix ans. Cela se fête!

Il s'est marié en 1957 avec Gloriette Richer, et de cette union naîtra 5 enfants, 12 petits-enfants et 13 arrière-petits-enfants (bientôt 14). Le 10 août prochain, ils célébreront leurs 65 ans d'union, tout un événement de nos jours. Félicitations!

Richard Morin a été agriculteur toute sa vie, depuis sa jeunesse. Il a su transmettre ses valeurs familiales à ses enfants. Nous lui en sommes bien reconnaissants. Il a été très actif dans sa communauté, notamment avec le Club Lions. Il a été conseiller municipal, marguillier, président du carnaval, etc.

Ses plus grandes passions ont toujours été la pêche et la chasse. Nous devons également souligner aussi ses talents de musicien. Nombreux sont les partys et les réunions de famille animés par Richard qui jouait avec aisance des claviers, du violon, de l'accordéon et de l'harmonica. C'est un homme de cœur qui a toujours su rassembler sa famille pour célébrer joyeusement!

Nous sommes fiers de faire partie de sa vie! Il est et sera toujours un modèle de vie pour nous tous! Merci.

Ta descendance qui t'aime



## Le #défipissenlits

Par Louis-Marie Lavoie

Il existe ce qu'on appelle un « défi pissenlits ». Qu'est-ce que c'est ? Christina Fortin-Ménard, copropriétaire de l'entreprise Miel et co., explique : « C'est simple : au lieu de se dépêcher de tondre leur pelouse, on invite les gens à la laisser pousser quelques jours, même quelques semaines, pour fournir un garde-manger aux pollinisateurs. ».

L'idée n'est pas de laisser pousser la pelouse indéfiniment, mais plutôt de retarder la première tonte de quelques semaines, question de laisser aux pollinisateurs le temps de se refaire des forces et aux autres fleurs, sources de pollen et de nectar, le temps d'éclorre. En effet, abeilles, taons et guêpes sortent d'une longue saison de disette et se voient privés de leur première source d'alimentation par les amateurs de pelouse immaculée.

### À l'origine du défi



Apiculteur depuis 2014, David-Lee Desrochers, autre copropriétaire de Miel et co., a été témoin du déclin de la population d'abeilles et constate chaque année le rôle des pissenlits dans leur survie. Il dit : « C'est vraiment la première source en abondance de pollen et de nectar, c'est ce qui aide les colonies à pouvoir prendre de la force rapidement. »

L'apiculteur est bien conscient du sacrifice que peut représenter ce défi pour certains. Ces temps-ci, c'est beaucoup plus difficile parce que les pelouses commencent à être jaunes. Les voisins tondent. On peut se faire regarder de toutes les façons.

Une autre entreprise, la Miellerie King — distillerie & hydromellerie, est fière de se joindre à l'initiative lancée par Miel&Co. « Dans un monde où les rendements agricoles sont d'une importance capitale et où l'utilisation de pesticides devient de plus en plus intense, nous sommes fiers de nous joindre à cette initiative originale qui a pour but de faire notre part pour freiner le taux d'extinction des précieux pollinisateurs ».

Le site internet de la miellerie expose divers moyens d'action pour les particuliers, les entreprises et les agriculteurs qui désirent participer au sauvetage des abeilles, car elles sont bel et bien en danger d'extinction. On peut y lire qu'il faut éviter l'utilisation des pesticides, mais encourager l'ensemencement ou la plantation de plusieurs sortes de fleurs qui attirent les pollinisateurs. Il faut encourager aussi l'achat d'aliments provenant d'une agriculture qui respecte l'environnement, sans oublier de sensibiliser notre entourage et, bien sûr, de participer au #défipissenlit. Prenons et publions avec fierté de belles photos des pissenlits de nos pelouses !

### On peut passer à l'action nous aussi

Les deux mielleries, de nombreuses municipalités dont la nôtre, des associations et regroupements citoyens emboîtent le pas de ce défi, et stimulent les gens de leur entourage à aider à sauver les abeilles, tout en apprenant à apprécier voire à intégrer le pissenlit dans notre vie plutôt que de le considérer comme une nuisance. Pour ce faire, ils nous encouragent fortement à ne pas tondre notre pelouse avant le premier juin.

Il n'est pas facile pour tout le monde de s'impliquer et de décider de se joindre à cette proposition, ce mouvement. Comme pour beaucoup d'autres choses, il faut y penser, s'ouvrir et se laisser convaincre, faire une belle prise de conscience et poser des gestes inhabituels que ne sont pas ancrés dans nos habitudes ou, comme ici, ne pas céder à nos habitudes. Par contre, il faut considérer que nous ne sommes pas seuls et que le report de





« tondre la pelouse » a tellement d'avantages, dont celui, s'il faut en ajouter, de réduire les gaz à effet de serre.

On aura cependant peut-être peur du regard des autres, des voisins qui, eux, tondent leur gazon. De là l'idée d'afficher fièrement la légitimité du geste au nom du bien-être de ceux qui contribuent à notre alimentation. Les initiateurs du défi, Miel & Co, ont créé une trousse qui comprend une petite affiche sur laquelle on peut lire « Je protège les pollinisateurs », et que l'on peut installer sur notre terrain. On en a reçu un exemplaire au verso du publipostage. De son côté, la Miellerie King offre un coloriage sur le même thème que l'on peut télécharger gratuitement.

Pour visiter les mielleries et explorer le #défipissenlits : <https://mieletco.com/>

<https://www.miellerieking.com/post/qu-est-ce-que-le-d%C3%A9fipissenlits-et-comment-y-participer>

## Une bonne «mauvaise» herbe

Véritable martyr des tondeuses et des pelouses, il s'agit pourtant de l'une des plantes les plus utiles parmi les fameuses «mauvaises herbes» que beaucoup aimeraient éliminer. Bien entendu, il est question ici du pissenlit. Tout le monde connaît, en fait «reconnait», cette plante sauvage d'un beau jaune pétant, souvent trop mal aimée.

Membre de la grande famille des Composées, ou des Astéracées, comme les laitues, les pâquerettes, l'arnica, les rudbeckies et les marguerites pour ne citer que quelques-unes des 32 913 espèces répertoriées, il ne faut pas confondre le pissenlit avec un de ses parents, le tussilage, qui lui ressemble énormément, mais dont la fleur s'épanouit plus tôt, la plupart du temps dans les bords de routes caillouteux.

