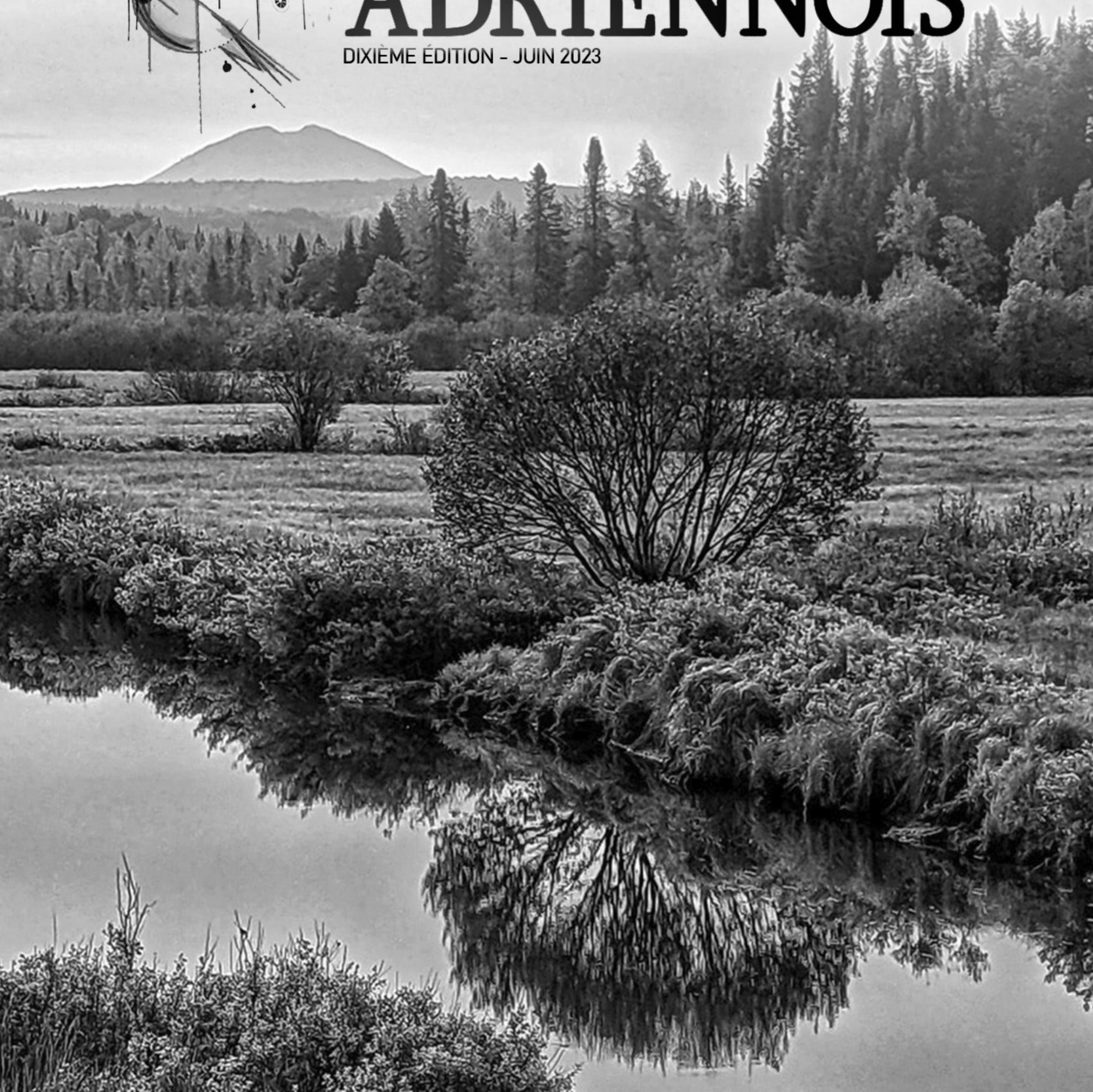




Le journal **ADRIENNOIS**

DIXIÈME ÉDITION - JUIN 2023





Violette Tattoo

facebook.com/
violettetattoo



À Saint-Adrien



YOGA

COEUR DANSANT

(819) 828-0325

<https://yogacoeurdansant.com/cours/>

CAMILLE DENIS

Somayog

lundi 19h

Yoga Danse

mardi 17h30

Friprie de Wotton

Bienvenue à tous et toutes

Jeudi de 19 h à 21 h

Vendredi de 14 h à 16 h et 19 h à 21 h

RITUEL



ATELIER.S DE CONFECTION D'ENCENS

3 OCTOBRE 2023 - 19h - ATELIER
D'INITIATION À L'ART DE L'ENCENS -
GRATUIT

12 NOVEMBRE 2023 - 13H - ATELIER
DE CONFECTION D'ENCENS
ANCESTRALE - 155\$ (matériel fournis,
vous repartez avec votre encens)

À LA MEUNERIE

ENCENS

Bien plus que des parfums!
FAITS À LA MAIN / INTENTION /
ENCENS ÉTHIQUE & NATURELS
J'OFFRE DES ENCENS SUR MESURE

Au plaisir! xx

VISITEZ MON SITE WEB;
www.rituel.site

Héloïse Roy
ST-ADRIEN.QC

Sorcière Contense

prendre soin
de ses ailes de fée et
de son feu de dragon

par des ateliers
d'écriture
inspirée

MARCHÉ
DE ST-ADRIEN

CENTRE
ODAÏNA



lysetrottier@icloud.com

Offre de services d'ACCOMPAGNATRICE DANS LE PROCESSUS DE VOTRE DEUIL.

Formation Monbourquette, expérience comme
bénévole d'Albatros, étude de rites
funéraires...

Simplicité et confidentialité; chez vous ou par
téléphone au: 819-344-5136,
(H.repas) : Sylvie Berthaud

Contribution volontaire
DIRE SON DEUIL POUR S'EN LIBÉRER

Éditorial

Vivement l'été et les marchés de Saint-Adrien où nous pouvons nous croiser, partager et échanger.

Dans cet esprit, notre comité de développement s'intéresse, entre autres, aux lieux d'expression publique que nous créons.

La rubrique spiritualité et folie douce des gens d'ici donne la parole à Geneviève Chenel, coordonnatrice de La Meunerie, ce haut lieu de notre maillage culturel et communautaire.

Dans son article, Jean-Marie Dubois lève le voile sur une des familles souches d'ici, les Richer!

Vous êtes plusieurs à nous faire part de votre engouement face au renouvellement de votre journal, n'oubliez pas qu'une copie virtuelle est disponible sur le site de la ville.

Bonne lecture!

Lyse Trottier

TABLE DES MATIÈRES

Le St-Vrac, par Conrad Goulet.....	2
Des nouvelles de La friperie mobile, par Isabelle Therrien.....	5
Soins énergétiques, par Mathieu Larrivée.....	6
Le courrier du coeur, par Gen câlins.....	7
Chronique du comité de développement, par Léa C.Brillant.....	8
Chronique de La Meunerie, par Isabelle Therrien.....	10
Des nouvelles de la bleuetière, par Émilie Windsor.....	12
La chronique municipale, par Maryse Ducharme.....	13
Gîte sur l'arc en ciel.....	15
La Bibliothèque, par Clémence Hourlay.....	16
Chronique du Bureau de poste, par Marie-Soleil Jacques.....	19
La Sage Maison, par Lucie Benoît.....	19
Chronique FADOQ, par Pauline Dumoulin.....	20
La pastorale, par Pierrette Poirier.....	23
Le Mont Ham.....	24
Chronique MovMan.....	25
Les recettes d'une MPcurienne, par Marie-Pier Therrien.....	26
Le terrain de jeux, par planète Iz.....	28
Le Quiz, Par Line Mallet.....	32
Le Centre Odaina.....	35
Histoire et ancêtre, par Jean-Marie Dubois.....	36
L'Abakabaret 2023.....	40
Folie douce et spiritualité des gens d'ici, par Lyse Trottier.....	41
Terre-mère en santé; Humanité enchantée, par Sylvie Berthaud.....	44
Activités minières près de chez vous?.....	46
Célébration des bénévoles adriennois 2023.....	49
Espace Nature Petit Ham.....	50

Coordonnatrice et graphiste: Isabelle Therrien

Photographes: Antoine Dolé, Jonathan Mercier

Correction de texte: Aline Piché, Marie-Mai Barlow





VALORISONS NOTRE TERROIR

Après plus d'un an d'effort collectif, le projet d'offrir des dîners à l'école Notre-de-Dame-de-Lourdes a finalement vu le jour et ce, à la hauteur des attentes. Suite à l'acceptation d'une subvention de 15 000\$ de l'organisme 100 Degrés l'an dernier, une équipe de parents, bénévoles, professeurs et la directrice se sont mis à l'ouvrage pour coordonner un des plus gros projets que l'école a connu.

Les objectifs de la subvention sont la mise en place d'un service alimentaire rentable et pérenne, offrir des aliments provenant majoritairement du Québec, créer des recettes basées sur une alimentation saine et nutritive, offrir des ateliers d'apprentissages sur l'alimentation et offrir des repas sans créer des déchets lors du service. Puisque ces objectifs rejoignent déjà les valeurs profondes du Comptoir St-Vrac, le projet a pu démarrer du bon pied et être apprécié par plusieurs!

Cette subvention était destinée à la mise en place d'un service alimentaire au sein de l'école ainsi que la création d'un espace d'apprentissage sur l'agriculture et l'alimentation. Un travail de recherche et développement au Comptoir St-Vrac a permis l'élaboration de recettes classiques contenant des ingrédients de nos agriculteurs de



Saint-Adrien et d'ailleurs au Québec. La balance des autres ingrédients sont issues d'agriculture biologique offrant ainsi des repas sains, écologiques et remplis de saveurs!

À notre grande joie, Lucie Querry, la directrice, à l'aide des fonds de la commission scolaire des Sommets, a organisé la rénovation



complète de la vieille cuisine de l'école afin d'offrir un lieu adapté aux nouveaux besoins du projet. La subvention de 100 Degrés couvrait les appareils ménagers, les ustensiles et outils de cuisine, les tabliers et bien d'autres agréments. Avec ce nouvel espace culinaire en place, l'école a pu accueillir des ateliers sur le fromage de chèvre et les œufs de poules ainsi que plusieurs autres ateliers à venir dans les prochains mois et années.

Avril fût le premier mois du service alimentaire avec un taux de participation d'environ 70% des élèves et employés de l'école. Durant ce mois, l'équipe de la cuisine du Comptoir St-Vrac a servi sur place les repas afin de recueillir les bons et mauvais commentaires des enfants et bien intégrer le service au sein du quotidien de l'école. À la suite d'une revue des commentaires, nous avons déjà ajusté plusieurs recettes afin de co-crée sur mesure les repas pour ainsi offrir ce qui est réellement souhaité sans compromettre la qualité et la provenance.

Le Comptoir St-Vrac tient à remercier tous les acteurs villageois qui ont contribué au succès du projet: Léa Brillant, Valérie Blanchette, Antoine Dolé, Emmanuelle Poitras, Aline Piché, Lucie Querry et Conrad Goulet. Avec le jardin communautaire et pédagogique, les repas du midi sont un autre grand pas vers un horizon alimentaire plus sain et souverain!



C'EST LE TEMPS DE RENOUVELLER VOTRE CONFIANCE

Le premier juin marque le grand jour annuel où tous les membres du Comptoir St-Vrac sont conviés à renouveler leur adhésion et à réévaluer leur implication au sein de l'épicerie. Grâce aux frais annuels de 50\$, nous sommes en mesure de soutenir les charges administratives et le libre-service aux membres pour ainsi offrir une expérience unique et adaptée à leurs besoins. En retour, plusieurs avantages viennent avec cette adhésion:

- ✱ **Rabais sur le prix public**
- ✱ **Accès au lieu 24/7**
- ✱ **Demande d'ajout de produits**
- ✱ **Accès au système de travail participatif**
- ✱ **Possibilité d'actionnariat**
- ✱ **Accès aux pré-commandes en primeur**

Bienvenue dans l'écosystème Comptoir Saint-Vrac



BERNACHE

Observer
Explorer
S'initier



ÉCUREUIL

Apprendre
Contribuer
Se former



CASTOR

Construire
Soutenir
Coordonner



PHÉNIX

Développer
Risquer
S'investir

UN ÉCOSYSTÈME PARTICIPATIF À TON IMAGE

Avantages et engagements	Public Niveau 0	Bernache Niveau 1 & 2	Écureuil Niveau 3 & 4	Castor Niveau 5 & 6	Phénix Niveau 7 & 8
Implication minimale	Aucune	Volontaire	36 h / année (env. 3 h par mois)	1 jour / semaine	5 jours / semaine
Accès au lieu	Heures d'ouverture	24h (niveau 2)	24h	24h	24h
Pré-commandes	Prix public	Prix membre	Prix membre	Prix membre	Prix membre
Frais d'adhésion	–	50\$/année	50\$/année, remboursable	0\$	0\$
Rabais membre	–	OUI	OUI	OUI	OUI
Demandes d'ajout	–	OUI	OUI	OUI	OUI
Activités membres	–	OUI	OUI	OUI	OUI
Entente	–	Utilisation et soin des lieux	Contribution	Responsabilité	Responsabilité
Actionnariat	–	Possible	Possible	Possible	OUI
Points contribution	–	–	OUI	OUI	OUI

Notre modèle participatif assure la pérennité en faisant contribuer les membres utilisateurs à toutes les opérations du quotidien. Plus nous sommes à répartir la charge, plus résilients nous serons dans le futur. Si vous avez envie de prendre des responsabilités et d'œuvrer au sein de l'épicerie, contactez-nous afin de voir les possibilités d'implication.

Marchons, Mangeons et Ouvrons Ensemble !!



PRÉ-COMMANDE

Fraises du Québec biologiques

Encore une fois cette année, nous vous offrirons la possibilité dans le courant du mois de juin pour réserver de délicieuses fraises du Québec biologiques à prix très avantageux.

Suivez les détails en magasin ou inscrivez-vous à notre liste d'envoi pour ne rien manquer dans la prochaine infolettre.

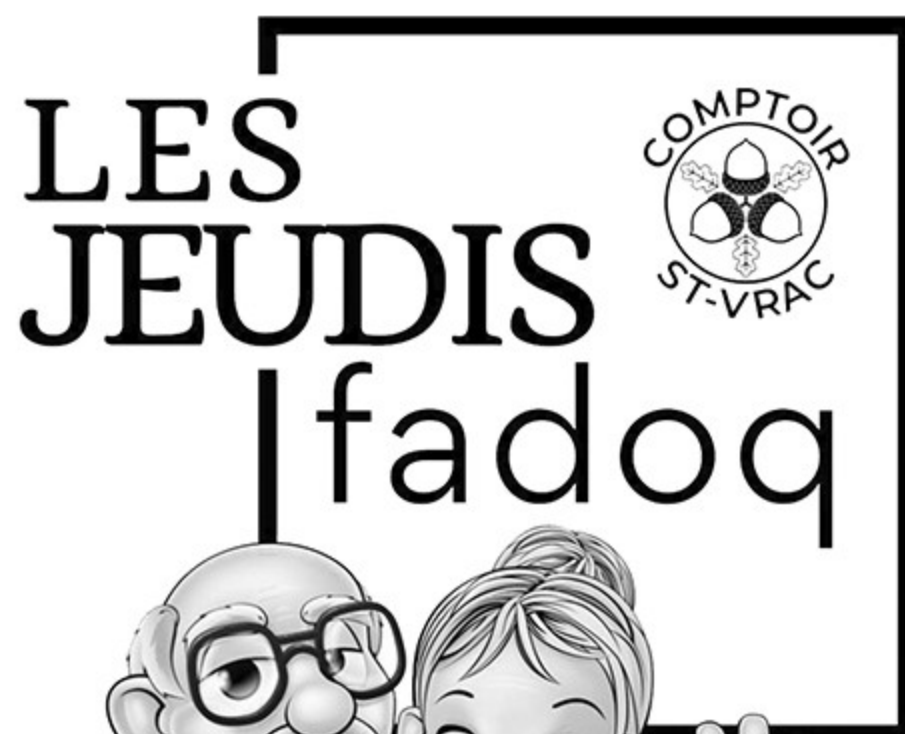
www.comptoirstvrac.com

Tous les jeudis, si vous êtes membre de la FADOQ, il vous suffit de présenter votre carte pour obtenir :

- ☞ 50% de rabais sur votre adhésion annuelle
- ☞ 10% de rabais sur vos achats en magasin (membre du CSV ou non)

Nous sommes ouverts les jeudis de 10h à 17h!

