

Le Bavard

S'informer pour se développer



*Que ces oeufs de Pâques
remplis de tendres vœux
ajoutent encore plus de joie
à un jour déjà merveilleux !*



Joyeuses Pâques !



Le conseil d'administration du Bavard



TABLE DES MATIÈRES

Joyeuses Pâques	1
Les tarifs/Les parutions/L'équipe	2
Solutions/OMH	3
La pensée du mois/Les gagnants/ Quoi faire/Les messes	4
Recette du mois	5
Chronique santé	6
Trucs et astuces	7
Le mot du maire	8
Le conseil vous informe	9
Offre d'emploi	10
Programmation des cours	11
Film / Cours de tablette	12
Besoin de bénévoles	13
FADOQ	14
Jardin des Aînés	15
Fermières / M. Femmes Chrétiennes	16
Express-Lotbinière	17
Conférence harmonie intérieure	18
CDC Lotbinière	19
Reconnaissance bénévolat	20
Ateliers d'alphabétisation	21
CPAL	22
CDDS	23
Conférence zéro gaspi	24
Les jeux	25
Cartes d'affaires	26-32

LES TARIFS

POUR UNE PUBLICITÉ	TARIF
Une annonce	6.00\$
1/4 de page	8.00\$
1/3 de page	10.00\$
1/2 page	12.00\$
3/4 de page	15.00\$
1 page	20.00\$
Première page	25.00\$
Organismes sans but lucratif Mouvements communautaires	Gratuit
Carte d'affaires/espace	45.00\$/année
Abonnement	40.00\$/année

LES PARUTIONS

TOMBÉE	PARUTIONS
15 avril	27 avril
15 mai	31 mai

L'ÉQUIPE DU BAVARD

Jacqueline Bernier, trésorière (796.2146)
 Lucie Bernier, présidente
 Nathalie Boucher, administratrice (796.3083)
 Hélène Gagné, resp. des abonnements (796.2104)
 Diane Lachance, secrétaire (703.0743)
 Lise Lachance, vice-présidente (703.0682)
 Pierrette Léger, rédactrice (581.777.8703)

Vous pouvez déposer votre correspondance, vos annonces ou toute autre documentation ou demande dans la boîte sécurisée à l'entrée du bureau municipal ou les envoyer par courriel à l'adresse suivante:

lebavard1974@gmail.com

Nous vous demandons d'inscrire votre nom et votre numéro de téléphone dans vos correspondances avec Le Bavard. Merci.





MOTS CROISÉS

SUDOKU

	A	B	C	D	E	F	G	H
1	R	O	T	A	T	I	O	N
2	A	C	A	P	U	L	C	O
3	V	E	R	R	I	E	R	E
4	I	A		E	L	F	E	
5	T	N	P		E	L	U	E
6	A	S	E	R		O	S	T
7	I		T	E	S	T	E	R
8	L	A		N	A	T		E
9	L	I	B	E	R	A	L	
10	E	G	O		S	N	O	B
11	U	L	N	A		T	U	A
12	R	E	S	U	M	E	E	S

2	6	3	5	9	8	1	7	4
7	4	8	1	6	2	9	5	3
1	9	5	3	4	7	2	6	8
8	1	9	4	3	5	7	2	6
4	5	7	9	2	6	8	3	1
3	2	6	7	8	1	4	9	5
6	7	1	2	5	4	3	8	9
5	3	4	8	7	9	6	1	2
9	8	2	6	1	3	5	4	7



LOGEMENTS À LOUER

HLM DE ST-ÉDOUARD

Logements 3 ½ disponibles présentement au HLM, 122 rue Hamel, St-Édouard, pour personnes de 50 ans et plus. Admissibilité selon les normes de la SHQ (le coût du loyer est calculé en fonction des revenus et services). Veuillez communiquer avec Mme Anne Bernier, directrice, au 418-926-1202.



LA PENSÉE DU MOIS

*NE CHERCHE PAS DES PERSONNES QUI
ONT LES MÊMES GOÛTS QUE TOI...
CHOISIS D'AVOIR À TES CÔTÉS DES
PERSONNES AVEC LES MÊMES
VALEURS QUE TOI.*

LES GAGNANTS CLUB OPTIMISTE

Février 2022

Crédit-voyage : Juliette Turcotte de St-Édouard

100\$: Jocelyn Bernier de St-Édouard

75\$: Marc Lemay de Lotbinière

QUOI FAIRE ?

Magasinage à Québec

Lundi, le 4 avril 2022, départ à l'église de St-Édouard à 9h00

Club FADOQ Sourire de St-Édouard

Mercredi, le 13 avril 2022 à 11h30 au Resto Bois Clair

Mercredi, le 27 avril à 13h00 à la salle municipale

Cercle de Fermières de St-Édouard

Mardi, le 12 avril 2022 à 19h30 à la salle municipale pour la rencontre mensuelle

Lundi, le 4 avril 2022 à 13h00 à la salle municipale pour les petits ateliers

Lundi, le 22 avril 2022 à 13h00 à la salle municipale pour les petits ateliers

LES MESSES

Dimanche, le 10 avril 2022 à 11h00 (Dimanche des rameaux)

Mme Lucie Trépanier et M. Gaston Beudet (anniversaire)

Jeudi, le 14 avril 2022 à 19h30 : Leclercville (Jeudi Saint)

Vendredi, le 15 avril 2022 à 15h00 : office à St-Édouard (Vendredi Saint)

à 19h30 : chemin de Croix à Ste-Croix

Samedi, le 16 avril 2022 à 19h30 : Lotbinière (Samedi Saint)

Dimanche, le 17 avril 2022 à 9h00 : Ste-Croix (Dimanche de Pâques)

à 11h00 : Leclercville

Vendredi, le 22 avril 2022 à 14h00 : à déterminer (Jardin des Aînés)

Dimanche, le 24 avril 2022 à 11h00 : à déterminer



Mini pain de viande à Lise Lachance

Ingrédients

- 1 lb de bœuf haché
- 1 boîte de mélange à farce Stovetop
- 1 tasse d'eau
- 2 c. à thé de poudre de Chili
- 1/2 tasse de salsa douce
- Sel et poivre
- Fromage râpé



Préparation

Mélanger le bœuf haché, le mélange à farce et l'eau.