Le «taraxacum officinale» est un don de la Nature, dont on doit sans aucun doute contrôler la généreuse l'expansion. Mais on peut tolérer sa présence, sinon la cultiver... Et elle a les capacités de nous le rendre au centuple. C'est un véritable trésor pour quiconque décide de profiter de ses nombreuses qualités.

C'est une grande plante médicinale, possédant des vertus apéritives, digestives et diurétiques; elle est une excellente amie du foie. Du point de vue culinaire, tout est comestible, tout se mange chez lui : fleurs en boutons, capitules bien ouverts, feuilles, même les racines. Une imperfection pour nos papilles gustatives toutefois : hormis les jeunes feuilles, toutes ses parties ont tendance à goûter l'amertume. Il suffit de



faire bouillir un peu ou de faire sauter. On peut également en faire du vin, du sirop, de la gelée ou des confitures; on peut en faire un substitut de café en torréfiant les racines, comme avec la chicorée.

Une petite mise en garde s'impose : on ne doit pas cueillir, et encore moins consommer des pissenlits provenant d'un milieu dont on ne peut garantir la qualité. Malheureusement, une pelouse ou un champ aspergés d'insecticides ainsi que les bords de route sont à proscrire. Aussi, pour profiter de ses

bienfaits médicaux, il vaut mieux consulter quelque spécialiste en herboristerie et éviter l'automédication.

La présence du pissenlit a bien d'autres bienfaites incidences dans la nature. Elle peut aider à l'amélioration des sols: désacidification, décompaction, fertilisation. De plus, l'abondance du pissenlit au printemps lui permet de devenir un garde-manger pour les pollinisateurs avec son nectar et son pollen. Aussi vaut-il mieux laisser ces derniers en profiter avant d'effectuer notre propre récolte; et attendre avant de tondre la pelouse où cette «mauvaise» herbe, pas si mauvaise que ça, a décidé de s'installer.



## Régie intermunicipale d'incendie des Trois Monts

# Chronique PRÉVENTION

Par Toni Marcotte, Directeur de la Régie intermunicipale des 3 Monts



### Feux de broussailles

Le printemps s'en vient à grands pas. Ce qui veut dire aussi la saison des feux de broussailles.

Chaque année, on nous appelle pour aller éteindre des feux de broussailles ou de forêt qui sont d'origine accidentelle ou volontaire. Chaque petit feu allumé volontairement était petit, à la base, et sous contrôle de son responsable.

Il ne s'agit que d'un moment de distraction ou que le vent se lève pour en perdre le contrôle. Même si vous pensez que votre feu est éteint, le vent pourrait transporter des braises ou même parfois ce sont les racines qui propagent l'incendie. C'est pourquoi une grande quantité d'eau est nécessaire afin de bien éteindre et refroidir notre feu.

### « Beau temps » rime avec « Beau petit feu de camp »

Là aussi, on reçoit plusieurs appels par année pour la vérification d'un feu à ciel ouvert ou pour la fumée qui incommode un voisin. J'en profite donc pour expliquer ce qui définit un feu à ciel ouvert, où et quand on peut en allumer.

### FEU À CIEL OUVERT

Est considéré comme un feu à ciel ouvert, tout feu ailleurs que dans un foyer conforme. Pour être conforme, le foyer doit être muni d'une porte et d'une cheminée qui possède un pare-étincelle.



### OÙ peut-on allumer un feu à ciel ouvert (sans permis) ?

- Dans un périmètre rural (à la campagne);
- À une distance de 3 mètres de la ligne de propriété, à 5 mètres de tous matériaux combustibles, à 10 mètres de tout bâtiment et à 45 mètres des bâtiments agricoles;
- L'espace doit être délimité sur une surface incombustible et ayant un muret de rétention de 250 mm de hauteur. Il ne doit pas être supérieur à un mètre de diamètre et le feu à un mètre de hauteur;
- Aucun feu à ciel ouvert ne peut être allumé dans le périmètre urbain (village).



## QUAND peut-on allumer un feu à ciel ouvert (sans permis) ?

- Lorsque l'équipement nécessaire pour empêcher la propagation du feu est disponible sur les lieux où sera allumé le feu, et ce, pour toute la durée du feu ;
- Lorsqu'une personne d'au moins 18 ans est présente sur les lieux, et ce jusqu'à ce que le feu soit complètement éteint ;
- Lorsque la fumée n'incommoder pas les voisins ;
- Lorsque l'on n'y brûle pas de déchets solides ou autres rebuts visés aux règlements sur les déchets ; (Utilisez seulement comme matière combustible du bois séché non verni, non peint, ni traité et exempt de toute matière toxique) ;
- Ne pas allumer ou maintenir un feu allumé si la vitesse du vent dépasse 20 km/h ;
- Ne pas utiliser de produits accélérant ;
- Le responsable a l'obligation de vérifier le niveau de danger d'incendie indiqué par la Sopfeu. Celui-ci doit être bas ou modéré ;
- Aucun feu à ciel ouvert ne peut être allumé entre le 1er avril et le 1er juin sans permis.

## VILLAGE OU PÉRIMÈTRE URBAIN

- Dans le village, un foyer conforme est requis
- Un foyer extérieur ne peut être installé que dans la cour arrière ou latérale.
- La distance entre un foyer extérieur et toute ligne de propriété doit être d'au moins 2 mètres.
- La distance entre un foyer extérieur et tout matériau combustible doit être d'au moins 3 mètres.
- La distance entre un foyer extérieur et tout bâtiment doit être d'au moins 5 mètres.

## AUTRES FEUX ET PERMIS

Pour tout autre feu, un permis est requis, demandez à votre responsable municipale, **ce permis est obligatoire et gratuit.**

Rappelons aussi qu'il est interdit de faire ou de laisser brûler des matières polluantes, par exemple : plastique, huile, pneus, matériaux de construction, etc. Dans le cas où le service incendie serait appelé à intervenir sur les lieux d'un feu ou des polluants seraient impliqués, le service serait dans l'obligation de transmettre le dossier au ministère de l'Environnement.

## ATTENTION, infraction à l'article 70 du règlement de prévention incendie :

Le fait pour une personne d'allumer un feu sans permis ou de ne pas respecter les conditions d'utilisation stipulées ci-haut constitue une infraction. Cette personne est passible des sanctions prévues au présent règlement et peut être tenue responsable du paiement des déboursés encourus par la Régie pour le travail du service de sécurité incendie. Ceci est un résumé du Règlement municipal, je vous invite à le consulter dans son entièreté pour plus de précision.