Passez nous voir!



La Friperie mobile

Vêtements, accessoires et art.

Nous avons le bonheur de vous annoncer que La friperie mobile a enfin trouvé un local au cœur du village de Saint-Adrien! YOUPI! OÙ ÇA? Juste en face de notre très chère Meunerie! La grande ouverture se fera au cours du mois de juin, restez à l'affût! Pour célébrer cette magnifique nouvelle, nous offrons à tous les Adriennois un coupon rabais découverte.

Nous recommençons donc à accepter les dons de vêtements ainsi que les accessoires vestimentaires en bon état. Nous aurons une boîte de dépôt à l'extérieur prévue à cet effet devant la boutique.

Horaire de Juin:

Jeudi: 13h à 17h

Samedi: 10h à 17h

Dimanche: 12h à 17h

Tél.: 819-990-0072

Iz.earthling333@gmail.com

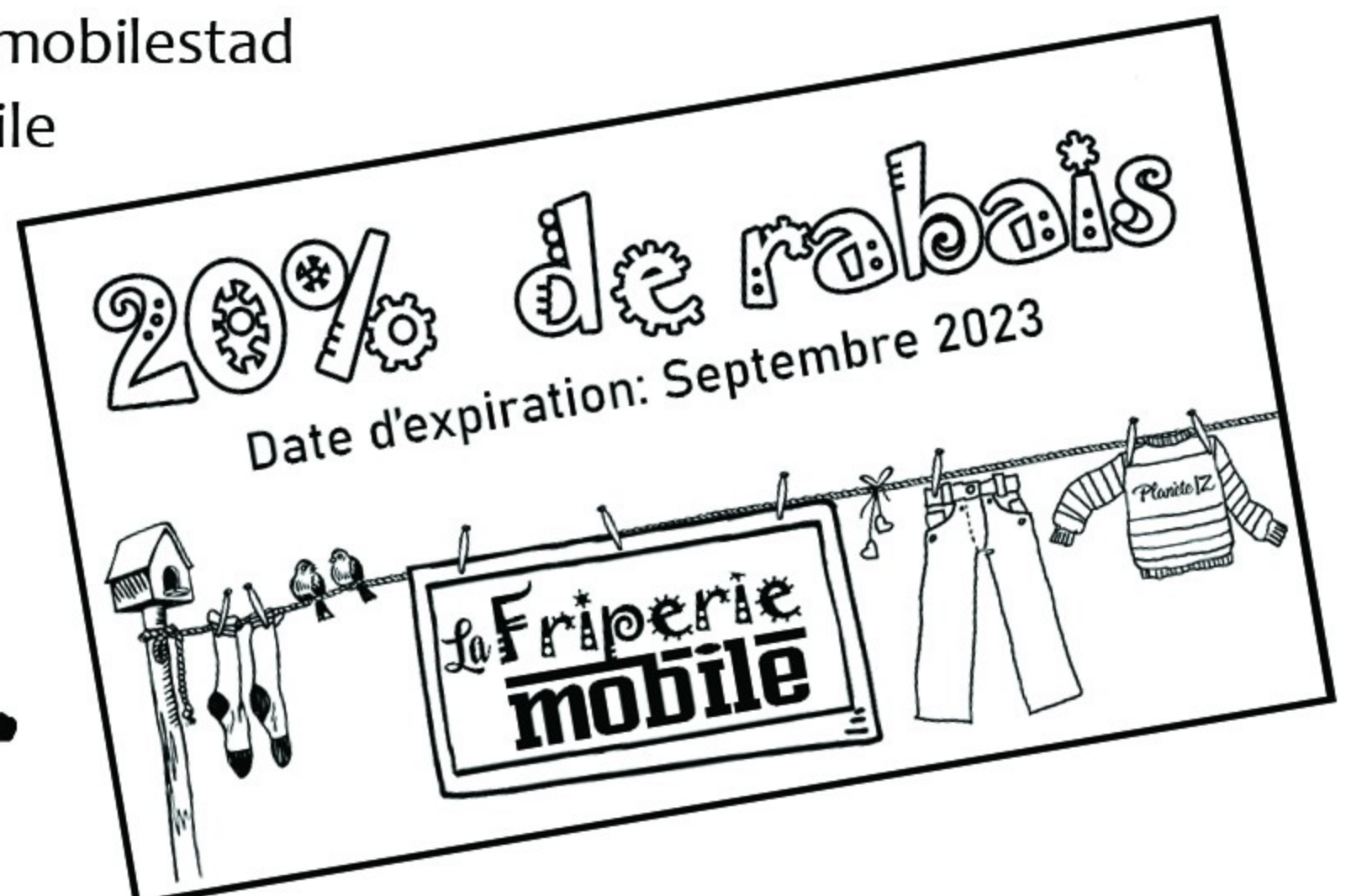
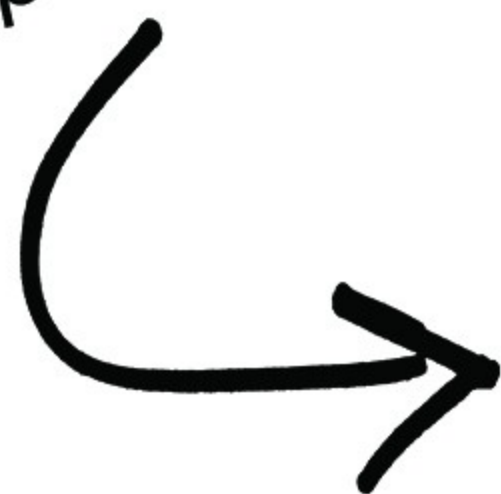
Chemin St-Rémi, Saint-Adrien



Aimez notre page Facebook: @friperiemobilestad

Suivez nous sur Instagram: friperiemobile

Découpe-moi!





J'ai décidé aujourd'hui de vous parler du **Reiki** ! Ce soin énergétique génial et, malheureusement, trop peu connu. Commençons d'abord par expliquer ce que sont les chakras (parce que c'est avec ça que l'on travaille)... Les chakras sont des centres énergétiques invisibles qui se trouvent à l'intérieur de notre enveloppe charnelle.

Chaque chakra représente une roue qui gère les énergies en les distribuant dans notre corps. Ils ont, tous les 7, un rôle précis impactant sur notre physiologie, notre système nerveux, notre comportement et nos émotions.

Grâce au Reiki, nous allons aller travailler sur ces petites roues énergétiques et rééquilibrer toute l'énergie de votre corps. Résultat, vous vous sentirez détendu, en phase avec vous-même... en équilibre tout simplement !

Mais il n'y a pas que ça comme vertus... Oh que non ! Le Reiki permet de réduire considérablement le stress, les angoisses, l'anxiété... Il permet de favoriser le sommeil, de diminuer l'état de déprime, de dépression ou de burn out... Il aide à soulager les maux du corps et du cœur... Et beaucoup plus encore !

J'ai acquis plusieurs connaissances au niveau de la dernière année, ce qui m'a permis d'accentuer les effets sur le corps avec différentes techniques personnelles et différents sons d'une puissance hors du commun. Le tout est fait en honorant le corps. Je suis avec vous pour vous expliquer tout ce qui est présent lorsque vous avez des questions. Bref, je suis là avec vous à 100%, pour votre bonheur et votre bien-être. Si vous avez des questions, ne vous gênez pas, je vous invite à me contacter.

Je vous reçois le cœur bien ouvert, du lundi au vendredi sur rendez-vous. Offrez-vous ce magnifique cadeau pour votre corps et votre esprit, car vous le méritez pleinement !

Mathieu Larrivée

(819) 620-4760

Courriel : mathieu-soins@hotmail.com

1583 rue principale, Saint-Adrien

LE COURRIER DU *Cœur*



par Gen Câlin

Saviez-vous que le village déborde d'organismes qui réussissent grâce à l'implication de bénévoles?

Le 21 avril dernier, la municipalité a tenu une fête de reconnaissance en leur honneur, afin de souligner l'incroyable travail qu'ils accomplissent. La salle était bien pleine et il manquait beaucoup de gens!! Que ce soit à la FADOQ, la bibliothèque, La Meunerie, le comité de développement, le Comptoir St-Vrac, le champ de tir, le parc et l'école, les Semences d'étoiles, la Sage Maison, le journal et bien plus encore, vous êtes plusieurs à faire LA DIFFÉRENCE! Votre travail acharné se transforme en bénéfices tangibles pour notre communauté! C'est cette implication qui permet aux nombreux projets de vivre et qui fait notre force. BRAVO !!!

J'en profite aussi pour dire un gros merci à tous les bénévoles qui se sont impliqués à La Meunerie depuis maintenant 10 ans. Un bel exemple du résultat d'une motivation partagée et impliquée afin que la culture puisse briller de mille feux à Saint-Adrien. MERCI !!!

Je suis fière d'être Adriennoise!



Chère Coconut,
Comme nous sommes chanceux de
pouvoir compter sur ton énergie
hors du commun pour accompagner
nos enfants!
Merci pour tes mille idées, pour ton
cœur d'enfant si présent, pour tes
projets tellement trippants, pour ta
disponibilité et surtout pour la magie
que tu crées chaque jour pour eux.

Avec énormément de gratitude
Émilie Desharnais

Félicitations à notre band local
adoré "**Chaloupe**" pour avoir
récemment sorti son excellent
premier album!

On vous aime, pis on est une
méchante gang dans votre
chaloupe!

Votre fan club



J'aimerais remercier le comité
MADA (Municipalité Amis des
Aînés) en les personnes de
Jean-Marie Dubois, Henriette
Gagné, Céline Fréchette, Lorraine
Blain, Aimée Côté, Claude Dupont
et Léa Brillant pour le beau travail
accompli.

Pauline Dumoulin

Merci aux grands humains qui gravitent autour des
petits humains Semences d'étoiles pour former une
belle constellation. Nos jeunes sauvages sont
chanceux d'avoir la possibilité d'explorer librement
la nature et de créer des liens entre eux en votre
bienveillante compagnie. Merci d'avoir démarré
puis nourri ce projet, c'est précieux!

Clémence

NOUVELLES DE VOTRE COMITÉ DE DÉVELOPPEMENT

Jean-Pierre Chapleau, Président du Comité de développement

La vraie nature du Comité de développement

Traditionnellement, les corporations de développement sont dédiées surtout au développement économique de leur ville ou de leur village. Votre comité de développement rompt avec cette tradition pour se consacrer essentiellement à l'épanouissement de notre vie communautaire. C'est là notre grande priorité, conformément à nos énoncés de mission et de vision.

Malheureusement, notre nom ne reflète pas bien la mission que nous nous sommes donnée, ce qui peut parfois générer certaines perceptions erronées. Pour ce qui est du développement de l'économie, d'autres instances, surtout régionales, sont là pour y voir, et avec des moyens que nous, n'avons pas.

Notre mission

Faciliter l'émergence et la réalisation des initiatives de développement par et pour la communauté de Saint-Adrien.

Notre vision

Le Comité porte la vision d'une collectivité adriennaise de gens sains, heureux et créatifs, collaborant harmonieusement au sein d'une micro-société humaine, multigénérationnelle, ouverte et écologique.

Fonds d'aide au développement communautaire de Saint-Adrien se refait une beauté

Dans cette foulée, nous avons récemment précisé les objectifs de notre Fonds d'aide au développement communautaire. Nous avons aussi apporté certains assouplissements, notamment pour permettre le finance-

ment de projets ou activités déjà en cours dans le but de les consolider. Le document explicatif du Fonds a donc été adapté pour refléter ces changements. Vous pouvez le consulter en accédant à la page du Comité de développement sur le site web de la Municipalité. Quelques modifications ont aussi été apportées au formulaire de demande.

Bientôt des agoras publiques

Nous annonçons la création d'un programme d'agoras publiques pour permettre à la communauté de discuter des enjeux d'importance qui la concernent. Ce seront des occasions d'échanger, de réfléchir ensemble, de débattre, de faire émerger de nouvelles idées et probablement aussi des consensus. Nous nous penchons actuellement sur les modalités. La formule sera souple de façon à répondre le mieux possible aux différents besoins. Nous avons déjà certains thèmes en tête, mais nous serions heureux de recevoir vos suggestions !

ATELIERS À VENIR

Une révolution alimentaire pour une sécurité alimentaire

Ateliers pratiques de saison au jardin
et réflexions collectives

Quand : 10 juin, 12 août et 7 octobre
de 10h à 12h

Où : Jardin de Koan
1736 rang 7 Saint-Adrien

Gratuit

Le PDCN, c'est quoi ?

Ces derniers temps, vous voyez peut-être souvent mon nom apparaître sur votre écran ! C'est que je participe à l'organisation de nombreux événements à titre de coordinatrice du Plan de développement d'une communauté nourricière (PDCN) de Saint-Adrien. Mais le PDCN... c'est quoi au juste ?

- Le PDCN, c'est un plan d'action, c'est-à-dire une stratégie ou une série d'initiatives réalisée pour atteindre un objectif. L'objectif de notre communauté nourricière, c'est de renforcer un système alimentaire local et de le mettre en valeur. **En gros, on réalise des actions pour mieux manger chez nous !**
- Le PDCN, c'est une démarche proposée par le ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec (MAPAQ). Fidèle à nous-même, en tant que communauté innovante, Saint-Adrien est l'une des premières municipalités à avoir répondu à l'appel lorsque le programme d'appui pour l'élaboration d'un PDCN a été lancé.
- Le PDCN, c'est le résultat d'une initiative du Comité de développement soutenue par la Municipalité de Saint-Adrien. Il a été créé grâce à de nombreuses consultations. Les agriculteurs, transformateurs et distributeurs professionnels comme les citoyens jardiniers amateurs ont été consultés ! Ces échanges ont permis de dresser le portrait de notre réalité agroalimentaire locale. Le PDCN comprend donc

un état de notre situation alimentaire et présente des ingrédients clés pour l'améliorer.

Le portrait alimentaire de Saint-Adrien et notre plan d'action sont disponibles sur le site web de la Municipalité sous l'onglet « L'agroalimentaire de proximité ».

Quelles sont les actions réalisées ?

Notre plan d'action touche des enjeux très diversifiés : politiques, réglementaires, communautaires, territoriaux, production, mise en marché, transformation, etc.



Légende de l'image : Atelier culinaire sur le thème de l'oeuf offert par Samuel Thibault dans le cadre du projet alimentaire à l'école Notre-Dame-de-Lourdes.

Depuis septembre dernier, une politique nourricière a été adoptée par la Municipalité, qui consacre désormais une partie de son budget au soutien d'initiatives du milieu en lien avec le nourricier. Une subvention a été décrochée pour garnir notre bibliothèque municipale de manuels, guides pratiques et essais sur l'alimentation de proximité. De nombreux événements rassembleurs et ateliers pratiques ont été organisés : le Marché de Noël de Saint-Adrien, les Festivités printanières des Sources, la Fête du printemps de Saint-Adrien... Et d'autres sont en cours d'élaboration ! L'école primaire a été équipée de tout le matériel nécessaire pour accueillir des ateliers culinaires et pouvoir bénéficier d'une offre de repas chaud. Nous participons également à de nombreuses discussions et créons des opportunités de réflexion entre les acteurs locaux et les instances régionales pour identifier les opportunités et les enjeux liés à l'alimentation, puis développer collectivement des pistes pour renforcer notre système alimentaire !



Légende de l'image : Atelier sur la greffe d'arbres fruitiers offert dans le cadre des Festivités printanières des Sources.

LA MEUNERIE A 10 ANS !



Le 1er juillet dès 15h, venez nous rejoindre en famille pour célébrer la fête du Canada et les 10 ans de La Meunerie. Un grand moment de partage pour souligner la diversité de notre culture et notre organisme communautaire du village.

La Meunerie 

ÉVÉNEMENTS À VENIR

2 juin, 20 h - Talent Chaud spécial Masq'AlOFF

Pour cette édition en temps de *Festival Masq'Alors*, nous vous proposons un spécial **MASCARADE!** Portez votre plus beau masque pour l'occasion! Animation de la charmante Brigitte Charpentier. Vous avez envie de participer? Inscrivez-vous au contact@lameunerie.org. 8 \$ en prévente ou 15 \$ à la porte, gratuit pour les 14 ans et moins.