Mettre dans des moules à muffin beurrés et faire un trou au milieu de chacun.

Mélanger la poudre de Chili et la salsa

Déposer dans le trou.

Mettre au four à 350° pendant 25 minutes.

Les sortir du four et mettre du fromage râpé dessus.

Remettre 5 à 10 minutes au four.





Dépression : les signes qui doivent alerter



La dépression peut toucher tout le monde. Mais "avoir le moral en berne" ne signifie pas "être déprimé". Quand la maladie frappe, elle est associée à des troubles, des sentiments invalidants, qui empêchent parfois de vivre. Lorsque l'on parle de dépression, certains signes doivent alerter et amener à consulter un professionnel, car il ne s'agit pas d'un simple coup de cafard...

Distinguer déprime et dépression

"Je suis triste", "Je suis déprimé". Ces expressions employées à l'envi ne permettent pas de distinguer les abattements ordinaires de la véritable maladie. S'étendant bien au-delà de la tristesse, la dépression est une souffrance morale invalidante, qui perturbe les relations avec l'entourage familial, amical et professionnel. Elle apparaît sous forme d'épisodes plus ou moins longs. Si elle perdure dans le temps, on parle de dépression chronique.

Quant aux troubles bipolaires (qu'on appelait auparavant "maniaco-dépression"), il s'agit d'une alternance d'épisodes dépressifs et de périodes de surexcitation et d'euphorie exacerbée. Les personnes déprimées affirment n'avoir jamais ressenti ce type de troubles auparavant, bien qu'ayant déjà connu la tristesse ou des caps difficiles. La dépression représente une réelle rupture avec les expériences passées.

Repérer les signes de la dépression

Pour parler de véritable dépression, au sens médical du terme, plusieurs des symptômes suivants doivent être ressentis pendant la majeure partie de la journée, et ce, au moins deux semaines d'affilée :

- tristesse intense, hypersensibilité ;
- diminution ou absence d'intérêt ou de plaisir ;
- troubles alimentaires : perte d'appétit et de poids ou, à l'inverse, boulimie ;
- troubles du sommeil : insomnie ou, au contraire, tendance à trop dormir ;
- fatigue et perte d'énergie, même sans effort particulier ;
- sentiment de culpabilité ou de dévalorisation ;
- difficulté de concentration, ralentissement intellectuel ;
- idées noires ou pensées de mort.

Dans tous les cas, il est difficile d'établir son propre diagnostic. Il est donc préférable de consulter son médecin.





FEUILLES D'ASSOUPLEISSANT MAISON RÉUTILISABLES



Vous aurez besoin de :

- Un vieux t-shirt ou une vieille serviette
- Un pot Mason avec le couvercle
- 3/4 de tasse de vinaigre
- 1/4 de tasse d'eau
- 3 à 4 gouttes d'huile essentielle de votre choix

Étapes :

1. Prenez un t-shirt large et couper environ 16 morceaux de 6 x 6. Vous pouvez le faire avec des serviettes également.
2. Mélanger l'eau, le vinaigre et les huiles essentielles dans le pot Mason.
3. Ajouter les morceaux de tissus. Bien presser. Secouer. Ça va s'imbiber complètement, donnez-y du temps.

Utiliser une serviette par brassée que vous mettez dans la sècheuse comme la marque du commerce.

ADOUCEISSANT MAISON POUR LA LESSIVE



Ce dont vous aurez besoin :

- 1 tasse (250 ml) d'eau
- 1 tasse (250 ml) de vinaigre
- 10 gouttes d'huile essentielle au choix

Étapes :

1. Dans un bidon, versez l'eau et le vinaigre.
2. Ajoutez-y les huiles essentielles.
3. Au moment d'utiliser, bien brasser le bidon.

Versez l'équivalent d'un bouchon dans votre compartiment à assouplissant.



Municipalité de Saint-Édouard-de-Lotbinière
2485 rue Principale
Saint-Édouard-de-Lotbinière (Québec)
G0S 1Y0
Tél. :418 796-2971

Conseil municipal

Denise Poulin, maire

Patrice Lema, conseiller n° 1

Sébastien Leclerc, conseiller n° 2

André Leclerc, conseiller n° 3

Lina Trépanier, conseiller n° 4

André Poulin, conseiller n° 5

Mylène Bernier, conseiller n° 6

Équipe municipale

Marie-Josée Lévesque

Directrice générale #301

Chloé Boudreau

Secrétaire-réceptionniste #300

Nathalie Roy

Technicienne en comptabilité #302

Patrick Bélanger

Directeur des travaux publics #303

Jeason Beaudoin

Préposé aux travaux publics

Réjeanne Côté

Coordonnatrice des loisirs #304

Pierrette Léger

Adjointe à la direction #305

Vicky Saumure

Inspectrice municipale #306

Valérie Auger

Service de garde municipal

André Maillet

Directeur incendie

Le mot du Maire



Le printemps arrive avec sa chaleur, le soleil, les soirées plus longues et en plus un déconfinement qui nous fait du bien.

Un retour à la vie normale se fera lentement mais surement.

Les réunions du Cercle de Fermières recommencent le deuxième mardi du mois à 19h30 et celles de la FADOQ recommencent avec 2 activités par mois soit un mercredi au restaurant pour le dîner et un mercredi à la salle municipale dans l'après-midi.

Le bureau municipal est maintenant ouvert au public. Les cours recommencent et nos salles sont disponibles pour les locations. Il nous fera plaisir de vous y accueillir.

En terminant, je vous souhaite de Joyeuses Pâques, que la lumière et la clarté du printemps vous apporte du bonheur, de la joie et de l'amour.