**Bon feu de camp!**





**Maison des jeunes  
des Hauts-Reliefs**

## À ma MDJ, je m'implique, j'y gagne!

Les services de la maison des jeunes (Ham-Nord et Chesterville) sont toujours offerts aux jeunes. C'est-à-dire que l'aide aux devoirs et les soirées d'ouverture aux jeunes ont lieu. Nous nous assurons de respecter les mesures sanitaires pour la sécurité de chacun. Le masque de procédure est distribué gratuitement aux jeunes.

**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](#)

Nous invitons les jeunes de 11 à 17 ans à venir découvrir nos activités directement à la maison des jeunes, au 210 rue Caron, à Ham-Nord  
 ou au local des jeunes à Chesterville, au 480 rue de l'Accueil (les lundis soir).  
**Les activités d'été sont en construction!**

## Voyage d'été 2022 :

Les jeunes du comité voyage invitent les autres jeunes de 12 à 17 ans à rester à l'affût des informations pour le voyage d'été qui aura lieu dans la semaine du 27 au 30 juin 2022. La destination et les activités sont maintenant déterminées.

Les jeunes iront visiter la ville de Québec et en apprendront plus sur son histoire. Ils visiteront également une caverne au Saguenay. La façon de s'inscrire et de s'impliquer pour participer à ce voyage est de contacter les animateurs de la MDJ par téléphone, courriel ou Facebook.

Un beau voyage est en construction.



**MAI 2022** ★ = Aspirants de 11 ans admis!

LUNDI CHESTER	LUNDI HAM-NORD	MARDI HAM-NORD	MERCREDI HAM-NORD	JEUDI HAM-NORD	VENDREDI HAM-NORD
2 17h à 21h COLLECTE DES CANETTES À 18H	2 17h à 21h AMÉ SUR TERRE AU PARC DE L'ÉCOLE À 18H	3 17h à 21h	4 17h à 21h <b>CJ</b>	5 17h à 21h	6 17h à 22h
9 17h à 21h	9 17h à 21h	10 17h à 21h <b>CA</b>	11 17h à 21h COMITÉ VOYAGE À 18H	12 17h à 21h	13 17h à 22h
16 17h à 21h SOIRÉE BLÅBLÅ + GRAFF À 18H30	16 17h à 21h GRANDE MARCHÉ DANS LE VILLAGE À 18H	17 17h à 21h	18 17h à 21h	19 17h à 21h BUBBLE TEA + CALACS À 18H	20 17h à 22h VISITE FIMAV + CRÈME GALCÉE
<b>FERMÉ</b>	<b>FERMÉ</b>	24 17h à 21h MÉNAGE DU PRINTEMPS	25 17h à 21h	26 17h à 21h SOIRÉE DES MEMBRES	27 17h à 22h





**Maison des jeunes  
des Hauts-Reliefs**



## Vestiaire du souper de crabe des Lions :

Les jeunes tiennent à remercier toutes les personnes qui sont venues au souper des Lions et qui ont contribué en donnant un pourboire au vestiaire. Ils sont heureux de pouvoir continuer à planifier leur voyage d'été. En tout cas, ils peuvent désormais confirmer qu'il aura lieu!

Merci de votre générosité.



## Contrat de membre :

Il est le temps de renouveler ton contrat de membre et ton 2 \$ à la MDJ.

Chaque année, soit début avril, les jeunes peuvent s'inscrire comme membre directement à la maison des jeunes pour pouvoir participer aux activités, projets et voyages.

Ce contrat est un moyen pour les jeunes fréquentant la MDJ de comprendre leurs droits et leurs responsabilités à la MDJ. L'inscription peut se faire n'importe quand dans l'année!

## Projet Apprenti-Stage du Carrefour Jeunesse Emploi

### Offre d'emploi étudiant

2 étudiantes/étudiants sont recherchés

**Poste : Aspirant-animateur ou animatrice au camp de jour**

Le projet «Apprenti-Stage» (initiation au milieu du travail) de Carrefour Jeunesse Emploi est dédié aux étudiantes et étudiants **âgés de 14 à 16 ans**. L'étudiante ou l'étudiant recevra un montant de 500 \$ pour 80 heures travaillées durant l'été.

**Début du travail : juillet 2022**

Pour être admissible à ce programme de Carrefour Jeunesse Emploi, l'étudiant doit tout d'abord s'inscrire en appelant au 819 358-9838 avant le 16 mai. Il y aura une journée de formation OBLIGATOIRE. Par la suite, des entrevues auront lieu avec chaque étudiante ou étudiant ayant participé à la journée de formation.

**APPELLE AVANT LE 16 MAI : 819 358-9838**

Pour information, visite le site internet du Carrefour jeunesse emploi

[www.cjerichmond.qc.ca](http://www.cjerichmond.qc.ca)

ou contacte Élise au bureau municipal, 819 344-2424 poste 5/[elise.hamel@ham-nord.ca](mailto:elise.hamel@ham-nord.ca)





## Municipalité du Canton de Ham-Nord

287, 1<sup>re</sup> Avenue, Ham-Nord (Québec) G0P 1A0  
Téléphone : 819 344-2424 • Télécopieur : 819 344-2806 • Courriel : info@ham-nord.ca

### Offre d'un Emploi d'été à la municipalité

#### Titre de l'emploi : Aide à la voirie et à l'entretien des installations municipales

Tu cherches un travail diversifié et tu aimerais faire partie d'une équipe dynamique, alors cet emploi est pour toi.

- L'emploi est disponible pour toutes personnes âgées de 15 à 30 ans.
- Nouveauté : Il n'est pas obligatoire d'être un étudiant pour occuper le poste, le seul critère étant d'être âgé de 15 à 30 ans.
- Si possible, il serait pertinent que l'employé(e) soit titulaire d'un permis de conduire, mais cela n'est pas obligatoire

**Durée :** 8 semaines de 35 heures (l'horaire peut aussi varier selon la disponibilité de l'employé(e))

**Début du travail :** En mai/juin, date à déterminer selon la disponibilité du candidat(e)

**Taux horaire :** 15,50 \$/heure

Date limite pour présenter sa candidature : jeudi 19 mai 2022 à 15 h par courriel à [patrick.duchaine@ham-nord.ca](mailto:patrick.duchaine@ham-nord.ca) ou directement au bureau municipal (285, 1<sup>re</sup> Avenue)

## SOCCKER cet été !

Par Mathieu Couture, pour l'Association de soccer des Hauts-Reliefs

C'est avec un immense plaisir que nous vous annonçons le retour du soccer cet été. Si tu as envie de te dégourdir, viens jouer au soccer et t'amuser avec nous le mercredi soir.