17 juin, 16h - L'Abrakabaret avec Ska Sound System - au BEAM

La Meunerie est fière de collaborer à cet événement exceptionnel qu'est l'Abrakabaret. Ateliers, animation, kiosques, musique, body painting, peinture collective, nourriture et plus encore. Batucadham et Tiguidou Braziou (percussions brésiliennes). La Chorale Dudilid'ham sera bien sûr à l'honneur! Nous accueillerons le groupe Ska Sound System, il y aura de la danse de feu ainsi qu'un DJ pour nous faire danser! La fête de l'année au village, vous ne voulez pas manquer ça!

Chaque année, les profits de l'Abrakabaret sont versés à un organisme communautaire pour donner un coup de pouce à des projets extraordinaires... Cette année, on encourage le Projet 1606, en contribuant au financement de la rénovation du parvis de l'église.

23 Juin - Fête nationale - au Parc Serge Picard

En collaboration avec le comité des loisirs de Saint-Adrien

Les Terrasses musicales sont de retour!

Notre terrasse s'ouvre à vous toutes les deux semaines en cette saison estivale! Les spectacles sont gratuits, venez en famille et apportez vos amis. Nous offrons le service de bar et de restauration sur place.

1er juillet, 17h à 20h - Terrasse musicale
SPÉCIAL Fête du Canada

15 juillet, 17h à 20h - Terrasse musicale
Philippe Routhier

29 juillet, 17h à 20h - Terrasse musicale
Good Fellows

12 août, 17h à 20h - Terrasse musicale
Véro et Pium

26 août, 17h à 20h - Terrasse musicale
Sitka





Nous entamons déjà notre troisième saison comme propriétaire de la bleuetière Le champ bleu. Nous voulons prendre un moment pour vous remercier de votre présence, de vos visites et de vos encouragements! Un merci spécial à M. et Mme Auger qui continue de nous conseiller et d'être présents pour nous!

Embauche de cueilleurs pour l'été : Nous sommes heureux de sentir l'engouement des jeunes (et des moins jeunes!) pour venir cueillir de manière rémunérée! C'est un travail bien apprécié, nous permettant d'avoir un kiosque bien garni et des réserves pour l'hiver. Cette année, nous exigeons un minimum de 11 ans pour venir travailler sans être accompagné d'un adulte. Tous les jeunes de 14 ans et moins doivent avoir une autorisation écrite de leurs parents ou tuteurs légaux. Nous suivons également les nouvelles quant au projet de loi 19. Pour les intéressés, vous n'avez qu'à venir nous rendre visite dans nos heures d'ouverture une fois la saison entamée.

Un peu de nouveauté : Suite à nos essais de l'an passé, nous nous sommes lancés dans la production de nos Pop d'ici ce printemps, un dessert glacé crémeux à base de produits locaux! Ils sont donc déjà disponibles au Comptoir St-Vrac et autres boutiques environnantes et nous serons également au marché d'été pour vous les présenter!

Le champ déjà taillé et tondu, on attend avec hâte de vous revoir cet été! Retrouvez-nous au bout de la rue Dubois dans le village de Saint-Adrien. Bon été à tous et à bientôt!

Gaël Noah Edison et Emilie



Permis de construction et de rénovation

Besoin pas besoin?

Avec le printemps, arrive la période de pointe pour les constructions et les rénovations. Un rappel des règlements et de leurs objectifs se justifie.

Les règlements relatifs aux constructions et rénovations de la municipalité de Saint-Adrien ont pour objectif de promouvoir le bien-être et la sécurité sur l'ensemble du territoire, en fixant des normes et des règles pour l'édification, la transformation, la reconstruction, la rénovation, la démolition, l'enlèvement, le déplacement de toute construction ou partie de construction, de manière à en assurer les qualités essentielles souhaitables.

Comme les règlements sont complexes et ne peuvent se résumer en quelques lignes, il est important de mentionner que pour toutes interventions il serait bon de prévoir une rencontre avec votre officier municipal en bâtiment et environnement.

Dans le doute, prenez pour acquis que tous travaux et activités doivent être déclarés et réalisés en conformité avec notre réglementation, donc informez-vous.

Travaux effectués sans permis et pénalités

Une légende urbaine veut que, des travaux effectués sans permis ne sont pas détectables après la fin des travaux et qu'aucune sanction ne peut plus être imposée.

La réalité c'est qu'à Saint-Adrien, une tolérance s'était établie, la Municipalité ne donnait pas suite au phénomène des travaux sans permis. Toute bonne chose a une fin.

Maintenant, la volonté du conseil est d'appliquer le règlement, et de pénaliser les propriétaires d'immeuble qui auront effectué des travaux sans permis. Ce qui signifie, que dès qu'un contrevenant sera détecté, la pénalité prescrite au règlement sera appliquée. Nous tenons également à vous informer que cette année est celle de la tournée générale des évaluateurs, qui visiteront toutes les résidences de la Municipalité. Suite à cette

opération, un rapport qui contiendra toutes modifications aux immeubles de notre territoire nous sera remis.

Avant que nous ayons en main ce rapport, si vous avez effectué une construction, une rénovation ou tout autre travail du genre sans permis, vous pouvez venir nous rencontrer et nous vous émettrons un permis sans autre condition.

Par contre, après la réception de la mise à jour des dossiers d'évaluation, toutes les constructions, rénovations et autres qui nécessitent un permis, qui auront été détectés par nos évaluateurs, feront l'objet de constat d'infraction, et ce, de façon systématique.

Prévaliez-vous de cette opportunité de vous conformer, et évitez ainsi des amendes sévères inutiles.

Nouveaux tarifs pour les permis et certificats

Le conseil municipal a adopté de nouveaux tarifs pour l'émission des permis et certificats. Rappelons que ceux-ci n'avaient pas été indexés depuis une quinzaine d'années, cependant ces tarifs ont été augmentés de façon minimale.

Pour plus d'information sur cet ajustement des tarifs relatifs aux permis et certificats, vous pouvez communiquer avec l'officier municipal tous les jeudis entre 9h et 16h.

Formulation des plaintes

Nous tenons à vous rappeler que lorsque vous désirez faire une plainte en vertu d'un règlement municipal, cette plainte doit être faite par écrit et signée.

Aucune plainte ne sera traitée si ces conditions ne sont pas réunies.

Chiens en liberté, médaille et devoir de maîtres

Nous devons faire un rappel concernant les chiens qui se retrouvent en liberté sans être sous la surveillance de leurs maîtres. En tout temps, les chiens doivent être sous le contrôle de leurs gardiens ou d'une personne adulte et responsable.

Cette obligation est valable dans le périmètre urbain comme dans nos rangs de campagne. Des pénalités sont prévues au règlement contre tout gardien qui contreviendrait à cette règle. Nous vous rappelons également que les chiens doivent obligatoirement être médaillés et que cette médaille doit être portée au collier du chien en permanence.

Nuisances et abris temporaires

Le printemps arrive à grand pas et pour plusieurs le temps du grand ménage aussi. De façon générale, les résidents de la Municipalité entretiennent leurs propriétés avec fierté.

Toutefois, à l'occasion on peut voir ici et là, certains immeubles négligés, des nuisances visibles, des terrains mal entretenus et des abris temporaires encore montés après le 1er mai. En cette période de l'année il devient donc important de rappeler à la population que des règlements régissent ces négligences (nuisances au sens du règlement).

On entend par nuisance, toute matière malpropre ou nuisible qui affecte l'environnement ou la qualité de vie des résidents d'un secteur donné. Entrent également dans cette définition les traineries constituées de résidus solides, liquides ou gazeux provenant d'activités résidentielles, industrielles, commerciales ou agricoles laissées au regard de tous et qui déguisent l'aspect de propreté du village.

Pour ce qui est des abris temporaires ou garage de toile (blanc, brun ou jaune, un abri temporaire peu importe sa grandeur sa couleur ou sa conception reste un abri temporaire), ils sont autorisés à partir du 15 octobre mais doivent être enlevés au 1er mai (structure incluse).

Déroger à ces règles peut entraîner des pénalités minimales de 200 \$ et pouvant atteindre 3000 \$. Malgré tout, la Municipalité croit que les sentiments de fierté et d'appartenance de chacun, feront en sorte que le présent rappel sera le seul nécessaire. Tous ensemble pour une qualité de vie exceptionnelle; oui nous y croyons.

Le conseil municipal, la direction et ses employés vous souhaitent un bon printemps et un été fantastique.

Bryan St Laurent

Officier en bâtiment et environnement

Comment privilégier une habitation saine

L'été c'est la saison de la pastèque, de la plage et du barbecue; nous pouvons finalement marcher pieds nus dans la maison et laisser les fenêtres ouvertes. C'est aussi la saison de microbes et de bactéries qui pénètrent dans la maison.

La meilleure façon de protéger votre domicile des microbes, toxines et produits chimiques est de les empêcher d'entrer en premier lieu.

1. Poussière

La poussière est une toxine silencieuse, mais dangereuse, qui infiltre votre habitation. La poussière peut provoquer des allergies et troubles respiratoires. En outre, la poussière aggrave les allergies et le rhume des foins. La meilleure façon d'empêcher l'accumulation de la poussière c'est de passer l'aspirateur toutes les semaines, même si votre domicile n'a pas l'air poussiéreux. N'oubliez pas de nettoyer le sac/filtre de l'aspirateur chaque fois que vous l'utilisez et privilégiez un aspirateur avec une succion forte.

2. Pesticides

La mauvaise herbe est la bête noire de tout jardinier, mais les produits chimiques toxiques ne sont pas la solution pour combattre cette nuisance. Vous pouvez faire un pesticide naturel en mélangeant un gallon de vinaigre blanc, une tasse de sel blanc et une cuillerée à soupe de liquide vaisselle. Arrosez votre herbe de ce mélange et continuez à désherber le terrain. Résultat : votre jardin fleurira en un rien de temps!

3. Produits de nettoyage naturels

Vous pouvez introduire des produits chimiques toxiques dans votre domicile sans le savoir, à l'aide de certains produits de nettoyage. Vous pouvez éviter cela en remplaçant les produits de nettoyage corrosifs par des produits naturels. Vous pouvez faire ces produits de nettoyage naturels chez vous ou les acheter au supermarché.

4. Accumulation de la moisissure

La moisissure est un problème ménager qui peut se transformer en un danger pour la santé si vous ne la traitez pas comme il faut. La moisissure s'accumule dans des bâtiments humides et mal aérés, typiquement dans des salles de bain ou autour des évier. La moisissure peut nuire à vos poumons et peut provoquer l'inflammation des voies respiratoires. Le traitement de la moisissure dépend de la sévérité de l'accumulation. Vous pouvez empêcher l'accumulation de la moisissure en vous assurant que la salle de bain est bien aérée, en nettoyant régulièrement les rideaux de douche et en réparant immédiatement les tuyaux percés.

5. Plantes d'intérieur à la rescousse

Les plantes représentent une excellente solution pour purifier l'air de votre domicile, et elles font belle figure par-dessus le marché! Les plantes-araignées, l'Aloe Vera et les fleurs de lune sont d'excellentes plantes pour la purification de l'air.

GÎTE SUR L'ARC EN CIEL

Havre de paix

Dans les Cantons de l'Est à moins de 5 km du cœur du village
Saint-Adrien et 12 Km du Mont-Ham



Deux chambres

Salle de bain semi-privé et salle d'eau
Literie et paignoirs de qualité, produits bio

Établissement climatisé. WI-FI

Petit-déjeuner copieux

Peuvent être offerts en version sans gluten,
sans lactose, à faible teneur en F. O. D. M. A. P.

Sans supplément à votre facture

BBQ au gaz et/ou BBQ au charbon de bois

292670

Étang de baignade

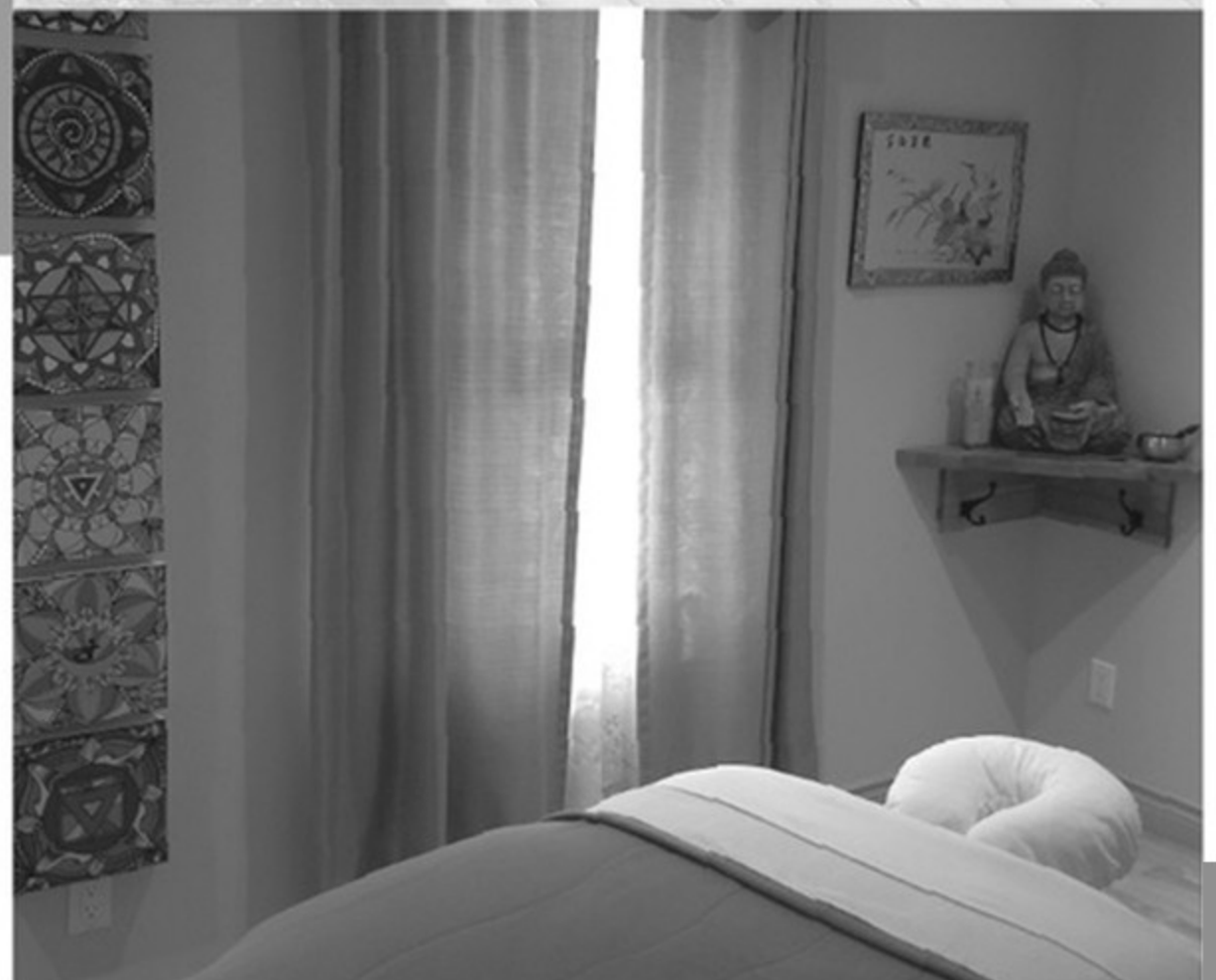
Filtres mécaniques et naturel

Quai au bout d'une petite grève accueillante
Espaces de repos avec hamacs et chaises longues

Feu de camp

Spa extérieur

Massothérapie sur place



Bienvenue au

GÎTE SUR L'ARC EN CIEL

facebook.com/gitesurlarcenciel

gitesurlarcenciel@outlook.com

(819) 286-8477 ou (819) 342-3007

Booking.com

Traveller Review Awards 2023

9,9
out of 10

Des nouvelles de la bibliothèque



De nouvelles étagères

Elles sont belles, elles sont grandes, certains disent même qu'elles sentent bon... avez-vous vu nos magnifiques nouvelles étagères réalisées par Pierre-Luc Harvey? Elles accueillent désormais l'ensemble des livres documentaires, c'est-à-dire tout ce qui n'entre pas dans la catégorie des romans : biographies, poésie, jardinage, développement personnel, politique, voyage, alouette. Les romans, quant à eux, peuvent désormais s'étaler dans l'espace gagné. Les rayonnages du bas, qu'il fallait consulter à plat ventre, c'est fini! Vous allez croire qu'il y a plein de nouveautés, mais c'est juste que tout a été déplacé!