Denise Poulin

Denise Poulin



RÉSUMÉ DES PRINCIPALES DÉCISIONS DU CONSEIL MUNICIPAL **SÉANCE DU 7 février 2022 :**



SÉANCE ORDINAIRE DU 7 FÉVRIER 2022

Adoption des procès-verbaux du 10 et du 28 janvier.

Approbation des comptes du mois et des factures à payer et dépôt du rapport budgétaire au 31 janvier 2022.

Création du comité d'Accueil des nouveaux arrivants composé de : Denise Poulin, Maire; Réjeanne Côté, Coordinatrice des loisirs; Patricia Lemay; Fernand Lévesque; Linda Grégoire; Marcel St-Pierre; Mélanie Poulin; Ramy Belsawy.

Nomination des membres et révocation de la Corporation de développement économique de Saint-Édouard composé de : Mylène Bernier, Conseillère municipale; Claude Garneau; Renald Lemay; Mélanie Poulin; Sara Leclerc; Laéticia Létourneau; Richard Laroche.

Renouvellement de l'adhésion annuelle à l'ADMQ au coût de 890.00\$ taxes en sus.

Avis de motion pour l'adoption du règlement #100-001-2022-01 modifiant le règlement #2018-008 intitulé « Code d'éthique et de déontologie des élus municipaux ».

Achat d'un ordinateur portable pour le Service de garde au montant de 1831.15\$ taxe en sus.

Remplacement de deux ordinateurs désuets pour le poste des travaux publics et de la réception pour un montant de 3262.30\$ taxes en sus.

Engagement de Madame Vicky Saumure à titre d'inspectrice municipale en coopération intermunicipale avec Saint-Flavien.

Autorisation pour la conclusion d'une entente visant la création d'une régie intermunicipale de collecte de matière organique et autoriser Madame Denise Poulin, Maire et Madame Marie-Josée Lévesque, Directrice Générale à signer ladite entente.

Confier la révision quinquennale du plan d'urbanisme, des règlements de zonage et de lotissement à la firme BC2 pour un montant de 35 067.38\$.

Approbation de commandite pour le Club de motoneige seigneurie Joly pour un montant de 114.98\$ taxes incluses.

Pour plus d'info, vous pouvez consulter les procès-verbaux sur le site internet de la municipalité



Offre d'emploi Animateur / Animatrice Terrain de jeux



La municipalité de Saint-Édouard-de-Lotbinière est à la recherche de personnes pour combler des postes d'animateur / d'animatrice pour le terrain de jeux. Celui-ci débutera le 27 juin 2022 et se terminera le vendredi 19 août 2022. Il s'agit d'un contrat à temps plein (entre 35 et 45 heures/semaine) d'une durée de 8 semaines.

Fonctions

Sous la supervision du responsable du terrain de jeux, l'animateur / l'animatrice :

- ❖ Participe à l'organisation des activités quotidiennes, sportives et événements spéciaux;
- ❖ Planifie et anime des activités récréatives pour les enfants de son groupe;
- ❖ Assure une permanence;
- ❖ Assure en tout temps la sécurité et l'encadrement des enfants;
- ❖ Effectue un suivi régulier auprès des parents;
- ❖ Veille à la propreté des lieux, des équipements, du matériel utilisé et aux respects des consignes sanitaires reliées à la Covid;
- ❖ Toutes autres tâches connexes.

Qualifications

- ❖ Posséder une expérience dans l'animation d'activités (serait un atout);
- ❖ Être apte à travailler en équipe;
- ❖ Être responsable et savoir s'amuser avec les enfants.

Faire parvenir votre lettre d'intérêt à l'attention de Réjeanne Côté, coordonnatrice des loisirs avant le 13 mai 2022.

Adresse : 2485, rue Principale, Saint-Édouard-de-Lotbinière (Québec) G0S 1Y0

Courriel : loisirs@st-edouard.com

Télécopieur : 418-796-2228

Pour informations supplémentaires : 418 796-2971 poste 304



**PROGRAMMATION DES COURS
SAINT-ÉDOUARD-DE-LOTBINIÈRE - HIVER 2022**



**Entraînement préparé par
FÉLIX-ANTOINE LEMAY, kinésiologue**

ENTRAÎNEMENTS MULTIPLES / ÉTIREMENTS

Début des cours : lundi le 11 avril 2022

JOUR	HEURE	DURÉE	GROUPE D'ÂGE	COÛT	À la session	MIN. REQUIS
Lundi	18h30 à 19h30	10 sem.	16 ans et +	100.00 txs incl.	15.00 \$	9 pers.
Lundi	19h30 à 20h00	10 sem.	16 ans et +	60.00 txs incl.	9.00\$	9 pers.

Inscription : Contacter Réjeanne au 418-796-2971 poste 304 ou loisirs@st-edouard.com

ENTRAÎNEMENT CARDIO

Début des cours : mercredi le 13 avril 2022

JOUR	HEURE	DURÉE	GROUPE D'ÂGE	COÛT	À LA SESSION	MIN. REQUIS
Mercredi	18h15 à 19h15	10 sem.	16 ans +	100.00 tx incl.	15.00\$	9 pers.

Inscription : Contacter Réjeanne au 418-796-2971 poste 304 ou loisirs@st-edouard.com

Les cours de yoga et de vie active étant déjà débutés, suivez la page Facebook des loisirs et de la municipalité pour savoir s'il y aura des cours offerts au printemps.

**IL EST À NOTER QUE TOUTES CES FORMATIONS
SERONT OFFERTES À LA SALLE MUNICIPALE.
PRENDRE NOTE QUE NOUS DEVONS AVOIR UN MINIMUM DE 9 PERSONNES POUR
DÉBUTER LES COURS.**

**EN CAS DE CHANGEMENTS, NOUS VOUS EN INFORMERONS.
SUIVEZ-NOUS SUR LE FACEBOOK DE LA MUNICIPALITÉ
ET SUR NOTRE SITE INTERNET :**

<https://www.municipalite.st-edouard.qc.ca/>



FILM « LE GUIDE DE LA FAMILLE PARFAITE »

Il y aura présentation du film « **Le guide de la famille parfaite** » à la salle municipale le **5 avril 2022 à 13h30**. Mettant en vedette Louis Morissette, Émilie Bierre, Catherine Chabot et Xavier Lebel.