### L'activité s'adresse aux enfants âgés de 4 à 15 ans.

Le soccer débutera le MERCREDI 15 juin au terrain du Parc de la Relève (Aréna) :

☼ Groupe des 4 à 6 ans : de 18 h 15 à 19 h 15 \*

☼ Groupe des 7 à 9 ans : de 18 h 15 à 19 h 15

☼ Groupe des 10 à 15 ans : de 19 h 15 à 20 h 15

### Aucune inscription requise et aucun coût, c'est GRATUIT !

(Vous devez simplement vous présenter le mercredi soir au terrain)

\* Pour les 4 à 6 ans, l'accompagnement d'un parent est obligatoire afin de rendre l'expérience encore plus agréable.

Tous les parents désirant s'impliquer dans les équipes sont les bienvenus.

Bienvenue à tous, avec ou sans expérience. L'essentiel est de s'amuser! Info : Mathieu Couture 819-344-2424, poste #2



**TU CHERCHES UN EMPLOI D'ÉTÉ?** **TRIO ÉTUDIANT** **À TOI DE JOUER !**

**Desjardins**  
POUR L'EMPLOI

**1** Tu n'as aucune expérience de travail ?  
**APPRENTI-STAGE**  
Te permet d'obtenir une bourse de 500\$

**2** Tu veux travailler cet été ?  
**EXPÉRIENCE TRAVAIL-ÉTÉ**  
Est un outil pour faciliter ta recherche d'emploi

**3** Tu as occupé un emploi cet été ?  
**BOURSE DU MÉRITE ÉTUDIANT**  
Te permet de gagner une bourse de 100\$

**Partenariat gagnant**

**Desjardins**  
Caisse des Bois-Franca

**Carrefour**  
jeunesse-emploi

Ham-Nord | Kingsley Falls | Saint-Albert | Saint-Rémi-de-Tingwick  
Saint-Samuel | Sainte-Cécile-de-Horton  
Sainte-Elizabeth-de-Warwick | Sainte-Séraphine | Tingwick | Warwick

**819 358-9838**

204-D rue St-Louis  
Warwick

## Camp de jour été 2022 OTJ de Ham-Nord

Par Élise Hamel, responsable des loisirs

Les activités du camp de jour débuteront le lundi 27 juin jusqu'au vendredi 19 août, dans le respect des directives de la santé publique et en assurant la sécurité de vos enfants.

Le camp de jour sera fermé pour les 2 semaines de congé de la construction, soit du 24 juillet au 6 août 2022. Le retour se fera le lundi 8 août 2022.

Le camp de jour s'adresse aux jeunes de 4 à 12 ans (ayant complété la prématernelle 4 ans).

Coût pour 6 semaines de 5 jours + 1 jour

- ✿ Un enfant : 150 \$
- ✿ Deux enfants et + : 100 \$
- ✿ Service de garde : **Gratuit** (de 7 h 30 à 9 h le matin et de 16 h à 17 h 30 en fin de journée)

**DATE LIMITE pour inscriptions : vendredi 10 juin**

Courriel : [elise.hamel@ham-nord.ca](mailto:elise.hamel@ham-nord.ca)

Téléphone : 819 344-2424 poste : 5 (Élise Hamel)

**SVP**, veuillez spécifier lors de votre inscription le nom complet et l'âge de votre enfant, si vous avez besoin du service de garde ainsi que l'heure d'arrivée et de départ.

Étant donné les circonstances dues à la covid-19 ainsi que les règles sanitaires qui nous sont imposées, le camp de jour aura malheureusement une capacité d'accueil limitée. Nous devons donner priorité aux parents et aux enfants qui en ont le plus besoin.



## Le camp de jour : un service présent pour les familles

Par Élise Hamel, responsable des loisirs

Saviez-vous que la municipalité du Canton de Ham-Nord soutient concrètement les familles en offrant un camp de jour à faible coût ?

En effet, les tarifs sont de 150 \$ pour le premier enfant et de 100 \$ pour le deuxième, ceux-ci sont stables et n'ont pas augmenté depuis plus de 15 ans.

Ce tarif est pour 6 semaines de camp estival, du lundi au vendredi, de 7 h à 17 h 30. Concrètement, cela représente donc une somme entre 17 \$ et 25 \$ par semaine par enfant.

Voici une comparaison : le tarif MOYEN pour les municipalités de 400 à 999 habitants au Centre-du-Québec est de 44 \$ par semaine.

Voici un bel exemple de l'intérêt que porte la municipalité au bien-être des familles et à la conciliation travail/famille.

N'hésitez pas à utiliser ce service, il est là pour vous !





## Des nouvelles de nos « 3 Mousquetons »

Dans son numéro de mars dernier, Le Hameau présentait l'équipe des 3 Mousquetons et leur projet « La route des sommets ». Aujourd'hui, depuis les montagnes de l'Amérique du Sud, pour une étape qui devait durer 7 mois, les courageux garçons nous envoient de leurs nouvelles.

*N. B. Les 3 Mousquetons sont maintenant au nombre de deux : Jean-Christophe René et Éloi Larrivée.*

**Le texte qui suit a été spécialement rédigé par les deux compagnons, juste pour nous, les gens de la communauté de Ham-Nord.**



« En ce 28 avril, jour 85 de notre aventure, eh oui, nous sommes malades. En fait, nous sommes malades depuis 3 jours, mais nous commençons à remonter la pente. Cela fait partie des aléas d'un voyage; comme quoi tout n'est pas toujours rose. Nous avons tout de même réussi à nous offrir quelques dizaines de kilomètres durant cette période.

Nous sommes présentement à un peu moins de 300 km de la frontière entre l'Argentine et la Bolivie. Nous avançons plutôt bien, et pour l'instant nous pouvons penser que le voyage est une réussite. Nous avons déjà atteint le sommet de l'Aconcagua (6961 m, #1), du Ojos Del Salado (6891 m, #2), du Monte Pissis (6795 m, #3), du Bonete Chico (6759 m, #5) et du Marmolejo (6109 m). Dans notre quête de gravir les 5 plus hauts sommets d'Amérique du Sud, il ne reste donc que le Huascarán Sur (6768 m, #4), qui se trouve au Pérou, à 4500 km de vélo de notre position actuelle...