Merci à la MRC des Sources et au comité de développement de Saint-Adrien pour le financement du projet, ainsi qu'à la FADOQ qui a accordé un montant à la bibliothèque cet été qui a permis de constituer la mise de fonds.

Cet espace de rangement gagné va être rempli très prochainement de beaux ouvrages en rapport avec la constitution de notre communauté nourricière... à suivre!

Le club de lecture

Le club de lecture de la bibliothèque de Saint-Adrien (avez-vous un nom à nous proposer?) a tenu sa deuxième réunion en avril autour du roman "Em" de Kim Thuy. Les participants ont échangé leurs impressions sur ce roman court mais intense.

Il a été convenu que la prochaine rencontre, qui aura lieu le 13 juin, concernera la littérature autochtone. Venez partager une lecture récente sur ce thème, parler de vos coups de cœur et écouter les autres afin de récolter des idées de lecture. Il n'est pas nécessaire de venir à toutes les réunions pour participer! Le tout se fait dans une ambiance décontractée - c'est juste un prétexte pour passer plus de temps à discuter de nos livres préférés.

Notre bibliothèque est ouverte grâce à une précieuse équipe bénévole. À travers les quelques questions qui suivent, apprenez à mieux connaître **Mélanie Gagnon**, qui vous accueille une fois par mois le jeudi soir.

Quel est ton marque-page?

Une photo de mes enfants souvent

Quel livre a marqué ton enfance?

La série Harry Potter

Quel personnage de livre aimerais-tu être?

Je n'en sais trop rien!

Comment choisis-tu tes livres?

Par la description à l'arrière et les références d'amies.

Quel est ton lieu favori pour lire?

Dans mon lit

As-tu besoin de silence pour lire?

Non

10 livres que tu as aimés :

1. série Harry Potter, JK Rowling
2. série Divergence, Veronica Roth
3. série After, Anna Todd
4. Un été dans la jungle, Chantale D'Amours
5. Un été au zoo, Chantale D'Amours
6. Côte-Blanche, Marie-Claude Charland
7. Fifty shades of Grey, EL James
8. La saga du Tigre, Colleen Houck
9. la série About love, Nadège Roy

Quelques acquisitions des derniers mois...

des romans historiques :

- La poussière du temps, tomes 1 à 4, Michel David
- Hélène de Champlain, tomes 1 et 2, Nicole Fyfe-Martel
- Les portes de Québec, tome 1, Jean-Pierre Charland

des romans québécois :

- La classe de Madame Valérie, François Blais
- La trajectoire de confettis, Marie-Eve Thuot

des romans jeunesse / ado, à saveur fantasy :

- Percy Jackson, tome 1 : Le voleur de foudre, Rick Riordan
- À la croisée des mondes, tomes 1 et 2, Philippe Pullman,
- La quête d'Ewilan, tome 1, Pierre Bottero

des essais :

- L'exode urbain : manifeste pour une ruralité positive, Claire Poirier
- L'humanité en péril, Fred Vargas





Ferme familiale de viandes aux pâturages
Le meilleur bœuf de la paroisse !

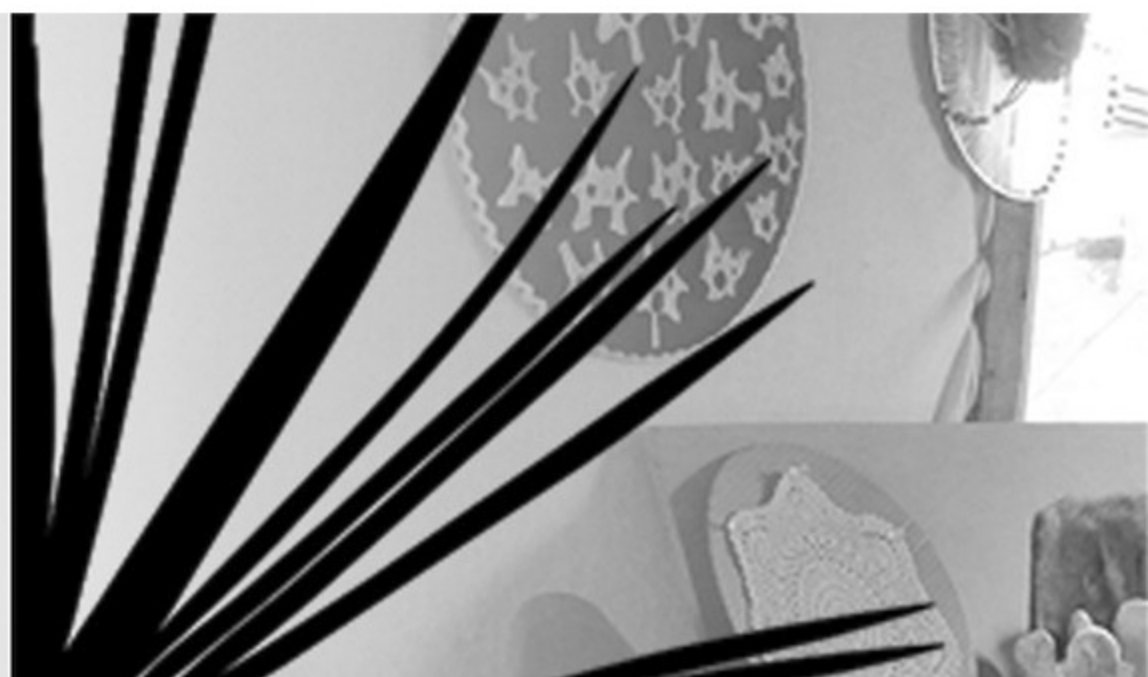
fermefp@hotmail.com
819-993-0067



Pour une deuxième année consécutive, **Le Court Circuit d'Art** vous offre la possibilité de visiter les ateliers d'une vingtaine d'artistes en arts visuels de la Région des Sources dans les Cantons-de-l'Est! Vous pouvez découvrir un éventail d'artistes talentueux, écouter leurs histoires et en apprendre plus sur leur processus créatif.

Rejoignez-nous pour une expérience inoubliable qui vous mettra en contact avec certaines des personnes les plus inspirantes de la communauté.

Suivez-nous sur Facebook: @artcourtcircuit
Pour informations: <https://courtcircuitdart.wordpress.com/>
Courriel: courtcircuitdart@gmail.com



Dates:

Samedi 19 août 2023, 11 h à 17 h
Dimanche 20 août 2023, 11 h à 17 h
Samedi 26 août 2023, 11 h à 17 h
Dimanche 27 août 2023, 11 h à 17 h

Lieux

Divers ateliers dans la MRC des Sources et les environs
Abonnez-vous à la page Le Court Circuit d'Art pour être au courant de la programmation détaillée!



CHRONIQUE DU BUREAU DE POSTE

-Par Marie-Soleil Jacques

L'été s'installe timidement avec l'arrivée du beau temps, ce qui s'accompagne pour certains d'entre vous d'un éventuel déménagement. Vous ne voulez pas manquer d'envois importants lors de cette transition ? Alors venez découvrir le service de réacheminement de courrier de Postes Canada. Ce service est offert pour une période de 4 mois ou de 12 mois, selon vos besoins. Pour plus d'informations sur ce service ou pour l'ensemble de nos produits et services, passez me voir au bureau ou consultez le site de postescanada.ca. Venez également découvrir nos nouveaux timbres colorés et variés, qui égayeront à merveille vos enveloppes.

*** Prenez note que le bureau de poste sera fermé :**

- Lundi 26 juin 2023 (Fête nationale du Québec, Saint-Jean-Baptiste)
- Lundi 3 juillet 2023 (Fête du Canada)

Voici un rappel de nos heures d'ouverture régulières :

Lundi: 09h - 11h / 12h30 - 16h30
Mardi au Vendredi: 09h - 11h / 13h - 16h30
Samedi & Dimanche: Fermé

Au plaisir de vous servir prochainement !
(819) 828-0235



Qu'est-ce qui se passe avec la Sage Maison?

On ne fait pas de bruit mais comme des petites fourmis on fait avancer le projet. Plus lent que souhaité, ce rythme nous permet de consolider notre vision, nos besoins et nos attentes du point de vue humain mais aussi du côté pratique et matériel.

Nous continuons de nourrir nos relations avec les responsables politiques des 2 niveaux gouvernementaux, de concert avec la MRC des Sources et avec notre Municipalité.

Aidés par notre accompagnatrice du GRT-Estrie (Groupe de Ressources Techniques) et soutenus par son expertise en Coopératives du logement, en Avril nous avons rencontré 2 firmes d'architecture expérimentées dans la construction écoresponsable. Nous sommes dans l'attente de leurs soumissions d'offres de services pour faire un choix selon nos moyens financiers. Ceux-ci dépendront en grande partie des réponses à nos demandes de subventions tant au niveau provincial que fédéral.

Offertes par la Fédération des Coops de l'Estrie, notre équipe a suivi deux formations ayant comme sujets : la vie dans une Coopérative 101 et la Communication consciente (non-violente). Fin Janvier, un membre a quitté le CA. Dans les prochains mois nous compléterons notre équipe de fondation avec 3 nouveaux membres.

Notre but depuis le début du projet est de s'engager dans une vision de solidarité entre les futurs locataires de la Coop mais aussi avec l'ensemble des générations qui vivent dans notre Municipalité, pour bâtir avec notre cœur un lieu de vie communautaire et rempli de santé où il fera bon vivre.

À bientôt, *Lucie Benoit* pour la Sage Maison.

ACTIVITÉS :

L'été est à nos portes et nous allons expérimenter tous les mercredis à partir du 28 juin jusqu'au 30 août au Parc Serge Picard des activités pour vous chers membres, mais aussi pour toute personne qui veut se joindre à nous.

Venez vous amuser tout en socialisant. Vous n'êtes pas intéressé à jouer, venez quand même nous rencontrer pour jaser, nous encourager ou même relaxer en bonne compagnie tout en en prenant de l'air.

Si le beau temps est au rendez-vous les mercredis, des gens vous accueilleront en avant-midi à partir de 9h30 le matin pour jouer soit à la pétanque ou aux fers ou même aux washer-rondelle. Pour ceux et celles qui veulent expérimenter le pickleball pourront le faire sur la patinoire. Dépendant de la demande, cela pourra continuer dans la journée (moi j'aime mieux le matin, moins chaud, mais pour d'autres c'est en après-midi).

Être membre de la Fadoq c'est :

On veille au grain, on vous défend et on vous représente face aux décideurs. On trouve de nouveaux moyens pour briser l'isolement, on vous offre des activités et ce même à distance. On négocie des partenariats avantageux et on vous permet de faire des économies grâce à une multitude de rabais (plus de 1000). Prenez l'habitude de présenter votre carte, on ne sait jamais.

On vous informe et on vous conseille par le biais du magazine Virage, par des programmes et par des ressources de plusieurs plateformes numériques dont l'infolettre et bien plus.

TROIS (3) MANIÈRES D'ÊTRE MEMBRE DE LA

FADOQ : La cotisation pour un membre régulier ou conjoint est de \$25.00 pour un an ou de \$ 45,00 pour deux ans.

Membres individuels ou réguliers :

Vous avez 50 ans et plus : en vous inscrivant au club de votre choix (j'espère que ce sera celui de St-Adrien) vous devenez membre et vous allez recevoir une carte du regroupement régional affilié et du Réseau Fadoq.

Membres conjoints :

Toute personne physique qui a moins de 50 ans et dont le conjoint ou la conjointe est un membre individuel de la Fadoq peut recevoir, en payant sa cotisation, sa carte de membre conjoint. (Exemple : votre époux a 50 et + et est membre régulier, mais comme conjointe vous avez 46 ans, vous pouvez demander une carte conjointe en payant vous aussi votre cotisation). Cela vous donne les mêmes privilèges qu'un régulier sauf pour voter à l'AGA.

Membres amis :

Toute personne physique qui n'est pas une personne de 50 ans et plus et qui ne peut être membre conjoint. Vous devez compléter le formulaire d'adhésion (voir avec le club) et vous payez une cotisation annuelle de \$ 10.00. Cette carte est valide pour les activités seulement.

ANNONCES :

Soins dentaires :

Avoir une bouche en santé, c'est possible même avec un budget serré. La Clinique Dentaire Communautaire de Val-des-Sources offre aux familles ou à une personne seule qui a des revenus modestes des services adaptés à votre budget.

Appelez pour connaître les critères d'admissibilité, ils se feront un plaisir de vous renseigner. Vous pouvez les rejoindre au 819-879-7158 poste : 39606. Osez les appeler, c'est peut-être pour vous.

Popotes roulantes ou services alimentaires :

Nous savons tous que présentement, des gens vivent des moments difficiles avec l'inflation et cela concerne aussi des gens dans notre village. Ce n'est pas facile souvent de demander de l'aide mais ne vous gênez pas pour le faire. Le Centre d'Action Bénévoles à Val des Sources est un des organismes qui peut vous aider. 819-879-6333.

En dernier recours :

Vous ne vous sentez pas à l'aise de les rejoindre, n'hésitez pas à me contacter et je vais essayer de faire quelque chose pour vous. Pauline : 819-286-8880.

Nous vous souhaitons un bel été et nous espérons avoir le plaisir de vous voir au parc les mercredis.

Le Conseil d'Administration du Club Fadoq de St-Adrien :

*Jeannine Picard
Aimée Côté
Céline Fréchette
Madeleine Bergeron
Pauline Dumoulin
Gaétan Larivée*



Crédit photo: Jean-Pierre Chapleau



Club FADOQ ST-ADRIEN
Pauline Dumoulin 286 8860

Qui sommes-nous ?

Le Réseau québécois **FADOQ** est le plus grand organisme d'aînés au Canada, avec près de 525 000 membres, 701 clubs, 16 regroupements régionaux et près de 4 700 administrateurs bénévoles. Fort d'une longue et fructueuse tradition d'un demi-siècle, il demeure bien de son temps et est plus que jamais un joueur indispensable sur l'échiquier d'un Québec à la population vieillissante.

Notre mission : Rassembler et représenter les personnes de 50 ans et plus dans le but de conserver et d'améliorer leur qualité de vie. Le Réseau défend et fait la promotion de leurs droits collectifs, valorise leur apport dans la société et les soutient par des programmes, services et activités, notamment en loisir, culture, sport et plein air. Nous sommes là pour vous. Rejoignez votre club en prenant votre carte de membres.

Par le biais du journal local Adriennois nous vous ferons rapport des activités et développement concernant la **FADOQ**. Une première nouveauté est notre partenariat avec le **COMPTOIR ST-VRAC** qui vous permet d'économiser encore plus sur vos achats. Le 3 novembre dernier, avait lieu une porte ouverte, pour faire découvrir l'épicerie et discuter avec les résidents tout en prenant un café, thé et biscuits servis gracieusement. Quoi de mieux qu'une journée portes ouvertes pour démystifier le concept de l'épicerie participative et le fonctionnement de l'achat en vrac!

En tout temps les membres FADOQ ont droit à ce privilège.

- ✓ 50% de rabais sur l'adhésion annuelle du Comptoir St-Vrac.
- ✓ 10% de rabais supplémentaires sur vos achats en magasin chaque jeudi.



Je fais de la peinture depuis environ soixante ans.
J'ai une collection de toiles à vendre **pour aider l'Ukraine** en donnant 50% de mes profits!

Bien à vous, *Gilles Hervieux*

5250, route 257 Saint-Adrien
Tél.: 819 828-2326

PAROISSE COEUR-IMMACULÉ-DE-MARIE WOTTON-SAINT-ADRIEN

Par Pierrette Poirier

Chapelle Saint-Antoine (St-Camille)

Avec l'arrivée de la saison estivale, commence la neuvaine à saint Antoine. Celle-ci commence autour de sa fête (13 juin) et se poursuit pendant 9 mardis consécutifs à compter de 19h00. Comme d'habitude, l'exercice se déroule en trois temps : d'abord, court historique sur la vie de saint Antoine; cette année, nous parcourons l'itinéraire des villes où il a exercé son ministère. Ensuite, nous récitons le chapelet de saint Antoine entrecoupé d'intentions de prière, puis commence la célébration eucharistique avec un prêtre différent chaque semaine. Voici donc le programme de cette neuvaine «Sur les pas de saint Antoine».