Résumé du film :

Martin a toujours mis beaucoup de pression sur les épaules de sa grande fille, Rose, qu'il appelle sa « championne ». Maintenant âgée de 16 ans, Rose ne veut pas décevoir son père, mais entre ses entraînements de hockey, ses cours de danse, ses études et ses rencontres avec ses tuteurs, elle ne sait plus où donner de la tête. Quand des copies d'examens des années précédentes et de la drogue sont retrouvées dans son casier, elle se fait suspendre de l'école. Martin est furieux, mais doit se rendre à l'évidence : sa fille ne va pas aussi bien qu'il croyait.



NOUVEAU

Cours de tablette pour débutant d'une durée de 5 semaines donnés par ABC Lotbinière à compter du lundi 4 avril 2022 de 9h30 à 12h00 à la salle municipale. Ces cours sont offerts gratuitement et les places sont limitées. Pour inscription, contactez Réjeanne Côté au 418-796-2971 poste 304 ou par courriel à loisirs@st-edouard.com.





BESOIN DE BÉNÉVOLES

Le comité des loisirs est présentement à la recherche de bénévoles qui désirent s'impliquer pour la fin de semaine de la Fête Nationale.

Cette fête que nous n'avons pas eu le plaisir de célébrer depuis 2 ans sera enfin possible cette année.

Afin de parvenir à en faire un succès, l'implication de bénévoles est essentielle pour aider aux préparatifs et veiller au bon déroulement de cette fin de semaine.

Vous avez le goût de vous joindre au comité des loisirs et apporter votre collaboration à cette fête ?

Contactez Réjeanne Côté pour signifier votre intérêt.

Téléphone : 418-796-2971 poste 304

Courriel : loisirs@st-edouard.com

Nous vous remercions à l'avance de votre grande participation au succès de cette fête.





Bonjour chers membres,

*Il nous fait plaisir de vous inviter à notre dîner de Pâques
mercredi, le 13 avril 2022 à 11h30 au Resto Bois-Clair.*

Au menu *Crème de champignons ou soupe aux légumes*
Salade
Jambon à l'ananas
Pommes de terre en purée et petits légumes
Madeleines aux fraises ou salade de fruits
Thé ou café

Coût *20\$ taxes et pourboire inclus*



*Nous aurons également des tirages
en plus de notre moitié-moitié.*

En après-midi *Jeux de cartes, domino, scrabble, skip bo*

*Mercredi, le 27 avril 2022 à 13h00, nous vous attendrons à la salle municipale
pour divers jeux, discussions, rires, folies...*

Nous vous attendons en grand nombre.

Votre conseil d'administration par Lise Lachance, présidente



Jardin des aînés Olympique d'hiver 2022

Discipline	Médaille d'or 	Médaille d'argent 	Médaille de bronze 
------------	--	--	---



*Carmelle Hébert
Raymonde Auger
Simon St-Onge*

*Thérèse Martineau
M.-C. Laliberté
Ghislain Guimond*

*Rita Turcotte
Pascal Plaisance
H.-Georges Mercier*



Carmelle Hébert

*André Leclerc
Thérèse Martineau*

M.-Claire Laliberté



Gilberte Lemay

Raymonde Auger

Rita Turcotte



*Raymonde Auger
Carmelle Hébert
Gilberte Lemay
T. Martineau
Ghislain Guimond*

*Angela Leroux
Pascal Plaisance
Donald Demers
André Leclerc
H.-Georges Mercier*

FÉLICITATIONS À TOUS LES GAGNANTS



Amies Fermières!

Nous vous annonçons le retour des petits ateliers du lundi avec Claudette Jacques à la salle municipale de St-Édouard! Les dates seront le :

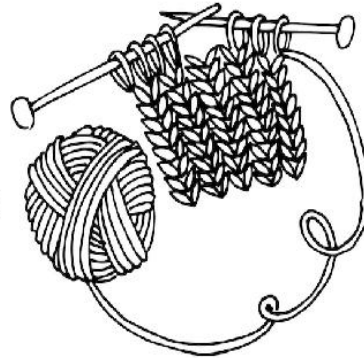
21 et 28 mars

ainsi que le

4 et 22 avril

Soyez présente nous vous attendons avec impatience!

Le CAL des Fermières de St-Édouard!



Il nous fait plaisir de vous inviter à l'Assemblée Générale du Mouvement des Femmes Chrétiennes, mardi le 19 avril à 9h30 à la sacristie de St-Édouard.

Nous poursuivrons le Programme d'Action qui a pour thème : Des racines et des ailes.

Bienvenue à toutes,

Réservez votre place à Fernande au 418-796-2186
ou à Lucille au 418-796-2200



Express
vers **Sainte-Foy**

2022



EN SEMAINE DE

**Laurier-Station
Saint-Apollinaire
Sainte-Foy**

DÉPARTS le matin et le midi :
Laurier-Station à
6 h 15, 6 h 45, 8 h et 11 h 15

RETOURS le midi et le soir :
Sainte-Foy à
13 h, 16 h 10, 17 h et 18 h 10



POINTS DE VENTE

PROXIM Kirouac et Lavoie : 130, boul. Laurier, Laurier-Station
JEAN COUTU : 144, Principale, Saint-Apollinaire

www.express-lotbiniere.com • 418 881-3884 # 103



CONFÉRENCE

COMMENT REVENIR À L'HARMONIE *intérieure*

Avec toutes les perturbations de la vie et les grands changements planétaires, comment faire pour garder la paix à l'intérieur de soi ?

MARDI LE 3 MAI
À 19H00

Suite à la conférence, des noms seront tirés au hasard pour recevoir un message des guides de lumière.

Billets en prévente ainsi qu'à la porte.