Nous allons également tenter de boucler l'expédition en 5 mois plutôt qu'en 7, comme il était initialement prévu. On ne mentira pas, le Québec nous manque, et surtout nos copines et nos familles. Nous sommes donc bien motivés à garder notre bon rythme. À court terme, nous visons l'ascension du Sajama (6542 m), le plus haut sommet de Bolivie. Un petit extra à l'aventure, mais il serait impensable de passer à côté sans au moins tenter d'atteindre le





sommet. Pour nous y rendre, nous devons traverser 2 sections du désert de sel de Bolivie, le Salar d'Uyuni. Nous avons bien hâte de voir comment se comporteront nos vélos sur cette surface plutôt inhabituelle.

Le plus difficile présentement est de garder le moral devant l'ampleur de la tâche qui nous reste à accomplir. Ça peut être décourageant de regarder le portrait global et que, malgré tout ce que nous avons déjà accompli, on réalise qu'il nous reste toujours beaucoup de chemin à parcourir. Nous préférons y aller au jour le jour en nous fixant de petits objectifs. Ainsi, nous accumulons les petites victoires et nous restons motivés. Il faut aussi garder en tête nos motivations initiales, ce qui nous a menés dans cette aventure. Nous voulons continuer à avancer pour nous prouver que malgré les obstacles et les difficultés, il est toujours possible de persévérer et d'aller au bout de ses rêves.

Nous souhaitons souligner l'appui de nos précieux commanditaires dans notre aventure, soit Cofamek, Tôle Art, Girouard La Source du Sport, Mount Trail et 3 Sphères. On aimerait aussi remercier les gens de Ham-Nord pour leur soutien et leurs encouragements. Ça fait chaud au cœur de sentir que nous sommes soutenus par notre communauté. Ça a pris un village pour nous élever ; regardez où ça nous a menés ! »

Jean-Christophe et Éloi publient fréquemment de leurs nouvelles sur leur page Facebook.

Une petite visite et un petit «like» de temps en temps ne feraient sûrement pas tort...

<https://www.facebook.com/3mousquetons>



## DÉCHETS VOLUMINEUX (GROSSES VIDANGES)

Semaine du 6 au 10 juin 2022

### Matières acceptées :

Tout ce qui meuble une résidence, mais qui ne peut être mis dans le bac à déchets. Exemple :

- ✿ Fauteuils et matelas, tapis et couvre-planchers (roulés)
- ✿ Piscines hors terre, accessoires et pompes
- ✿ Réservoirs vides et non contaminés (maximum de 1 100 litres)
- ✿ Branches d'arbres de moins de 3 pieds
- ✿ Souffleuses, tondeuses et taille-bordure (sans moteur)
- ✿ Cuisinières, laveuses/sécheuses et lave-vaisselles



### Matières refusées :

- ✿ Bains, lavabos, toilettes, portes, fenêtres et autres matériaux de construction, de rénovation et de démolition
- ✿ Matériel informatique (écrans, ordinateurs, etc.)
- ✿ Les réfrigérateurs et les congélateurs ou tout appareil contenant du fréon
- ✿ Peinture, pneus
- ✿ Pour toutes informations sur les matières acceptées, visitez le [www.gesterra.ca](http://www.gesterra.ca)

### NOUVEAU CETTE ANNÉE

La collecte des déchets volumineux est désormais prévue sur plusieurs jours, pendant la semaine du 6 au 10 juin 2022.

Cela permettra au transporteur de déterminer le moment de la semaine le plus approprié pour effectuer la collecte.

Il effectuera la collecte de notre territoire complet sur quelques jours.

**Nous vous demanderons donc de déposer les déchets volumineux en bordure de rue, le dimanche soir, juste avant la semaine de collecte.**

**COLLECTE DES DÉCHETS VOLUMINEUX**

**PROCÉDURE À SUIVRE**

- Déposer les articles en bordure de rue, de façon ordonnée, le dimanche soir avant la semaine de collecte.
- Un camion passera faire la collecte durant la semaine.



## NETTOYAGE DU PRINTEMPS AU VILLAGE

Par Louis-Marie Lavoie

Afin de souligner Le Jour de la Terre et de s'impliquer concrètement, la municipalité de Ham-Nord, en collaboration avec Forum Citoyen, a organisé, le samedi 23 avril dernier, une corvée de nettoyage sur le territoire du village.

Le Jour de la Terre a été célébré pour la première fois le 22 avril 1970 et est aujourd'hui reconnu comme l'événement environnemental populaire le plus important au monde. Partout cette année encore, plusieurs entités citoyennes et municipales ont organisé des activités, des conférences et des ateliers centrés sur des thèmes ayant rapport avec le respect de notre planète tels la biodiversité, l'alimentation, l'économie circulaire, le climat, l'écoanxiété, l'eau, le climat, ou les déchets.



Ce sont sur ces derniers que des citoyennes et citoyens de Ham-Nord se sont penchés, au sens propre du terme, ce samedi après-midi, en parcourant les rues du village et les abords de la R-161, même dans les fossés inondés. Plastique sous toutes les formes imaginables, grandes toiles, planches, plaques de tôle ou de styromousse, canettes et bouteilles, mégots de cigarettes, papier et carton, même un permis de conduire quasi illisible dans son étui... la liste des laissés pour compte est longue. Certains objets ont terminé leur existence dans un bac vert; d'autres, empilés ou dans de grands sacs (de plastique), attendent d'être livrés à l'enfouissement. Rien n'est parfait.

Il y avait quelque chose d'amusant dans cette collecte de «vidanges», de surprenant dans la diversité des déchets récoltés; et une belle atmosphère régnait dans cette équipe improvisée de volontaires dont certains nouveaux arrivants dans notre région. Par contre, il faut admettre que c'est très dommage qu'il soit nécessaire de pallier les gestes de ceux et celles qui considèrent la nature tout autour comme une poubelle, que ce soit par dépit ou par inconscience. Après tout, en ce qui concerne les déchets, la récupération et le compostage, c'est un peu le Jour de la Terre tous les jours...

Le résultat de cette opération de grand ménage de notre milieu de vie a démontré la puissance de l'action collective et du bénévolat. Notre planète remercie René et Anne, Martine, Pascale, Noëlline, Karen, Ilan et Charles, Joey, Émilie, Louis-Marie et Élise qui a mis tout cela sur pied.