CALENDRIER DE LA NEUVAINES À SAINT ANTOINE, ÉDITION 2023

Sur les pas de saint Antoine : En route vers une Église synodale

DATES	CÉLÉBRANTS
13 JUIN	Mgr Luc Cyr
20 juin	Clément Croteau
27 juin	Michel-André Chénard
4 juillet	Patrick Côté
11 juillet	Jean-Claude Demers
18 juillet	Steve Lemay
25 juillet	Louis-Philippe Provost
1er août	Mario Boivin
8 août	Gilles Baril

RABAIS SUR L'ABONNEMENT ANNUEL POUR LES RÉSIDENTS DE LA MRC DES SOURCES.

FAMILIAL: 75\$ INDIVIDUEL: 55\$



PARC RÉGIONAL DU

Mont-Ham

HÉBERGEMENTS DISPONIBLES

Camps rustiques, tentes prospecteurs,
tipis, espaces tente

CAMPING AU SOMMET

Activité organisée
Calendrier sur le site web.

AVEC MON CHIEN

Dernier week-end de chaque mois
Calendrier sur le site Web.



360 DEGRÉS DE DÉCOUVERTES DANS VOTRE COUR ARRIÈRE!

Informations et réservations au montham.ca

SOYEZ FIER DE VOTRE MONTAGNE!

MOVMAN

Les muscles avant les moteurs

Par MovMan. « N'arrêtez jamais de bouger! »

Je me promenais ce printemps sur une piste cyclable ceinturant un lac : soleil radieux, ciel immaculé, température idéale — même pour les *chialeux* —, la nature qui nous redonne de l'énergie. Soudain, je me fais dépasser par : un quadriporteur modifié tout équipé, une petite moto électrique aux limites de la légalité, deux cyclistes n'ayant apparemment *pas besoin* de pédaler et trois enfants à trottinettes, le doigt sur la gâchette. Sacrebleu! Quel affront à ma devise!

Quand je vois tous ces jeunes qui déambulent sur des bidules à moteur, je ne peux m'empêcher de me demander à *quel moment* ils auront l'occasion de bouger. Si l'on en retire la nécessité, on aura beau leur répéter l'importance de l'activité physique, ils feront comme les adultes : ils choisiront la facilité.

Nous atteignons un point où nous pouvons tout accomplir sans le moindre effort. Une mince couche de neige dans l'entrée? On sort la souffleuse. Des feuilles d'arbre au sol à l'automne? On sort le souffleur. Une vingtaine de marches à gravir? On sort le souffle court!

Nos ancêtres auraient été fort envieux de nos prouesses technologiques... jusqu'à ce qu'ils constatent notre niveau de décrépitude physique. Nous semblons vivre dans un monde de science-fiction, celui de *Wall-E*, où les humains obèses affalés en permanence sur des chaises flottantes à consommer du divertissement oublient même comment se tenir debout.

Notre corps est conçu pour bouger et on en subit éventuellement les conséquences lorsqu'on le prive de cette nécessité. Oui, il est possible de se blesser en pelletant de la neige ou en soulevant des roches. Oui, les machines peuvent réduire ces risques en effectuant le dur labeur à notre place... Malheureusement, on ne fait que retarder le problème. C'est la spirale du déconditionnement : moins on exécute les mouvements, moins on les maîtrise, plus on devient craintif et plus on les évite...

« Mais *MovMan*, c'est facile à dire pour toi qui semble jeune et en forme! » Or, je suis allé aider un ami de la septième décennie à fendre et corder du bois pour son chauffage principal tout récemment. Quelle ne fut pas ma surprise lorsque j'ai réalisé qu'il n'utilisait qu'une hache — et son *Tantien*, pour les connaisseurs de tai-chi! Son mouvement est précis, sa technique est fluide. Non seulement ne se blesse-t-il pas, mais il garde la forme, le moral, le mental et la connexion!

Le père d'un bon ami est un averse golfeur-marcheur : il peut jouer trente-six trous dans la même journée... sans voiturette électrique! Né avec les pieds bots (déformés), opéré à un très jeune âge, on se serait attendu à ce qu'il soit limité. On aurait compris qu'il choisisse la commodité. Mais il préfère marcher... Sa svelte silhouette détonne par ailleurs de nombreux golfeurs qui arborent le pneu ventral avec une étonnante indifférence.

Chacun souhaite conserver un corps capable d'accomplir sans douleur les nécessités du quotidien. Or, le culte de la facilité réduit sans cesse la nature même de ce qui est requis. On ne s'aperçoit que trop tard que notre physique s'est adapté à cette nouvelle normalité. Il est donc essentiel de réintégrer de la *difficulté*, de l'inconfort dans nos vies. C'est une question de choix, celui des *muscles avant les moteurs*.





Chronique d'une MPcurienne

-Par Marie-Pier Therrien

Vous le savez, je suis blette, alors comme d'habitude, je vais faire comme ces blogs culinaires fatigants qui font beaucoup trop de bla-bla avant d'en arriver aux faits (la recette) et vous raconter la petite histoire de cette recette! Facebook m'a récemment rappelée qu'en avril 2015, j'avais fait un gâteau à ma très chère amie Émilie Desharnais pour célébrer son anniversaire. Étant donné ma formation en cuisine et ma passion pour la pâtisserie, j'avais eu la commande de lui faire un gâteau au fromage, et j'avais laissé libre cours à ma créativité. Ça s'est avéré tellement délicieux, que non seulement le gâteau s'est mangé en un temps record, mais j'ai eu beaucoup de demandes pour avoir la recette. Ah, et aussi, j'avais des amis Keto, alors le gâteau est **SANS-GLUTEN**.

Cheesecake érable & pacanes *sans gluten*

*****Avertissement, ça n'est pas une petite recette simple, c'est un mini-peu complexe et long à faire, mais ça vaut le coup, croyez-moi!**

Ingédients

Pacanes grillées à l'érable

- 2 tasses de pacanes
- Environ ½ tasse de sirop d'érable

Croûte

- ½ tasse des pacanes grillées à l'érable
- 1 tasse d'amandes en poudre
- ¼ tasse de beurre fondu
- 1 œuf
- 3 c. à soupe de cassonade

Mélange fromage

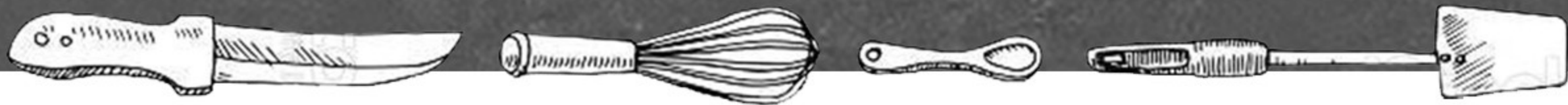
- 4 paquets de fromage à la crème (250 g chacun) ramolli
- 1 ¼ tasses de sucre
- 4 œufs
- 2/3 tasse de crème sûre
- 1 ½ c. à thé de vanille

Sauce à l'érable

- ½ tasse de sirop d'érable
- ½ tasse de crème 35%
- 1 c. à thé de fécule de maïs

Crème fouettée à l'érable

- 1 tasse de crème à fouetter 35%
- 1/8 tasse de sirop d'érable



Méthode:

- Mélanger les pacanes avec le sirop d'érable et étendre sur une plaque à cuisson garnie de papier parchemin. Cuire au four à 350°F environ 5-7 minutes en vérifiant souvent, ça brûle rapidement si on n'y prête pas attention!

- Au robot, broyer les pacanes avec la cassonade. Ajouter le beurre, l'œuf et la poudre d'amandes et broyer jusqu'à l'apparence d'une pâte. Beurrer un moule à charnières (9-10po) et étendre dans le fond avec les doigts (je sais, ça colle et c'est chiant, mais c'est bon!). Cuire au four pendant environ 15 minutes, sortir lorsque la croûte est semi-dorée.

- Battre au malaxeur le fromage avec le sucre, ajouter un à un les œufs toujours en mélangeant, puis la crème sûre et la vanille. Verser le mélange dans le moule à charnière une fois la croûte cuite et enfourner pendant une bonne heure, puis sortir lorsque le gâteau est doré et que le mélange ne semble plus liquide. Laisser refroidir avant de gratter le contour et démouler. Mettre au réfrigérateur quelques heures.

- Pour la sauce à l'érable, mettre les ingrédients dans une casserole, amener à ébullition en fouettant et bouillir pendant 30 secondes (jusqu'à épaississement). Retirer du feu.

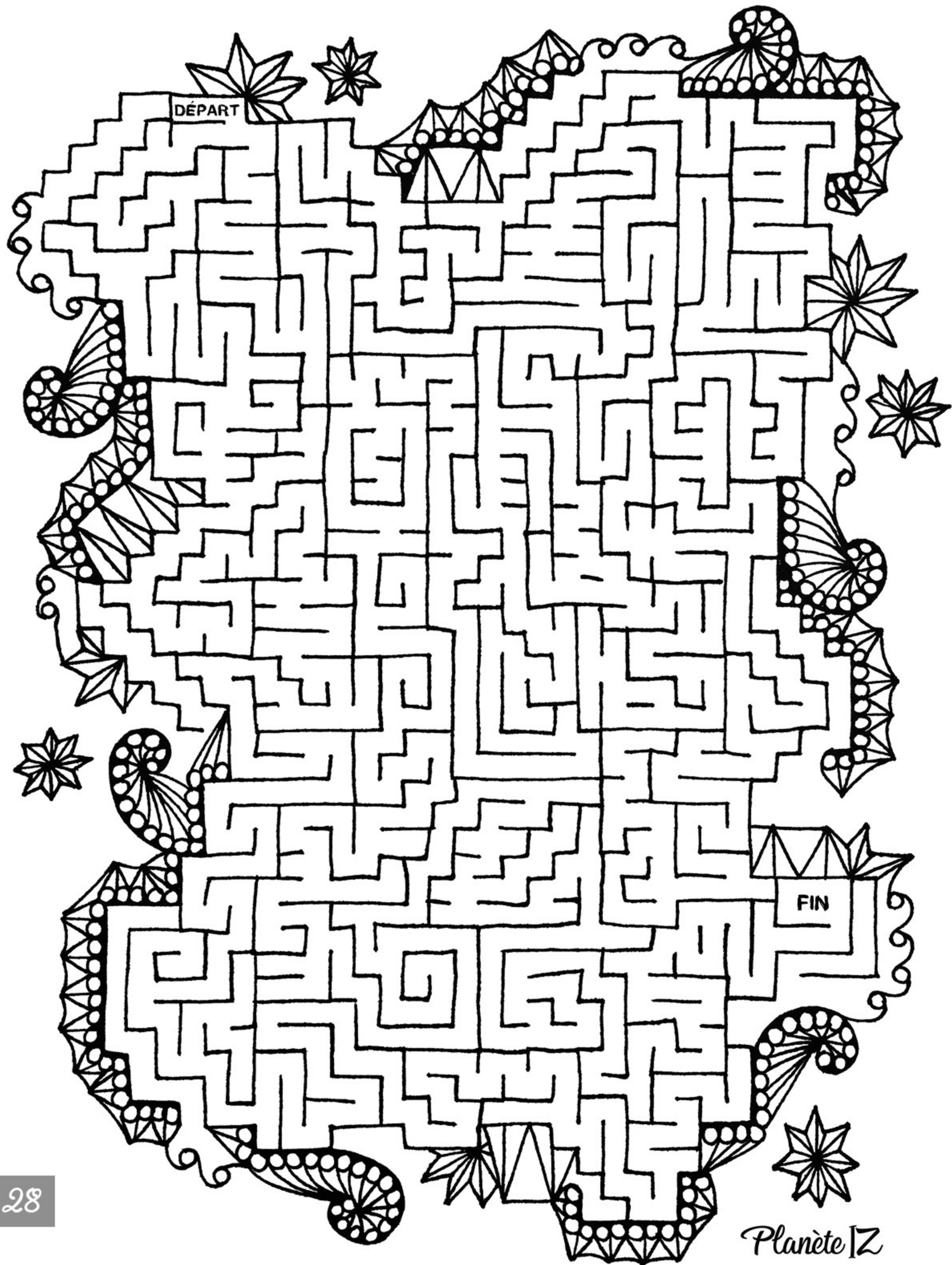
- Le gâteau au fromage refroidi fait toujours un creux au centre, j'ai donc décidé de cacher ce défaut en y versant la sauce à l'érable. J'ai ensuite disposé des pacanes à l'érable tout autour, encerclant la cavité remplie par la sauce (j'ai fait cela parce que c'était un gâteau d'anniversaire et que j'avais à écrire dessus, vous pouvez disposer les pacanes autrement si ce n'est pas le cas, selon votre fantaisie!)

- Fouetter la crème, lorsqu'elle commence à prendre, verser le sirop d'érable. Une fois bien montée, appliquer de la crème tout autour du gâteau sur les parois extérieures, pas besoin de faire ça parfait, puisque c'est caché par la suite par les pacanes. Ensuite, mettre de la crème dans une poche à pâtisserie avec une douille cannelée (j'ai pris la grande douille cannelée) et faire des motifs sur le pourtour du gâteau (cette étape n'est pas obligatoire, c'est juste pour le look).

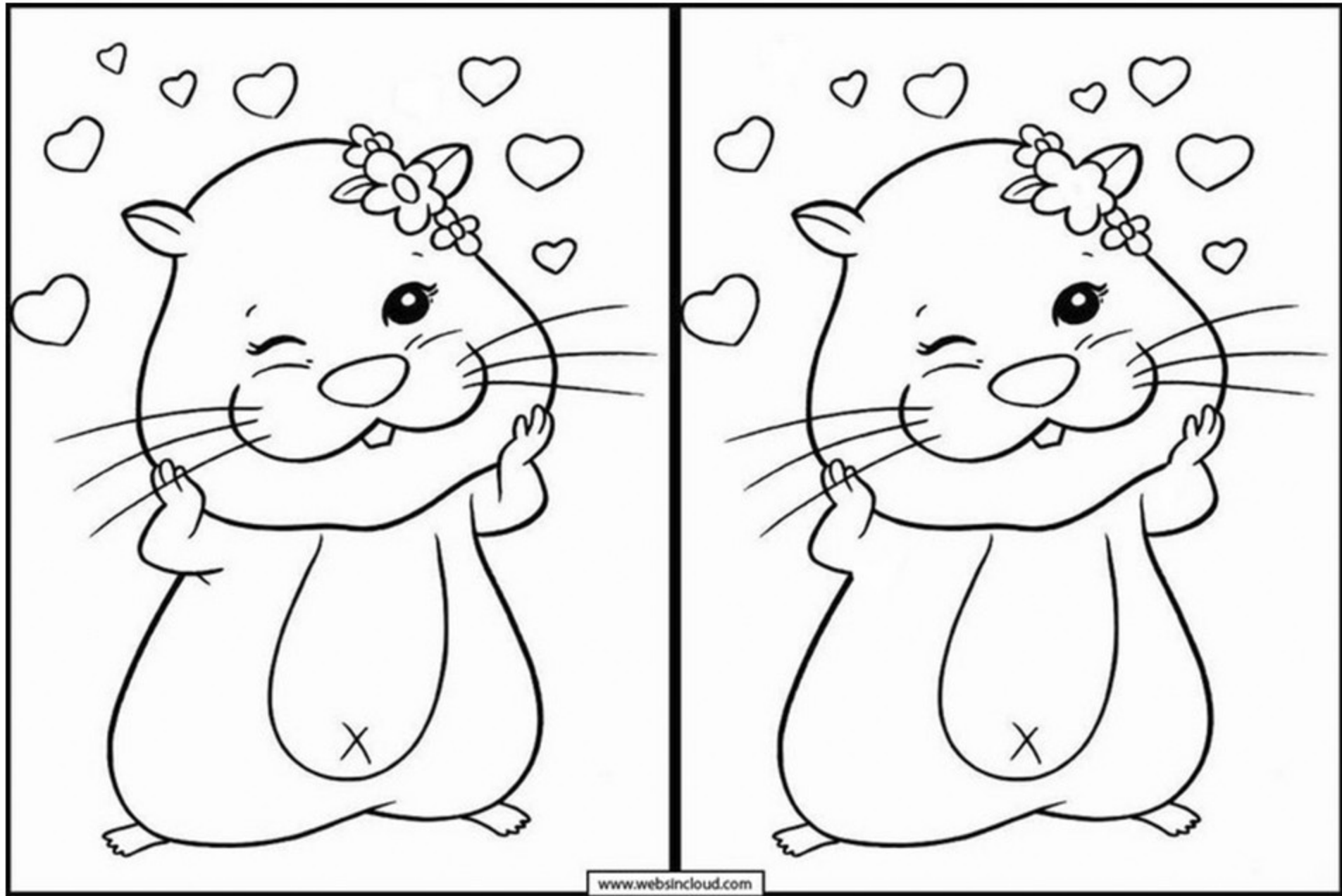
- Hacher ce qu'il reste de pacanes grillées à l'érable et les appliquer sur le pourtour du gâteau avec les mains.