Salle La Chapelle
364, Rue St-Joseph
Laurier Station

Billets en prévente 25\$ à
Céline Leclerc : 418-796-2363

CONSULTATIONS DISPONIBLES :
Céline Leclerc.



Linda Langevin





CDC LOTBINIÈRE
Corporation de Développement
Communautaire de Lotbinière



OFFRE D'EMPLOI

DIRECTION

La Corporation regroupe les organismes communautaires autonomes de la MRC de Lotbinière et s'assure de leur participation au développement socioéconomique du territoire. Nous recherchons une personne mobilisatrice ayant un intérêt marqué pour le réseau communautaire et le développement.

LA FONCTION

Planifier, organiser et diriger l'ensemble des actions réalisées au sein de la CDC Lotbinière, conformément aux pouvoirs et aux responsabilités qui lui sont délégués par le conseil d'administration.

NOUS OFFRONS

- Un poste de 35 heures par semaine
- Taux horaire entre 25\$ et 30\$ selon l'expérience
- Flexibilité et possibilité de télétravail
- Mesures de conciliation travail-famille
- Assurances collectives et REER

POUR NOUS JOINDRE

- **Ce défi vous intéresse! Merci de transmettre votre curriculum vitae et lettre de motivation au rh@cdclotbiniere.org**
- **Seules les candidatures retenues seront contactées**
- **Consulter l'offre d'emploi complète dans la section *Quoi de neuf* au www.cdclotbiniere.org**



BÉNÉVOLER CHANGE LA VIE!

Activité
Gratuite

ACTIVITÉ RECONNAISSANCE DU BÉNÉVOLAT 2022

Venez vous divertir en
compagnie de l'humoriste
Marko Métivier

Activité offerte
aux **BÉNÉVOLES** et aux
ORGANISMES de Lotbinière



☀ **Mercredi 27 avril 2022** *en cas de tempête remis au 1er juin

☀ **Centre municipal, Salle L'Agathoise**
(2602, rue St-Pierre, Ste-Agathe-de-Lotbinière)

☀ **De 18h30 à 21h**

Inscription obligatoire au CPAL 418-728-4825 #101,
courriel: soutien@cpalotbiniere.com



COOPÉRATIVE
FUNÉRAIRE
DES DEUX RIVES

PROMUTUEL
ASSURANCE

Isabelle Lecours
Députée de Lotbinière-Frontenac
ASSEMBLÉE NATIONALE
DU QUÉBEC



POUR SE GARDER ACTIFS



Ateliers d'alphabétisation

Pour améliorer vos
compétences en lecture,
en écriture, ou en calcul.

Sous forme de rencontres
amicales, où vous pourrez
partager votre expérience et
conserver vos acquis.

Que ce soit pour briser
l'isolement, ou simplement
pour se muscler le cerveau,
ABC Lotbinière est là pour
vous!

LES VENDREDIS
DE 9H À 12H



Appelez-nous au 418-728-2226
ou par courriel au info@abclotbiniere.com



Nom : _____ Localité : _____ Âge : 18 ans et moins 19-49 ans 50 ans et +

Défi Chaque Minute Compte 2022

	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Total de minutes
3		4	5	6	7	8	9	
10		11	12	13	14	15	16	
17		18	19	20	21	22	23	
24		25	26	27	28	29	30	
		N'oubliez pas de vous inscrire au DÉFI SANTÉ (www.défisanté.ca) !						

N'oubliez pas de transformer vos heures en minutes, merci!
N'oubliez pas de remettre votre calendrier avant le 6 mai!

Ce défi vous est présenté grâce à la collaboration de :

Inspiré du projet *CHAQUE MINUTE COMPTE* de Kino-Québec





CDDDS

Corporation de Défense de
Droits Sociaux de Lotbinière Inc.



IMPÔT

pour une personne, un couple ou une famille à faible revenu dont le revenu annuel brut est de :

- Personne seule : 30 000\$ et moins
- Famille monoparentale : 30 000\$ et moins + 3 000\$ par enfant
- Couple sans enfant: 40 000\$ et moins
- Famille biparentale (deux parents) : 40 000\$ et moins + 3 000\$ par enfant

Sur rendez-vous seulement

Carte de membre payable au premier rendez-vous (5\$ ou 10\$ selon la situation)

418-728-4054

508900





**Journée nationale des
cuisines collectives
CONFÉRENCE**



**TIRAGE DE PRIX
DE PRÉSENCE**



**Invitée Florence-Léa Siry, experte zéro
gaspillage alimentaire, autrice et conférencière**

LA CUISINE ZÉRO GASPI ET SES 1,2,3 VIES

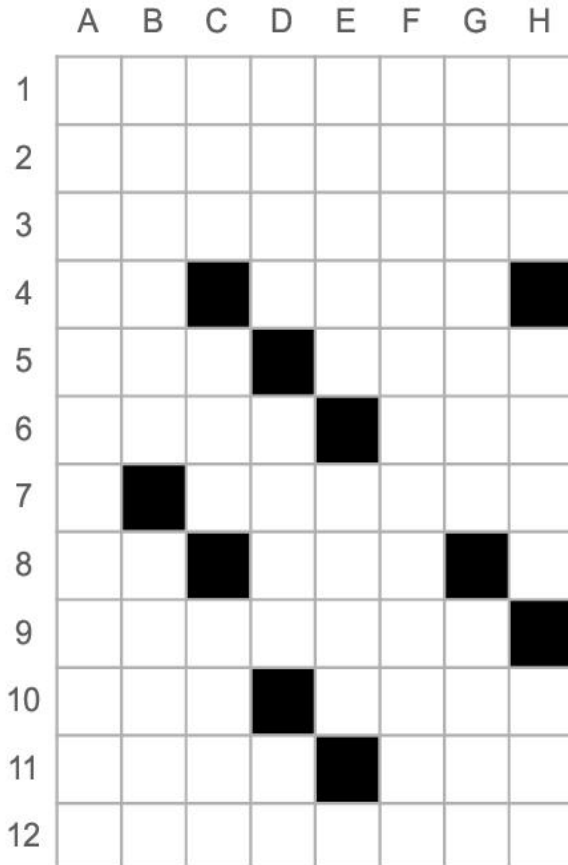
21 MARS DE 19H À 20H30



en ligne sur zoom, c'est gratuit!
Pour vous inscrire numériser le QR
Pour info: 418 728-4402