## Calendrier des collectes (ordures/récupération/compost)

MARDI 10 MAI — ORDURES ET  
RÉCUPÉRATION

VENDREDI 20 MAI — COMPOST

MARDI 24 MAI — RÉCUPÉRATION

MARDI 31 MAI — ORDURES

## DISTRIBUTION DU COMPOST AU

### PARC DU 150<sup>E</sup>

Afin de nous remercier des efforts effectués pour le compostage, la compagnie GESTERRA redistribue du compost à chacune des municipalités membres de son entreprise.



**Vous pouvez aller en chercher dès maintenant, c'est sur la 1re Avenue!**

En raison de la pandémie de la COVID-19, chaque résident doit apporter sa propre pelle ainsi que ses récipients. Il est aussi très important de respecter la consigne de la distanciation physique si plus d'un résident se retrouve en même temps pour venir chercher leur compost.

SVP, soyez raisonnable dans vos quantités afin que tous aient une part équitable. Merci beaucoup et bon jardinage à tous!



Le 2 avril dernier, les «Mécanos d'Ham-Nord» célébraient leur premier anniversaire avec des tirages, du café, des gâteaux et un grand merci à toute leur fidèle clientèle.

Sur la photo, de gauche à droite : Yvon Pépin, Patrick Pépin et Jonathan Tardif.



## GRAND RETOUR PRINTANIER DE NOS « INCROYABLES COMESTIBLES »



*C'est un rendez-vous!*

Retrouvons-nous encore cette année au Parc du 150<sup>e</sup> pour cultiver nos Incroyables comestibles.

### Le projet

- Effectuer le ménage des platebandes et des bacs avant le 10 juin
- Partager nos idées et rester informés sur Facebook :
  - Page « Ham-Nord Québec »
  - Page « Les Incroyables comestibles »
- Participer à la soirée de plantations qui aura lieu à la mi-juin



GRANDE  
*vente de garage*

**DIMANCHE 29 MAI 2022**  
au Centre communautaire de Ham-Nord  
**de 11 h à 15 h**

**Coût pour une table : 5 \$**

**Informations et réservations : Louis-Marie, 819 344-5791**

## LES DATES À RETENIR

**8 mai** : fête des Mères

**11 mai** : Qi Gong, essai gratuit (p. 7)

**14 mai** : Souper BBQ et danse (p. 23)

**21 mai** : Souper dansant de la fadoq (p. 22)

**29 mai** : Vente de garage (p. 21)

**4 juin** : fête au village (p. 2)

**6 juin** : semaine des grosses vidanges (p. 18)

**10 juin** : limite inscriptions camp de jour (p. 15)

**11 juin** : fête à Saint-Adrien (p. 24)

**15 juin** : début du soccer (p. 14)

**16 juin** : AGA de la CAAP (p. 26)

**19 juin** : fête des Pères

Sans oublier les incroyables comestibles à dorloter particulièrement durant le mois de juin (p. 21)

fadoq

Chers membres fadoq, notre dernière activité de l'année se déroulera le samedi 21 mai avec un souper et une soirée dansante avec orchestre.

Le coût pour tous, membre et non-membre, est de 25 \$ par personne.

Merci de réserver auprès de Gaétan ou de Nicole, avant le 17 mai. Bienvenue à tous!

Accueil Ouverture Bienveillance Respect Discretion Dépassement de soi

Sam  Trouve un SAMI !

SAM est là pour vous offrir du  
Soutien et Accompagnement à la Maison

**SAM c'est...**

- Un service de **répit à domicile** pour les proches aidants de personnes handicapées
- Un service offert aux proches aidants de personnes vivant avec une DI, un TSA et/ou une DP

En complémentarité  
avec le SAF/SAD



Contactez Élisabeth Royer, coordonnatrice  
au 819-818-5456 ou [adjointe@rophcq.com](mailto:adjointe@rophcq.com) pour plus d'informations

Accueil Ouverture Bienveillance Respect Discretion Dépassement de soi

Accueil Ouverture Bienveillance Respect Discretion Dépassement de soi

Sam  Deviens SAMI !

SAM a besoin de vous pour son  
Soutien et Accompagnement à la Maison

**SAM c'est...**

- Un service de **répit à domicile** pour les proches aidants de personnes handicapées
- Une façon de faire la **différence** dans la vie d'un proche aidant et d'une personne handicapée

**Les avantages SAM**

- Une formation payée, à distance, à ton rythme
- Conciliation travail-famille
- Soutien et accompagnement individualisé
- Des honoraires de 20\$/h
- Travail à proximité de chez toi
- Contact avec la clientèle DI/TSA/DP
- Flexibilité d'horaire (tu choisis tes disponibilités et tes horaires de travail)



Contact Élisabeth Royer, coordonnatrice  
au 819-818-5456 ou [adjointe@rophcq.com](mailto:adjointe@rophcq.com) pour plus d'informations

Accueil Ouverture Bienveillance Respect Discretion Dépassement de soi

# SOUPER DANSANT BBQ

**SAMEDI 14 MAI 2022**

CENTRE COMMUNAUTAIRE DE HAM-NORD

— Au menu : —

**DEMI-POULET BBQ  
SALADE — SAUCE  
PATATE AU FOUR  
ET DESSERT**

TOUS LES PROFITS VONT À LA PAROISSE  
SAINTS-ANGES DE HAM-NORD

**BILLETS — ADULTES : 35\$  
12 ANS ET MOINS : 15\$**

TIRAGE DE PRIX DE PRESENCE!

*Venez manger et danser avec nous!*

— BAR SUR PLACE —

**Repas à 18h – Danse avec la Clé musicale à 20h**

ORGANISÉ PAR LE CONSEIL DE GESTION

Suzanne Desrochers : 819 344-2514 – Sarah-Ève Dubé : 819 344-2342  
Christianne Marcotte : 819 344-2003 – Marie-Josée Brault : 819 344-2471  
Claudette Lehoux : 819 344-2953



## St-Adrien vous invite à l'Abrakabaret!

Par la chorale Dudilid'Ham, en collaboration avec le Beam et la municipalité de Saint-Adrien

### Ne manquez pas la 5e édition de L'ABRAKABARET, samedi 11 juin

Abrakabaret nous revient, au chaud cette fois... au BEAM de Saint-Adrien. (Les précédentes éditions avaient eu lieu au Mont-Ham. Le BEAM nous permettra de parer à toutes les éventualités climatiques!) Ces spectacles sont un moment fort pour la chorale Dudilid'ham. Hautes en couleur et très variées, les prestations rivalisent d'originalité.