Voilà, bon appétit!

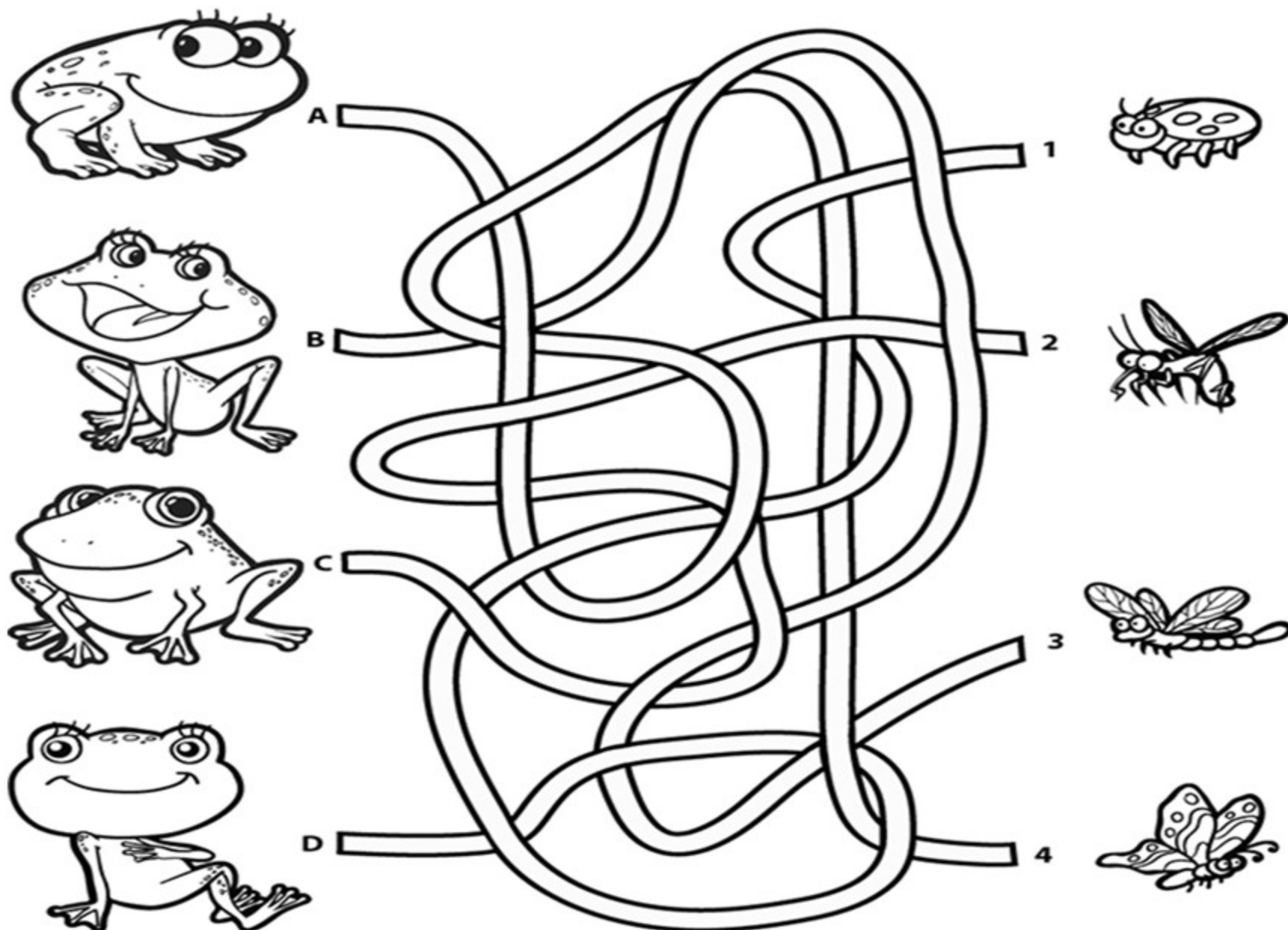




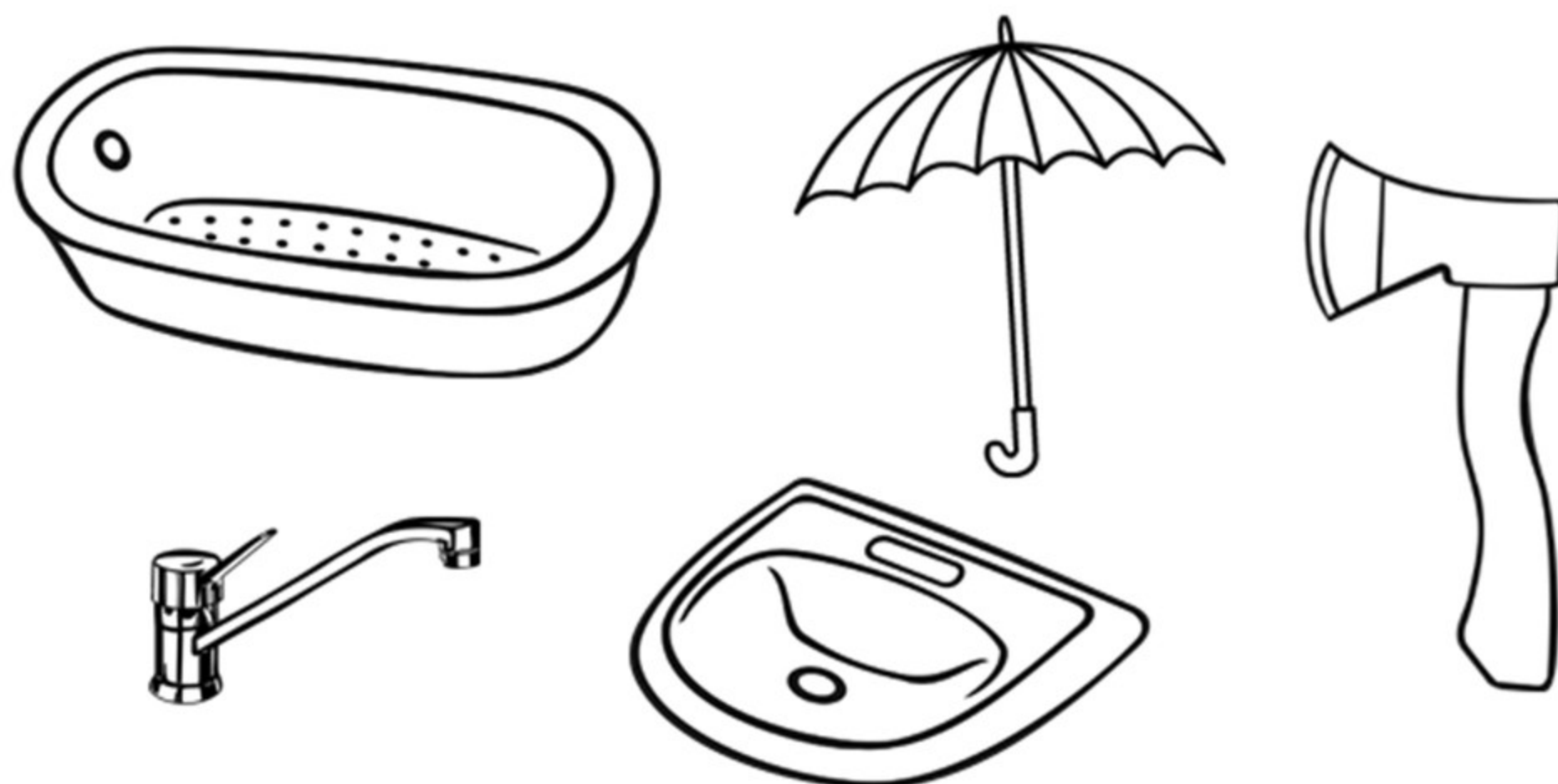
Trouver les cinq différences entre les deux images



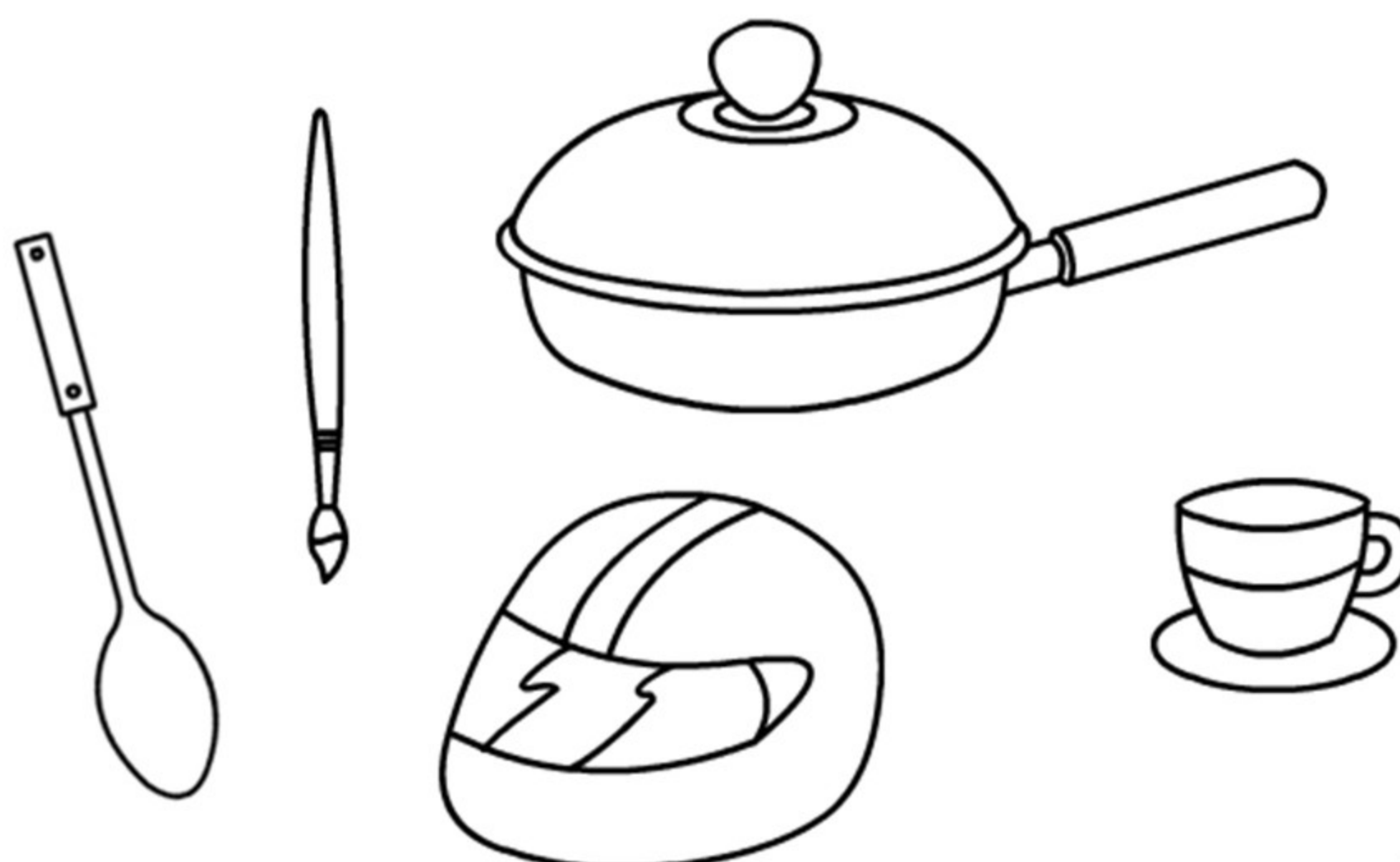
Utilise des crayons de différentes couleurs pour relier chaque grenouille à l'insecte qu'elle a attrapé.

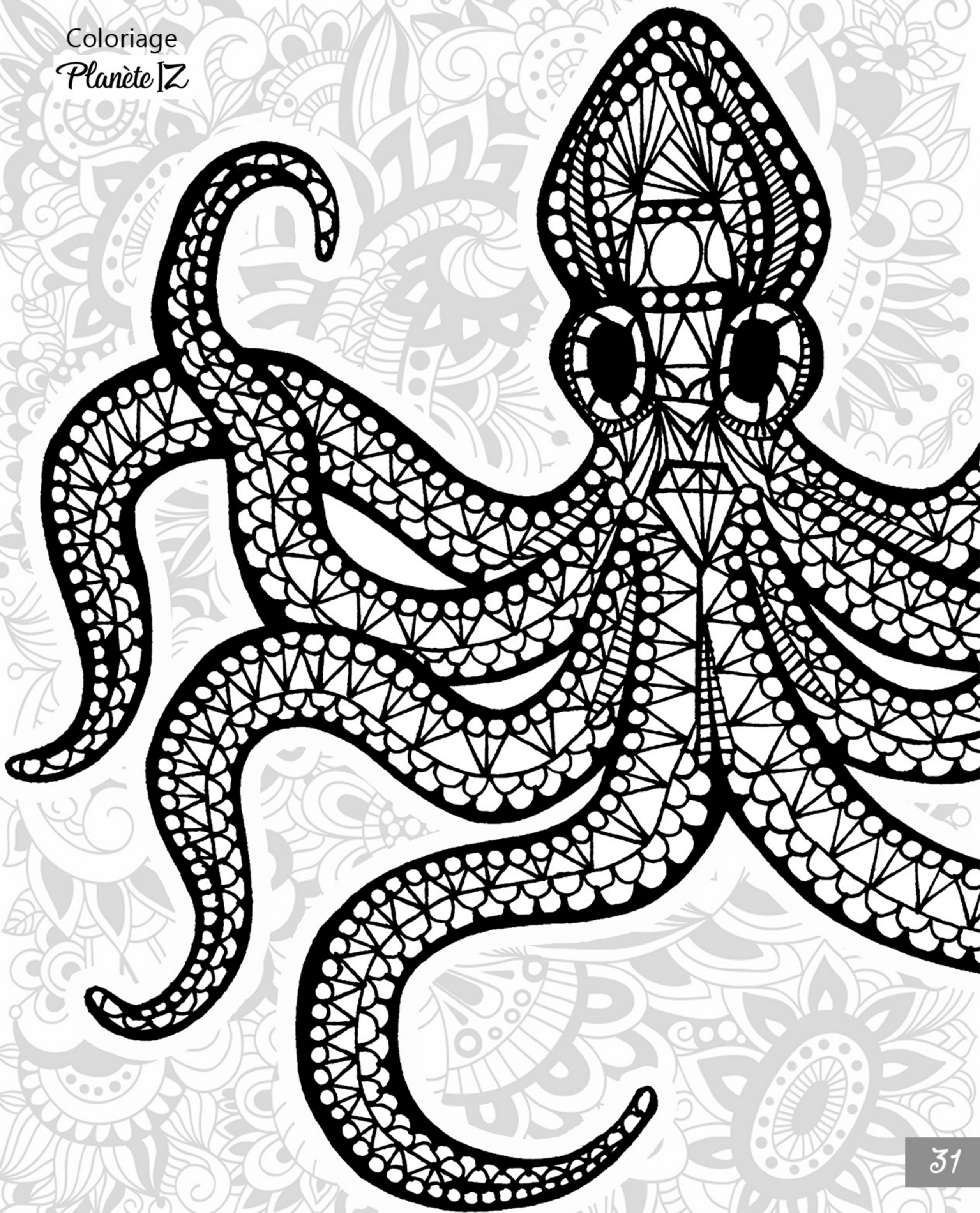


Colorie les objets qui n'ont rien à faire
dans une salle de bains



Colorie les objets qui n'ont rien à faire dans une cuisine





QUIZ

-Par (Pau)Line

Bonjour et bienvenue à toi.