MOTS CROISÉS



HORIZONTALEMENT

- Roulement de main d'œuvre.
- Au Mexique, c'est la baie des roseaux denses.
- Ouverture d'ornement.
- Intelligence artificielle. Un vrai génie.
- On y donne des spectacles. Sortie des appelés.
- Vieille tribu. Armée féodale.
- Laisser des volontés.
- Permet d'obtenir un accord. Actrice française.
- Du genre cool !
- Il est développé chez celui qui veut tout dominer. Esclave du dernier cri.
- Cubitus. Fit passer de vie à trépas.
- Limitées à l'essentiel.

VERTICALEMENT

- Avec lui, plus besoin d'atterrir.
- Mers supérieures. Quitte l'air pour l'air.
- Instrument de musique d'Asie centrale. S'échappe par derrière. Tickets de caisse.
- Dur et pénible. Lanière fixée au harnais. De l'or.
- Fait la couverture. Poissons de Méditerranée.
- Entremets sur une crème anglaise.
- Qui tire sur le jaune. Centre de volailles.
- Défenseur des animaux. Interrogation de Hamlet. Effets de jambes.

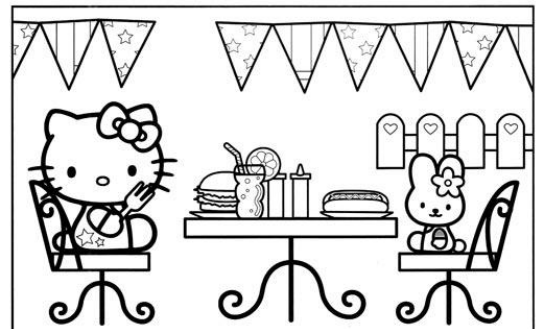
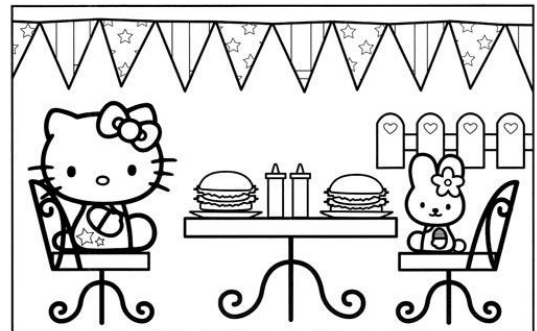
SUDOKU

2	6	3					7	
7	4	8		6	2			3
	9				7		6	
8			4	3				
			9		6			
				8	1			5
	7		2				8	
5			8	7		6	1	2
	8					5	4	7

JEU DU MOIS

Les 5 différences

Vois-tu les cinq différences entre ces deux images ?



Pic-bois l'artisan

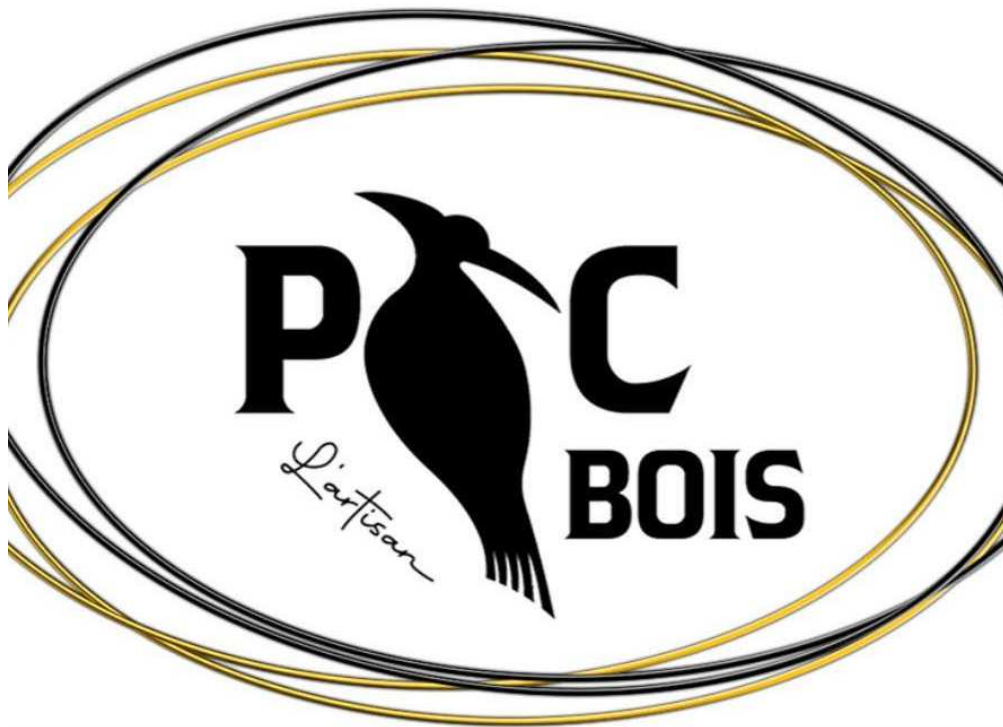
La Boutique-cadeaux-déco-meubles
artisans et revalorisés

www.picboisartisan.com

2584 Rue Principale, Saint-Édouard-de-Lotbinière

GOS IYO

819-266-2198



COIFFURE
JOSIANE PILOTE

JOSIANE PILOTE
COIFFEUSE-STYLISTE
propriétaire

SERVICE PERSONNALISÉ et COURTOIS
AMBIANCE DÉCONTRACTÉE
Coupes (Femmes, hommes et enfants)
Coloration, mèches, etc.