À chaque édition, cette grande fête est l'occasion d'une levée de fonds, comme par exemple, l'achat de bois franc pour la Meunerie ou la construction d'un toit pour un chapiteau au Mont-Ham... Cette année, nous avons choisi de financer l'achat d'instruments pour la mise sur pied d'un groupe de percussions brésiliennes : BATUCADA.

### CHORALE DUDILID'HAM

La chorale Dudilid'Ham vous invite, à partir de 16 h, à une grande fête animée au cœur du village de Saint-Adrien! Musique, cirque, folies, déguisements, peinture collective, et plus encore! Une ambiance de fête foiraine avec des artisans, des musiciens et des animations qui vous mettront en appétit pour continuer la soirée avec des spectacles de haute qualité.

Musique, danse de feu et « surprenantes surprises » seront au rendez-vous.

### Le thème : « Paix et Amour » (Peace and Love)

Nous vous invitons à participer en vous déguisant vous aussi, si le cœur vous en dit.



Shanti Legault, cheffe de chorale

### HORAIRE du samedi 11 juin :

**16 h** : Accueil incroyable, artisans, cirque de feu avec Naine et Maya de « FeuFyrolle », musique d'ambiance, body painting, peinture collective et autres surprises.

**18 h 30** : Tiguidou Braziou, fanfare de percussions brésiliennes

**19 h** : Chorale Dudilid'ham (chorale super chouette de Saint-Adrien et Dudswell qui a maintenant 12 ans et qui vous enchantera à coup sûr)



Chorale Dudilid'Ham

**21 h** : Francbâtards : Un groupe qui rassemble des francophones d'à travers le monde (Québec, île Maurice et île de la Réunion). Ils s'inspirent du concept de « batarsité » de Danyel Waro. Les différents horizons musicaux des membres qui forment le groupe amènent un mélange de genre allant du Ska, Reggae, au Rap world touchant ainsi au Funk et au Punk. Autant de styles revendicateurs qui invitent à danser.



**DJ Safran** : pour danser le reste de la soirée!

\* Bar sur place \* Restauration sur place \* Contribution volontaire

# ABRAKABARET

**SAMEDI 11 JUIN '22  
AU BEAM DE ST-ADRIEN!**

**16 h ACCUEIL**

Fête foraine  
multigénérationnelle  
Musique, cirque, folies,  
déguisements,  
peinture collective,  
musiciens, artisans,  
animation et surprises!

**18 h 30**

Tiguidou Braziou,  
fanfare de percussions brésiliennes

**19 h**

Chorale Dudilid'ham

**21 h**

Francbâtards

**SOIRÉE**

Danse  
Restauration  
et bar sur place

TSHIAMINNU SHATSHITUN  
MIR LIUBOV  
LIEBE FRIEDEN  
PACO AMO  
PAZ AMOR  
PEACE LOVE  
PAIX AMOUR

PAIX ET AMOUR

Crédit photo  
André Blanchet  
Dessin et affiche  
Andrée Robert (ARLittéra)



## INVITATION

### ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes  
de la Mauricie et du Centre-du-Québec

La mission du CAAP MCQ est de soutenir les personnes dans l'exercice de leurs droits et l'expression de leurs attentes relativement aux services de santé et aux services sociaux. Ensemble, nous contribuons à l'amélioration de la qualité des services. Le CAAP MCQ a également le mandat d'informer, d'aider et d'accompagner les résidents lors d'un litige en résidence privée pour aînés (RPA) concernant le bail.



**Jeudi 16 juin 2022 à 9 h 30**

**Salle FADOQ Ste-Angèle**

12600, boul. Bécancour  
à Bécancour (secteur Sainte-Angèle-de-Laval)

*Dîner du Rouge Vin traiteur servi sur place suite à l'AGA*

9 h 30 Assemblée générale spéciale

9 h 45 Assemblée générale annuelle

\* Les documents préparatoires et le formulaire d'adhésion (membership gratuit) seront envoyés aux personnes inscrites, par courriel ou par la poste, quelques jours avant la rencontre.

- ♦ Rapport d'activités 2021-2022
- ♦ États financiers 2021-2022
- ♦ Modifications aux règlements généraux
- ♦ Priorités d'action 2022-2023
- ♦ Présentation CAAP sur le bail

Une confirmation de présence est requise avant le 7 juin

819 840-0451 ou 1 877 767-2227 ou [info@caap-mcq.qc.ca](mailto:info@caap-mcq.qc.ca)

***Bienvenue à tous! Au plaisir!***



## Antoine de Saint-Exupéry

Par Louis-Marie Lavoie

Antoine de Saint-Exupéry, né en 1900 à Lyon et disparu en vol le 31 juillet 1944 au large des côtes marseillaises, est un poète, romancier, essayiste, aviateur et reporter français.

Saviez-vous qu'il fut aussi inventeur? Il a déposé une dizaine de brevets pour des appareils destinés à l'aéronautique ou à la marine.



Auteur de la célèbre fable «Le Petit Prince», roman jeunesse le plus lu au monde, Antoine de Saint-Exupéry est aussi connu pour son talent d'écrivain que pour son destin tragique d'aviateur.

Humaniste, idéaliste, son œuvre est une invitation au dépassement de soi, une exigence qu'il met en pratique dans sa propre vie.

Suggestion de lecture : «Pilote de guerre», «Courrier du Sud», «Vol de nuit».

Il a écrit cette petite phrase si parlante en ces temps où on assiste à une montée de la xénophobie :

**« Si tu diffères de moi, mon frère, loin de me léser, tu m'enrichis. »**

**\*\* Déménagement à venir au 262 rue Guay \*\***

Les travaux devraient débuter d'ici la fin avril 2022

**Catherine Dallaire et Steve Roy**

Pharmaciens propriétaires

Affiliés à



847 route 161

Ham-Nord

Tél: 819-344-2249

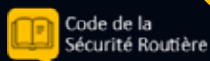




## La minute policière

Capsule informative adressée aux élèves du secondaire

**SPÉCIAL SCOOTER**



Quels sont les équipements obligatoires sur un scooter (cyclomoteur)?



Un constat d'infraction est remis à la personne qui est inscrite comme propriétaire sur l'immatriculation du cyclomoteur.