Tout comme le quiz du mois de Mars, je te propose le **-C'est arrivé en juin-**
Alors installe-toi confortablement et bon quiz :)

- 1 Le 24 juin 1497, que découvre le capitaine Giovanni Caboto (ou Jean Cabot)?
Les îles appelées Cap-Breton et Terre-Neuve, à l'embouchure du fleuve Saint-Laurent ou l'Île de la Jeunesse?
- 2 Le 18 juin 1815 : Quelle bataille marque la fin de l'épopée napoléonienne?
La bataille de Waterloo ou la guerre de Constantinople?
- 3 Le 25 juin 1498 : Quel est l'ustensile inventé par la Chine? La brosse à dents ou la fourchette?
- 4 Quel médecin Anglais meurt le 3 juin 1657 et découvre le rôle primordial du cœur dans la propulsion du sang? William Harvey ou Jean-Baptiste Denis?
- 5 Le 12 juin 1817 l'inventeur Karl Drais établit un premier record. Avec quoi? Un cerf-volant ou une draisienne?
- 6 Le 29 juin 1949 : Le premier journal télévisé au monde est diffusé, ou c'est le premier été de canicule?
- 7 Le 30 juin 2015 : décès de Simone Veil, ou la dernière minute de la journée dura 61 secondes?
- 8 Le 10 juin 2021: Rayshard Brooks est tué par un policier américain Garrett Rolfe ou c'est une éclipse solaire annulaire : un phénomène rare et exceptionnel?
- 9 Le 23 juin 2021: Mort de l'informaticien John McAfee, créateur du logiciel antivirus portant son nom, ou c'est L'équinoxe d'été?
- 10 18 juin 2022 : Quel est le marché qui fait vibrer toute une communauté? Le Marché de Saint-Adrien ou le Marché de la Saint-Jean?

RÉPONSES DU QUIZ

- 1 le capitaine aborde aux îles plus tard appelées Cap-Breton et Terre-Neuve, à l'embouchure du fleuve Saint-Laurent (Canada)
<https://www.calagenda.fr/histoire-mois-juin-2.html>
- 2 La bataille de Waterloo
- 3 En 1498, les Chinois inventent la brosse à dents. Problème : ses poils en sanglier, trop durs, irritent les gencives et, avec leur forme de mini-tuyaux, les bactéries y pullulent
- 4 William Harvey
<https://www.medarus.org/Medecins/MedecinsTextes/harvey.html>
- 5 Karl Drais établit un premier record de distance avec sa draisienne, parcourant 14,4 km en 1 heure.
<https://www.calagenda.fr/histoire-mois-juin-5.html>
- 6 Le premier journal télévisé au monde est diffusé sur l'unique chaîne de télévision française RTF Télévision.
- 7 La dernière minute de la journée dura 61 secondes, en raison de la rotation irrégulière de la Terre.
https://actu.fr/normandie/_76/mardi-30-juin-2015-le-temps-setirera-la-derniere-minute-durera-61-secondes_557067.html
- 8 la Lune se glisse devant le Soleil, sans le recouvrir complètement. Et l'agencement de ces astres produit un «un anneau de feu». Résultat : la Lune est entourée d'un magnifique halo lumineux.
<https://www.demotivateur.fr/article/ce-week-end-une-eclipse-solaire-annulaire-fera-son-apparition-dans-le-ciel-21400>
- 9 Mort de l'informaticien John McAfee, créateur du logiciel antivirus portant son nom, accusé de fraude fiscale par l'Espagne, criminel présumé aux Etats-Unis, retrouvé mort dans sa cellule de prison à Barcelone quelques heures avant son extradition pour les Etats-Unis.
<https://www.calagenda.fr/histoire-mois-juin-38.html>
- 10 Le Marché de Saint Adrien
(pssst il recommence le 17 juin 2023!!!)



8^e biennale

27 mai au
4 juin 2023

Consultez notre
programmation complète
au masqalors.ca

Spectacles • Expositions • Conférences • Rendez-vous festifs

Saint-Camille
et MRC des Sources



Erin Segura



Josepha Lauth Thomsen



LaboKracBoom
photo : Étienne Leclerc



Batucadham

masqalors.ca

»»» DU
THÉÂTRE
L'ÉTÉ
POUR
TOUTE
LA
FAMILLE

FOUS
COMME DES BALAIS

PARCE QU'ON A
TOUS DÉJÀ ÉTÉ
DES ENFANTS

LE DUO
LES
BROCHES
À FOIN



DENIS CLÉMENT



MARIE TISON

BABY
BOOMER

GÉNÉRATIONS
X-Y-Z



Dimanche 9, 16, 23 juillet | 6, 20 août | 15h
Au Camillois, 157 Miquelon, Saint-Camille
En vente à l'épicerie Sonia et au ptitbonheur.org
rég. 25 \$ enfants-ainés 12,50\$ INFO | 819 828.1126





1631 Giguère, Saint-Adrien, 819-828-0919

centreodaina@gmail.com

<https://www.centreodaina.ca>

<https://www.facebook.com/centreodaina>

<https://www.facebook.com/cnaila>

Centre de santé globale, lieu de ressourcement et d'ancrage, espace de transformation personnelle et collective, cœur de cocréation en conscience, vortex de vie et terre d'accueil des Étoiles!

SOINS INDIVIDUELS OFFERTS

- Massothérapie avec ou sans huile
- Soins thérapeutiques du corps physique
- Soins de détente
- Soins énergétiques, harmonisation
- Soins en périnatalité
- Approches orientales
- Libération cellulaire, émotionnelle et des mémoires karmiques
- Relation d'aide
- Processus pour diminuer stress, anxiété, peurs
- Approche pour retrouver sa boussole intérieure, ancrer sa confiance en soi
- Quête individuelle, en couple, famille ou petits groupes
- Lecture d'âme
- Activation et reconnexion cosmique

RENCONTRES DE GROUPE DISPONIBLES

Plusieurs cours et ateliers de groupe sont disponibles avec les détails sur notre site web <https://centreodaina.ca/activites/>.

ATELIER-BOUTIQUE DE CRISTAUX CNAÏLA

Cristaux naturels, bijoux, produits d'artisans locaux, objets de purification et d'harmonisation. Les heures d'ouverture et les nouveautés sont mises à jour sur notre page:

<https://www.facebook.com/cnaila>

CERTIFICATS-CADEAUX DISPONIBLES

TRILOGIE extraordinaire de LEVÉES DE FONDS pour ODAÏNA au printemps et à l'automne.

- ★ 3 événements de nature différente (on se fait du bien, on bouge et on mange!)
- ★ 3 lieux différents au cœur du village (Centre Odaïna, Église Le BEAM, La Meunerie)
- ★ Tous en Contribution Consciente Libre

Tous les fonds amassés contribueront au bien-être du Centre Odaïna pour permettre sa transmutation vers une structure saine de ses bâtiments et ainsi lui permettre d'être disponible longtemps pour tous.

Au Centre Odaïna

Portes ouvertes - Odaïna et son équipe en action

Soins individuels - Détente - Ressourcement.

Thérapeutes sur place pour soins de 20-40 min sans rendez-vous sur contribution consciente libre.

Espace de détente avec musique vibrante et de connexion, rafraîchissements et collations sur place.

- ★ Nouvelle date à venir.

Au BEAM

Danse MESSENJA - Danse du Messenger...

Danse rythmée avec une troupe de percussions "live" et des DJ. Bouger en rythme et conscience pour déployer les messages qui s'incarnent en nous. Invitation pour une expérience de clarté et de lucidité dans tous ses corps! Soirée SANS alcool avec collations et rafraîchissements naturels sur place. Une équipe de DJs se relaiera pour vous offrir exploration et aventure musicale électrisante, mystique, chamanique et de grande reconnexion. Nouvelle date à venir.

DIMANCHE 11 JUIN 16h-19h à La Meunerie

Du Vietnam à Saint-Adrien...

Partage de notre Traversée de cœur à cœur... Du Vietnam à aujourd'hui... récit et message d'Odaïna... Dégustation de bouchées authentiques vietnamiennes à partir de 17h.

Chacun porte une Traversée en Soi...

Il est si bon de se retrouver pour Marcher Ensemble à nouveau...

Bienvenue à tous et merci de partager abondamment ces invitations !

Histoire et ancêtres

Les Richer: de la France à Saint-Adrien

-par Jean-Marie Dubois

Origine du nom RICHER

Le site *généanet.org* nous dit que « Richer est un nom de personne d'origine germanique, Richari (ric = puissant + hari = armée) ». Le site *geopatronymie.org* nous dit qu'il y a des Richer dans de nombreuses régions de la France, mais les 4 régions où il y en a le plus sont: Indre et Loire, Paris, Seine Maritime, Eure et Loire. Mais ils y sont peu nombreux: de 80 à 125 dans ces régions. Selon Statistiques Québec, les Richer arrivent au 227^e rang et constituent 0,083% de la population, ce qui donnerait environ 7200 Richer.

Quand le premier Richer est-il arrivé en Nouvelle-France?

Écoutons-le nous le raconter. « Je m'appelle Pierre Richer. Je suis né en 1647 à St-Pierre-de-Thouarcé (aujourd'hui Thouarcé est le chef-lieu de la commune Bellevigne-en-Layon), une trentaine de km au sud d'Angers, en France. Mon père s'appelait Jean et ma mère Marie Galardet.

À une quarantaine de km au nord d'Angers il y a la Seigneurie d'Andigné; plusieurs membres de cette famille ont été des militaires. C'est le plus jeune des 4 fils, Hector d'Andigné de Grandfontaine, chevalier de Malte, qui recrutait pour former une Compagnie pour aller combattre les sauvages en Nouvelle-France et peut-être s'établir là. Comme il n'y avait pas tellement de travail et d'avenir dans mon coin de pays, je me suis inscrit dans la Compagnie de Grandfontaine. C'était au printemps 1665.

On utilise jamais nos vrais noms dans l'armée, parce qu'on commence une nouvelle vie et aussi on ne veut pas que les adversaires sachent qui on est. Je suis devenu Laflèche. Je leur avais dit que ma commune n'était pas très loin de Laflèche, ville beaucoup plus connue où est conservé le cœur du roi Henri IV (et où ont étudié le philosophe René Descartes ainsi que le premier évêque de Québec Mgr François de Montmorency-Laval).

On a eu le temps d'apprendre comment marcher en soldat, comment charger un fusil, comment tirer et comment le nettoyer. Et on est descendu au port de La Rochelle pour s'embarquer sur le voilier l'Aigle d'Or qui a levé l'ancre le 13 mai au matin avec la marée.

On était 29 dans notre Compagnie. Le voyage s'est bien passé: pas trop de gros temps; on a appris à mieux se connaître. Il y avait 3 autres compagnies avec nous. On est arrivé à Québec le 20 août à 22h: on a donc couché sur le bateau. On était le 3^e des six navires qui ont amené le régiment de Carignan à Québec entre le 19 juin et le 14 septembre 1665. Le lendemain on s'est installé dans quelques fermes des alentours; on couchait dans les granges.

On s'est préparé et le 2 septembre on a quitté Québec dans une embarcation plus petite pour aller à Montréal. Après une brève escale à Montréal, on a traversé le fleuve pour ensuite franchir à pied les 35 km jusqu'à Chambly pour compléter la construction du Fort Sainte-Thérèse, sur la rive de la Rivière des Iroquois, appelée depuis peu la Rivière Richelieu, vis-à-vis la pointe de l'Île Saint-Marie. On a fini de planter les palissades le 15 octobre.

La compagnie de La Mothe nous a rejoints et ensemble on a construit le chemin entre le Fort Sainte-Thérèse et le fort Saint-Louis. On abattait les arbres, on arrachait les souches, on charriait des roches et du gravier de la rivière. Fin octobre on est retourné à Québec pour le cantonnement d'hiver. Pendant l'hiver on aidait au déblaiement de la neige dans les rues de Québec.

En janvier 1666 notre compagnie faisait partie de la troupe de 500 hommes menée par le sieur Rémy de Courcelle contre les Iroquois. Mais l'épaisse neige et la longue distance à parcourir en raquettes sous des froids intenses a rendu l'expédition peu fructueuse. En septembre de la même année, au départ de Québec, nous serons plus de 600 soldats, ainsi que 100 Hurons et Algonguins sur plus de 300 bateaux légers à fond plat pour aller brûler deux ou trois importants villages iroquois. La paix sera finalement signée le 28 août 1667 avec la confédération des Cinq nations iroquoises.

L'année suivante, en 1668, le sieur Grandfontaine retourne en France avec certains soldats de notre compagnie. Moi je fais partie de ceux qui décident de rester avec l'intention de m'établir en Nouvelle-France. Si on restait dans la colonie, notre roi Louis XIV nous octroyait des vivres pour un an et une gratification de cent livres.

J'ai travaillé sur la ferme pour différents habitants du pays et aussi pour les Jésuites. J'ai connu Dorothée Brassard lors d'une fête organisée par Sieur Couillard; le père de Dorothée était domestique pour Sieur Couillard. Dorothée connaissait bien le pays et la ville car elle y est née en 1656.

Le 15 janvier 1671, les Jésuites m'ont octroyé une terre sur la Rivière Saint-Charles. C'est là qu'on s'est établi après notre mariage à Québec le 5 octobre 1671. Un peu plus d'un mois après mon mariage, le 25 novembre, mon ami Nicolas Barbotin et moi on loue une autre terre sur la Rivière St-Charles, pour deux ans, de dame Louise Mousseau, épouse de Pierre Pellerin.

Notre première fille Étienne, née en juillet 1673, n'a pas survécu. Les deux suivantes, Catherine et Thérèse ont aussi été baptisées à Québec (juillet 1674, mai 1676). Les Jésuites possédaient aussi la seigneurie de Batiscau; j'ai eu la chance que Mgr de Laval m'accorde une des dix terres allouées à cette époque sur cette seigneurie. On s'est établi à Batiscau en 1679 si je me rappelle bien. Mon fils Pierre y est né et il a été baptisé à Champlain.

Plus tard, le 3 août 1693, j'ai acheté une terre de Vincent Delaniel à Sainte-Anne-de-la-Pérade: c'est là que sont nés les 3 derniers de nos 10 enfants. Au milieu de l'année 1706, j'ai acheté une terre à Grondines. Le 27 novembre 1713, on est passé chez le notaire pour faire don de la moitié de notre terre de Sainte-Anne à notre fils aîné Pierre. »

De Sainte-Anne-de-la-Pérade à Saint Norbert, puis à Saint-Adrien

Pierre Richer est décédé à Sainte-Anne-de-la-Pérade et y a été inhumé le 17 mai 1722. Neuf de ses enfants étaient déjà mariés et une autre, en plus d'Étienne, était décédée. Son épouse Dorothée est aussi décédée et a été inhumée à Sainte-Anne le 7 novembre 1738.

Des 3 garçons, c'est celui du milieu, Michel, qui nous intéresse. Il a épousé Marie Louise Pilote en 1714. Trois des cinq enfants du couple sont des garçons, dont deux se marieront. Le deuxième, Joseph, a épousé Marie Jeanne Veillette en 1740 à Ste-Geneviève-de-Batiscau. Neuf enfants pour ce couple, dont 4 garçons; seulement les deux plus jeunes garçons se marieront. L'avant-dernier garçon, Alexis, a épousé Marie Jeanne Darois à Bécancour en 1772.

Ce couple a eu 10 enfants dont 6 garçons; quatre d'entre eux se sont mariés. C'est le plus jeune de la famille, prénommé aussi Alexis, qui a épousé Marie Madeleine Lemay en 1801 à Bécancour. Sept enfants pour ce couple: tous des garçons! Mais seulement les 3 plus vieux se sont mariés.

Le deuxième, Joseph Flavien né en 1808, s'est marié une première fois en 1835, à Nicolet, avec Émilie Métivier; celle-ci décéda peu après la naissance du deuxième garçon. Joseph s'est remarié avec Geneviève Paquin en 1844 à Saint-Louis-de-Blanford. Le couple s'est établi à Saint-Norbert d'Arthabaska: c'est là que sont nés les onze premiers enfants, dont 2 sont décédés peu de temps après la naissance.