Sur rendez-vous
418 703-0572
210, rue Bergeron, Saint-Édouard-de-Lotbinière

SALON *Danielle*

Danielle Bernard, coiffeuse
Tél. : **418 796-2280**

2401, Principale
Saint-Édouard-de-Lotbinière
G0S 1Y0

L'Audace
COIFFURE

Nancy Parent, coiffeuse
Tél. : **418 703-0633**

146, route Leclerc, St-Édouard G0S 1Y0

Coiff Caly-T

108, Castonguay
St-Édouard-de-Lotbinière
QC G0S 1Y0
418 796.2900

COIFFURE
de France

sur rendez-vous

418-571-2289
418-703-0566

Marie "Beauté" Esthétique
Soin facial, épilation, électrolyse
manucure, pédicure gel
418-796-1348

Marianne Daigle

187 Beaudet
St-Edouard de Lotbinière

Salon Caly-T
418 796.0020
Prop.: Lina Trépanier

2555, Principale
St-Édouard QC
Esthétique & Bronzage
Laser & IPL

Jeannette Schurch
MEMBRE DE FQMM

Clinique Massothérapie

Californien - Shiatsu
Hygiène des oreilles - Pressothérapie

Information et rendez-vous :
(418) 796-2351

120, Castonguay
Ste-Édouard de Lotb. Qué.
G0S 1Y0

Vitrerie
Jacques Simoneau inc.
Portes et fenêtres

Jacques Simoneau
propriétaire

Tél.: 418 728-3894
Cell.: 418 955-8611

Vente, installation et réparation de portes et fenêtres
Douche de verre thermos, miroir et autre.

Résidentiel et commercial
303, rue St-Joseph, Laurier Station Qc G0S 1N0

Garage
YVON PARADIS INC.

VENTE ET ACHAT VOITURES USAGÉES
PEINTURE - DÉBOSELAGE - PARE-BRISE
MÉCANIQUE

2201, rue Principale,
St-Édouard, Lotb. G0S 1Y0

Fax : **(418) 796-2970**
Tél. : **(418) 796-2518**



*Technicienne en hygiène et soins
des pieds*

Rebecca Auger
membre associé des
naturopathes du Québec

À votre domicile

418-796-2296
418-728-7093

Les Doigts de Fée
bureau ou votre domicile

Hélène Lauzé
couturière diplômée

Soins de Pieds (Diplômée ANQ)
418 926 2539

342 rue Barbin
Sainte-Croix Lotbinière, QC

Transport scolaire
Emilius Lemay inc.

- Voyage de groupe longue distance
- Suspension pneumatique
- Sièges de tissu
- Porte-bagages intérieur /extérieur

Pour informations :
Tél : 418 796-2880
Cell : 418 554-2880

Daniel Lemay, propriétaire

François Gagné, CPA, CGA

COMPTABILITÉ

Cabinet de comptable professionnel agréé

418-415-8001



RECYCLE AUTOS
2000 INC.

Spécialité:

- Autos d'occasion
- Pièces usagées et neuves
- Redressement de châssis
- Service mécanique
- Carrosserie

1504, St-Charles, Saint-Édouard de Lotb. G0S 1Y0
recycleautos@globetrotter.net
T: 418 796-3400 · 1 866 790-3400
F: 418 796-1349

LAVE AUTO DANIEL PAQUET

146 rue Olivier
Bureau 100
Laurier-Station (Québec)
G0S 1N0

Tél. : **418.728.9001**

Discount
Location d'autos et camions

[f](#) laveautodanielpaquet

dh

**L'Acadien
Bricoleur**

stedouard@acadienbricoleur.com
Téléphone: 418 796-2011

MULTI-SERVICES

LOTBINIÈRE

Florine Gatepaille
1679, rang Saint-Charles
Saint-Édouard de Lotbinière
(Québec) G0S 1Y0
418 933-9054
info@multi-serviceslotbiniere.com

Pour vos travaux domestiques
et entretiens divers

AUDREY TROTTIER

Hygiéniste en soins des pieds

Soins des pieds
Poses d'ongles
Manucures
Pédicures

2676 rue principale
St-Edouard de Lotbiniere
G0S1Y0
audrey.soin@hotmail.ca

418-728-8185

SOINS DES PIEDS :

- Ongles incarnés
- Cors
- Durions
- Œil de perdrix
- Ongles épais
- Cornes
- pédicures

...
MAINS:

- poses d'ongles
- résines et poudres
- vernis
- gell

Votre rendez-vous

AUDREY TROTTIER
Hygiéniste en soins des
pieds





Excavation

Raymond Lemay & Fils inc.

- Travaux d'excavation
- Terrassement
- Vente de ripe de bois franc sec

R.B.Q.: 1891-9035-00



796-2040

Déneigement

R. Lemay inc.

- Déneigement
- Transport en vrac



Forestier G.S.

Travaux forestiers
sylvicole et commercial
Service de technique
Transport
Mesurage de bois
Drainage forestier
Abatteuse
multifonctionnelle
Excavation forestière

CELL : 418 728-1636



LES ENTREPRISES DENYS HAMEL INC.

Entrepreneur général en construction
et en rénovation résidentielle et commerciale