### Voici quelques règlements du Code de la Sécurité Routière à respecter en scooter

Conducteur âgé de moins de 16 ans a transporté un passager (CSR 480.1) **141\$**

Conducteur n'a pas porté un casque protecteur conforme aux normes (CSR 484) **261\$, 3 points d'inaptitude**

Protection visuelle ou visière obligatoire dans une zone de plus de 50 km/h (CSR 484) **121\$**

Conducteur n'a pas tenu constamment le guidon (CSR 477) **141\$**

Conducteur n'a pas maintenu allumé le phare avant à tout moment (CSR 482) **101\$**

Circulant en groupe de 2 ou plus, n'a pas adopté la formation en zigzag (CSR 483) **141\$**

\* Montant des amendes pour un mineur

Tu veux parler avec le policier intervenant en milieu scolaire de ton école?

Demande simplement à un professionnel de ton école d'organiser une rencontre avec lui...



## MISE EN GARDE | VOL DE CARBURANT

En ce contexte actuel de la montée du prix du carburant, la Sûreté du Québec tient à sensibiliser les agriculteurs, les propriétaires de flottes de camions (ex. entreprises de services de transport) et les propriétaires de stations-services aux principaux conseils préventifs en lien avec le vol de carburant.

### COMMENT LE SUSPECT PROCÈDE-T-IL?

Les suspects procèdent au vol à même le réservoir d'un véhicule, directement à la pompe d'une station-service ou à même un réservoir appartenant à une entreprise agricole.

### COMMENT PRÉVENIR UN VOL DE CARBURANT?

#### Conseils destinés aux agriculteurs :

- Assurez-vous d'éclairer et de restreindre l'accès aux réservoirs de carburant.
- Considérez l'installation d'un système de caméras de surveillance, de même que d'un dispositif de verrouillage des réservoirs.

#### Conseils destinés aux propriétaires d'entreprises disposant d'une flotte de véhicules :

- Privilégiez les stationnements intérieurs à l'accès verrouillé ou les stationnements extérieurs bien éclairés.
- Assurez-vous que le stationnement comporte des mesures de sécurité adéquates [ex. caméras de surveillance, éclairage suffisant, système d'alarme, clôture].

#### Conseils destinés aux propriétaires de stations-service :

- Assurez-vous de la fonctionnalité des caméras de surveillance [une orientation stratégique, une mémoire d'enregistrement suffisante] et que les employés soient en mesure de récupérer la preuve vidéo.
- Exigez le paiement des clients avant de faire le plein de carburant. Dans l'impossibilité, rappelez aux caissiers l'importance de demander systématiquement aux clients s'ils ont effectué un plein de carburant.
- Apposez des autocollants, près des pistolets distributeurs, aux messages visant à dissuader les clients d'un vol de carburant.

### VOUS ÊTES TÉMOIN OU VICTIME D'UN VOL DE CARBURANT?

- **Signalez l'incident ou déposez systématiquement une plainte** auprès du service de police qui dessert votre municipalité :
  - Sûreté du Québec : 9-1-1
    - Municipalités non desservies par le 9-1-1 composez le : 310-4141 ou \*4141 (cellulaire);
  - Service de police local.





*Les Pâtisseries  
De Coraly*

CUPCAKES \* MUFFINS \* BISCUITS \* GÂTEAUX \* BROWNIES

Téléphone: 819-960-6415 Courriel: co.leclerc25@hotmail.com



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

*du Monument de la Paix*

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

FORAGE A DOUBLE ROTATION :  
MEILLEUR SCELLEMENT 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 RBQ: 6327-6663-50




**Alain RAYES**  
Député de Richmond—Arthabaska

**alainrayes.ca**  
alain.rayes@parl.gc.ca

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

## 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



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



**SÉBASTIEN SCHNEEBERGER**  
DÉPUTÉ DE DRUMMOND-BOIS-FRANCS  
ET LEADER ADJOINT DU GOUVERNEMENT

819 475-4343

**VIVACO** UN GROUPE COOPÉRATIF ENCORE PLUS FORT.

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

**MARCHÉ BONICHOIX** 445, rue principal 819 344-2422

**VIVACO.COOP**



**Aubert  
& Morency**  
NOTAIRES

*Associées dans la même tradition  
d'excellence et de qualité de services*



**Louise Aubert**  
LL.B., D.D.N.

laubert@notarius.net



**Catherine Morency**  
LL.B., D.D.N.

catherinemorency@notarius.net



**Stéphanie Bernard**  
LL.B., D.D.N.

sbernard@notarius.net



**Mélina Matteau**  
LL.B., LL.M

melinamatteau@notarius.net

■ **DISRAELI**  
846 avenue Champlain  
418.449.2955

■ **THETFORD MINES**  
1197 rue Notre-Dame Est,  
Suite 400  
418.755.0812

■ **WEEDON**  
225 2<sup>e</sup> avenue  
819.877.3233

**RE/MAX**  
— 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 des 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



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? Vous êtes bienvenu!

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

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

Président: Louis-Marie Lavoie;  
Vice-présidente: Nébesna Fortin;  
Trésorier: Benoit Charbonneau;  
Administratrice: Émilie Lapointe.

**PROCHAINE PARUTION: 13 JUIN**

**DATE DE TOMBÉE: 2 JUIN**

*Responsables:*

*Louis-Marie Lavoie et Andrée Robert*

Faites-nous parvenir vos textes et annonces:

[hameau@arlittera.com](mailto:hameau@arlittera.com)

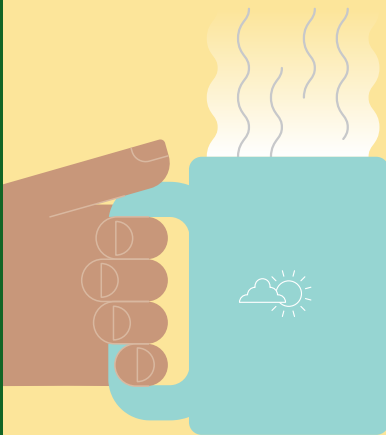


**Voyez le Hameau en couleurs: [www.ham-nord.ca](http://www.ham-nord.ca)**



Même à 6 h le mercredi matin,  
un conseiller Desjardins vous répond.

**1 800-CAISSES**



Pour la prise de rendez-vous, remplacer une carte perdue,  
payer une facture ou pour plusieurs autres transactions  
courantes, un conseiller est là pour vous.

**7 jours sur 7, de 6 h à minuit.**

[desjardins.com/caissedesboisfrancs](http://desjardins.com/caissedesboisfrancs)  
[/caissedesboisfrancs](https://www.facebook.com/caissedesboisfrancs)

 **Desjardins**  
Caisse des Bois-Francs