Tel.: 418.831.9692
Télec.: 418.831.0530

denyshamel@hotmail.com
2216 ch. Filteau, Lévis, QC G7A2N4

lesentreprisesdenyshamel.com

ALTERNATEUR LEMAY

VENTE & RÉPARATION



Alternateur / Démarreur / Batterie

154, de la Station,
Laurier-Station (Qc) G0S 1N0

418-728-3819

EXCAVATION

**Ghislain
Castonguay**

418 563-2682

Location de mini pelle
2626, Principale, St-Édouard

TRAVAUX
D'EXCAVATION
ET DRAINAGE
AVEC LASER

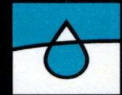
TRANSPORT:
SABLE, TERRE,
GRAVIER, TUFF

DÉNEIGEMENT

Plomberie

Chauffage

SERVI-POMPE



402, Route St-Joseph, Laurier- Station

Tél.: (418) 728-4405

Cell.: (418) 520-2004

www.servipompe.com
servi-pompe.sp.inc@hotmail.com



CONSTRUCTION
CHRISTIAN DEMERS

RÉSIDENTIEL | COMMERCIAL | AGRICOLE

CHRISTIAN DEMERS

C 581 996-3580

T 418 796-0060

ConstructionChristianDemers@gmail.com

148, RUE FAUCHER
SAINT-ÉDOUARD-DE-LOTBINIÈRE
(QUÉBEC) G0S 1Y0

5707-2084-01

MODEL ENTREPÔT

PLANCHERS DE BOIS FRANC ET D'INGÉNIERIE

115, rue Lauzé, St-Édouard-de-Lotbinière. G0S 1Y0

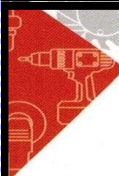
418 796-3012

Balance d'inventaire, fins de lots (légers défauts)

Hugo Lemay, propriétaire
Cell.: 418 654-8969

model.entrepot@hotmail.com

ESPACE PUBLICITAIRE
À LOUER



ÉQUIPRO
LOCATION ET VENTE D'OUTILS

Yannick Desrochers

T 418 728-4421 |
yd@locationequipro.ca

167, boul. Laurier, Laurier-Station QC G0S 1N0





SARAH-SOPHIE GOURDE, BAA, PL.FIN

Conseillère en Sécurité Financière

Partenaire de Groupe Financier Horizons

Représentante en Épargne Collective

Inscrit auprès d'Excel Gestion Privée



BEAUDOIN LAFRANCE

GESTION DU PATRIMOINE

☎ Bureau : 418 834-1008 poste 208

📍 Beaudoinlafrance.com

📍 579 Rte du Président-Kennedy, Lévis, Qc. G6C 1J8

FRANCIS LEBLANC
St-Antoine-de-Tilly, Qc

Peinture, plâtrage, céramique,
peinture de toiture, etc.

Pinceaux et fusil à air

Tél. : 581.989.2449
frank6908@hotmail.fr
RBQ : 5726-6694-01

ASSURANCES
Pérusse
CABINET EN ASSURANCE DE DOMMAGES

ASSURANCES

Habitation
Entreprise
Automobile
Agricole

www.assurancesperusse.com
info@assurancesperusse.com

418 701-3270
243, rue Laroche, Sainte-Croix G0S 2H0



Solusimple
ASSURANCES

AssurExperts
GAUTHIER & ASSOCIÉS
Cabinet en assurance de dommages

KEVEN DESROCHERS et PIERRE-LUC DAIGLE

Courtiers en assurance de dommages

JORDAN OUELLET

Courtier en assurance de dommages des particuliers

**Commercial | Agricole | Cautionnement
Construction | Auto-habitation**

info@solusimple.ca

Téléphone 418 728-3556
Télécopieur 418 728-3155

355, boulevard Saint-Joseph,
Laurier-Station (Québec) G0S 1N0





**Stéphanie
Langlois**

NOTAIRE & CONSEILLÈRE JURIDIQUE

Saint-Édouard 418 796-2052

Québec 418 658-4335

» slanglois@notarius.net

langloisnotaire.com



guylainemichaudopticienne.com

- EXAMEN VISUEL PAR DES OPTOMÉTRISTES
 - DÉPISTAGE DE MALADIES OCULAIRES
 - VERRES DE CONTACT • MONTURES MODE
- FORFAIT À PARTIR DE 119\$ VERRES ET MONTURE**

167-A, boul. Laurier, Laurier-Station 418 728-5473



FOOD TRUCK

FESTIVAL | ÉVÈNEMENT PRIVÉ & CORPORATIF

☎ 418-926-3244 0

✉ info@restobarlecube.ca

📺 Suivez nous sur Facebook



**8002, Rte Marie-Victorin
Leclercville, Qc G0S 2K0**

Propriétaires :
*Johanne Paquet
Charles-Étienne Beaudet*

☎ 819 599.9995

📺 lesainteemmelle

✉ lesainte-emmelle@videotron.ca



LE CUBE

FRAICHEUR | SAVEURS | DISTINCTION

Commande En Ligne Service De Livraison Service Traiteur

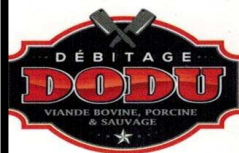
🌐 www.restobarlecube.ca

☎ 418-926-3244 0

📺 Suivez nous sur Facebook

✉ info@restobarlecube.ca

📍 400, route laurier Ste-Croix



Jean-Philippe Garneau

Propriétaire

☎ 418 703-4850

☎ 418 571-4850

119, rue Lauzé, Saint-Édouard-de-Lotbinière
(Québec) G0S 1Y0

📺 Suivez-nous!



Jacques Gourde

Député de Lévis-Lotbinière



Au plaisir de vous servir !

418-836-0970
2677, route Lagueux
Lévis, G6J 1B7



Isabelle Lecours

Députée de
Lotbinière-Frontenac



ASSEMBLÉE NATIONALE
DU QUÉBEC

57, rue Chaîné, Saint-Apollinaire
(Québec) G0S 2E0

Téléphone : 418 881-3450
Sans frais : 1 855 718-3444

isabelle.lecours.lofr@assnat.qc.ca

RESTO DU BOIS CLAIR

418 796-3101

MENUS DU JOUR, PIZZAS, PRODUITS MAISON



restoboiscclair@yahoo.com



LES VOYAGES
INTERCONSEIL
Un monde d'agriculture

Siège social
T 418 796.3060
2597, rue Principale
Saint-Édouard (Québec) G0S 1Y0
Permis du Québec : 700537

VOYAGES
CÔTE-DES-NEIGES
Le monde s'offre à vous!

Suzanne Michaud, Directrice
T 418 796.3060
SF 888 740.3060
suzanne@interconseil.com
www.bonitour.com/suzanne