« C'est durant l'hiver 1860-61 que le couple et leurs neuf enfants ont quitté Saint-Norbert pour prendre possession du lot 20, 6e rang de Ham-Nord, dont ils obtiennent les lettres patentes le 5 déc. 1861. Homme d'expérience, Joseph achète aussi les lots 19 et 20 du 5e rang pour l'établissement futur de ses garçons, » (p. 369, Ham-Nord, d'Hier à Aujourd'hui). Trois enfants s'ajouteront à la famille. Des 7 garçons, 5 se sont mariés. **Trois parmi ceux-là** nous intéressent particulièrement soit Clovis, Herménégilde et Jean Baptiste (Johnny): ils **sont les ancêtres des Richer de Saint-Adrien.**

Clovis est né et baptisé en mars 1845 à Saint-Norbert d'Arthabaska. Il a épousé Marie Anne Bellefeuille, veuve d'Octave Turcotte, le 9 janvier 1871 à Ham-Nord.

Jean Baptiste (Johnny) est né le 29 octobre 1857 et baptisé le 2 novembre à Arthabaska. Il a épousé Déliane Dubois le 15 octobre 1888 à Saint-Adrien.

Herménégilde est né et baptisé en septembre 1954 à Arthabaska. Il a épousé Philomène Couture le 9 juillet 1883 à Ham-Nord.



M. et Mme Johny et trois des enfants.
Alphonse, Joseph, Mme Johny (Déliane Dubois), Maria, Johnny.

Les Richer de Saint-Adrien

génération

- 0 Jean Richer
- 1 Pierre Richer dit Laflèche
- 2 Michel Richer dit Laflèche
- 3 Joseph Richer Laflèche
- 4 Alexis Richer
- 5 Alexis Richer
- 6 Joseph Flavien Richer

- 7 Clovis Richer
Marie-Anne Bellefeuille
mar. 9 janv. 1871 Ham-Nord
7 enfants dont:
- 8 Arthur Richer
Amanda Tardif
mar. 3 juillet 1899 Ham-Nord
11 enfants dont:
 - 9 Azilda Richer
Léonidas Larrivée
 - 9 Aurore Richer
Hormidas Larrivée
 - 9 Oscar Richer
Aurore Guay
 - 9 Louis Vital Richer
Léa Paquette
 - 10 Réjean Richer
Monique Dubois
 - 10 Cécile Richer
Adrien Larrivée
 - 10 Réginald Richer
Monique Larrivée
 - 10 Clémence Richer
Germain Larrivée
 - 10 Denise Richer
Paul Armand Poirier
- 9 Maurice Richer
Laurianne Richer
- 10 Gaétan Richer
- 10 Michel Richer
- 9 Eddy Richer
Alice Richer
- 10 Yvon Richer
Rolande Picard
- 11 Stéphane Richer
Julie Anne Lussier
- 10 Ghislain Richer
Lise Larrivée

mariage

- vers 1640 Thouarcé Loire FR
- 5 oct. 1671 Québec (12 enfants)
- 4 nov. 1714 Québec (5 enfants)
- 5 sept 1740 Ste-Genev. Batiscan(9 enfnts)
- 1er juin 1771 Bécancour (10 enfants)
- 9 févr. 1801 Bécancour (7 enfants)
- 3 nov. 1835 Nicolet (2 enfants)
- 19 févr. 1844 St-Louis-de-Blanford
13 enfants dont:
- 7 Jean-Baptiste (Johnny) Richer
Délianne Dubois
mar. 15 oct. 1888 **St-Adrien**
14 enfants dont:
- 8 Odilon Richer
Rosa Nolet
mar. 24 mai 1927 St-Adrien
13 enfants dont:
 - 9 Paul-Émile Richer
Marie Paule Larrivée
 - 9 Jean Denis Richer
Colette Gauthier
 - 9 Marcel Richer
Nicole Picard
 - 9 Thérèse Richer
Gaétan Larrivée
 - 9 Lina Richer
Roger Larrivée
 - 9 Rénald Richer



↑ Herménégilde Richer
et Geneviève Paquin



- Marie Galardet
- Marie Dorothée Brassard
- Louise Charlotte Pilote
- Marie Jeanne Veillette
- Marie Jeanne Darois
- Marie Madeleine Lemay
- Émilie Métivier
- Geneviève Paquin

- 7 Herménégilde Richer
Philomène Couture
mar. 9 juillet 1883 Ham-Nord
11 enfants dont:
- 8 Louis Odilon Richer
Éliana Richer
mar. 11 juillet 1916 St-Adrien
un enfant:
- 9 Gérard Richer
Madeleine Larrivée
- 10 Marguerite Richer
Marcel Bégin
- 10 Jean-Marc Richer
Danielle Duchesne
- 8 Stanislas Richer
Marie Aldéa Leroux (10 enfants)
mar. 29 avril 1919 St-Adrien
- 9 Roger Richer
Pauline Larrivée
- 10 Denis Richer
Colette Beurivage
- 10 Manon Richer
Donald Ducharme
- 10 Odette Richer
Gérard Laroche
- 10 Cécile Richer
Michel Larrivée
- 10 Pierrette Richer
Gaétan Ducharme
- 9 Gertrude Richer
Joachim Larrivée

famille de Clovis Richer
(debout au centre)

←
Jean Marie Dubois
819-828-3349

*** N'hésitez pas à me
signaler des erreurs ou
des oublis.

AUBERGE RESTAURANT

La Mara

127 Gosford Sud, Ham-Sud, Québec

819.877.5189

aubergelamara.com

Auberge 5 chambres • Restaurant du Terroir
Apportez votre vin!

Mariages | Portraits | Familles

PHOTOGRAPHIE

Jonathan Mercier

www.jonathanmercier.com

**AUBERGE
INCROYABLE**



**Auberge située dans l'ancien presbytère.
6 chambres, piscine creusée, table de billard**

Tél.: (873) 542-8282
info@aubergeincroyable.ca
1608, rue principale St-Adrien



KOMBUCHANV

KOMBUCHANV

KOMBUCHANV™

DISPONIBLE AU

**COMPTOIR ST-VRAC
LA MEUNERIE
MONT-HAM**



ABRAKABARRETT

UTOPIE
VENEZ DÉGUISÉS

SAMEDI 17 JUIN
AU BEAM, ST-ADRIEN
À PARTIR DE 16H

Artisans, cirque, marionnette, bulles,
feu, peinture en direct, body painting,
maquillage et plus...

Batucadham et
Tiguidou Braziou
percu. Brésiliennes

CHORALE
DUDILID'HAM

Laurette et Arlette
Les Zembottées
Djembéfolie
Alinbécile

SKA SOUND SYSTEM :
ska-punk-reaggae

DJ SOLID

Bar et bouffe sur place

Contribution volontaire suggérée : 30\$

Au profit du projet 1606, pour rénover le parvis de l'église

Entrevue;

Spiritualité et folie douce des gens d'ici

Présente Geneviève Chenel, coordonnatrice pour La Meunerie
Par Lyse Trottier

Lys. Chère Geneviève, j'aime consacrer cette rubrique aux personnes qui font une différence dans notre communauté. Alors, il était certain que j'en viendrais, tôt ou tard, à te consacrer un article. Et quand j'ai entendu dire que La Meunerie était à vendre, comme beaucoup d'autres résidents du village, j'ai frissonné et j'ai eu besoin d'entendre ton point de vue.

Gen. Les propriétaires actuels du bâtiment, Fred Therrien et Pierre-Philippe Côté, que l'on remercie pour le chemin parcouru et tout ce qu'ils ont rendu possible, aimeraient transmettre le flambeau à des gens qui seront porteurs d'une vision communautaire qui permettra sa pérennité.

Mais les dés ne sont pas encore joués, est-ce que les nouveaux acquéreurs auront à la fois une vision et les reins assez solides afin de permettre à l'organisme de continuer de louer à un prix avantageux?

Lys. D'autres gens se positionnent afin que l'OBNL achète lui-même la bâtisse et en devienne le gestionnaire...

Gen. Oui, mais c'est une décision qui ne peut se prendre à la légère. Il faut évaluer, entre autres, l'investissement de temps et d'expertise que l'on demande déjà aux membres du C.A..

C'est facile à Saint-Adrien de s'embarquer dans l'effervescence de tous les beaux projets à accomplir. Dernièrement, nous avons justement décidé d'inclure deux nouveaux membres au C.A., afin d'alléger les tâches de tout un chacun, ce qui ne serait définitivement pas le cas, si en plus des tâches reliées à la mission de La Meunerie, s'ajoutent celles de devoir acquérir, rénover et entretenir la bâtisse. Tout cela est un pensez-y bien.

Lys. Peux-tu justement nous parler de cette mission?

Gen. La Meunerie a pour mandat de rendre la culture accessible dans notre communauté. Après 10 ans, on peut dire qu'elle manifeste son potentiel, qu'elle est en pleine floraison, avec tous les types d'activités.

Elle est réputée pour son offre de spectacles d'artistes reconnus et d'autres en devenir. À certaines activités qui reviennent annuellement, comme les Talents Chauds, les Shows surprises, les Quizz, s'ajoutent des activités culturelles diversifiées comme les mardis

communautaires. On peut dire qu'elle est un maillage où le tissu social se crée.

Lys. Quand on va à La Meunerie, souvent on nous demande de faire une contribution consciente en regard de l'activité que l'on vient de vivre. Tu ajoutes, il me semble, celui du concept d'implication consciente.

Gen. Oui, C'est bien beau avoir une idée d'activité ou de projet, mais qu'est-ce que la personne est prête à faire pour sa concrétisation?

Avec le temps, comme coordonnatrice, j'ai appris à mesurer mes énergies. Je dois aussi me considérer avec bienveillance et je peux montrer cet exemple.

Lys. En même temps, tu as un parcours d'employée vraiment surprenant. Tu es passée de bénévole durant 4 ans à celui d'employée rémunérée depuis bientôt 5 ans, tout en contribuant à faire grossir les recettes de l'entreprise.

Gen. Peu de temps après mon arrivée dans la région, je me suis rapidement impliquée parce que je voyais l'importance de ce lieu de rassemblement dans notre village. De plus, j'avais l'expertise des restos et celle des chiffres, ce qui est très commode pour les demandes de subvention. La Meunerie m'a permis de devenir une porteuse de projets et de déployer ma passion pour ma communauté.

Lys. Il y aurait tant à dire encore sur La Meunerie, entre autres, qu'elle compte une équipe de bénévoles dévoués.

Gen. Oui et que peu importe d'où tu viens ou qui tu es, si tu es en visite ou « whatever », tu vas avoir le même accueil chaleureux, bienveillant. L'ambiance fait autant plaisir aux artistes, qui se sentent comme chez eux; ce n'est pas rare qu'ils restent après la soirée pour partager avec les gens.

Lys. Je veux souligner aussi que j'aime beaucoup ta vision participative du rayonnement, quand tu parles de s'entraider à rayonner, autant entre personnes qu'entre différents organismes qui composent notre région.

La Meunerie est à vendre et j'ai le goût de dire... Longue vie à la Meunerie... Je croise les doigts.



www.fromagerielamaisongrise.com
maisongrise@live.ca

et Ferme
Fromagerie
La Maison Grise



Fromage de chèvre
Lait frais
Boutique à la ferme

819 828-2034 68, route 216 Wotton (Québec) J0A 1N0



Sentir la vie en nous et tout autour.
Calmer le mental, respirer, se centrer, rééquilibrer la posture. Le tout dans la bonne humeur, avec 11 exercices chinois de santé qui nous amènent doucement vers un enchainement de Tai Ji Quan.

J'enseigne avec joie, depuis 25 années, cet art subtil, puissant et bienfaisant. Au plaisir!

CORRECTION ET RÉVISION DE TEXTE

Littérature, poésie, site Web, etc.

Marion Deschênes
450-210-4047
m4rionsd2@gmail.com



Chi
Art du Chi
méthode • stévanovitch

Centre Odaina, 1631 rue
Giguère, St-Adrien

Cécile Colson
819-990-2800
cecilecolson@artduchi.com

LE BEAM

locations privées - espaces de cotravail

info@lebeam.ca
873.542.8383



POURQUOI ANNONCER DANS LE JOURNAL ADRIENNOIS?

Notre mission première est de mettre à la disposition de la communauté un moyen de communication saisonnier concernant les sphères importantes de notre municipalité, tout en donnant de la visibilité aux entreprises locales et du plaisir aux lecteurs!

D'une portée saisonnière, la visibilité que nous offrons est à un prix très compétitif!

En annonçant dans le journal Adriennois, vous supportez ce beau projet de communauté. Nous croyons que ce genre de projet contribue à garder un village vivant et dynamique.

Vous trouverez ci-joint les différents plans de visibilité que nous offrons :

Format publicité	1 parution	4 parutions
Carte d'affaire	15\$	40\$
1/4 page	20\$	50\$
1/2 page	30\$	75\$
1 page	50\$	125\$
2 pages	65\$	150\$

ABONNEMENT

Vous n'habitez pas Saint-Adrien et aimeriez recevoir le Journal Adriennois? Il est maintenant possible de vous y abonner! Le coût est de 25\$ pour quatre parutions, payable en personne ou par chèque à la municipalité de Saint-Adrien.

Pour un abonnement

Veuillez contacter le bureau municipal de Saint-Adrien.
Téléphone: 819-828-2872

Pour une publicité ou des questions

N'hésitez pas à nous contacter par courriel ou par téléphone :
journal.adriennois@gmail.com Téléphone : 819-990-0072

Merci de votre précieux soutien!



Terre-mère en *santé*, Humanité *enchantée*

10e épisode : célébrons l'intelligence naturelle!

-Par Sylvie Berthaud (texte d'opinion)

« Un être humain fait partie d'un tout que nous appelons l'Univers; demeure limitée dans le temps et l'espace. Il fait l'expérience de son être, de ses pensées et de ses sensations comme étant séparés du reste, une sorte d'illusion d'optique de sa conscience. Cette illusion est pour nous une prison, nous restreignant à nos désirs personnels et à une affection réservée à nos proches. Notre tâche est de nous libérer de cette prison en élargissant le cercle de notre compassion, afin qu'il embrasse tous les vivants, et la nature entière, dans sa splendeur » Albert Einstein.

Embrasser la nature entière dans sa splendeur... ça demande déjà de la laisser s'exprimer, de l'observer et de l'étudier pour connaître ce monde merveilleux du vivant, au-delà des apparences.

Quoi de plus anodin qu'une araignée? A l'occasion, notre regard peut rester accroché à l'une de ses toiles, à la géométrie magnifique. Pour peu que la rosée y dépose ses perles scintillantes alors qu'un rai de soleil braque son projecteur, on ne peut qu'admirer cette beauté paisible. Mais l'exploit de l'araignée ne s'arrête pas là. Son fil quasi invisible est proportionnellement plus résistant que le kevlar, cette résine elle-même plus résistante que l'acier. Ce qui est formidable, c'est que la petite bestiole n'a pas besoin d'un procédé bruyant, ni polluant ou très énergivore pour accomplir cette prouesse. L'arachnide secrète sa soie par ses glandes de façon naturelle et à température ambiante.

Autre exemple de l'intelligence du vivant. Notre chienne, alors jeune, a été affectée par la maladie de Lyme. Malgré un mois d'antibiotiques prescrits par le vétérinaire et le délestage de quelques centaines de bidous (prise de sang, analyse d'urine...), notre chienne a refait des convulsions 2 mois plus tard. Instinctivement, en passant par un chemin où l'argile affleurerait, elle s'est mise à gratter pour en ingérer. Depuis, nous l'avons aussi traitée notamment avec l'armoise annuelle qui empêche la réplication du microbe. Il n'y a pas eu de récurrence.

Une amie ayant eu récemment son 1er enfant m'a dit : « 9 mois, ça prend bien ça pour se faire à l'idée » d'engendrer une nouvelle vie. Chez les éléphants, c'est 2 ans de gestation. Dans le livre de Boucar Diouf *Ce que la vie doit à la mort*, il établit un parallèle entre le décès de sa mère, généreuse matriarche, et la mort d'une matriarche d'un clan d'éléphants. Il livre ce témoignage du biologiste Hall Martin : « Les membres de la famille incluant le jeune fils de la défunte, étaient réunis autour du cadavre. Ils touchaient délicatement la carcasse et tentaient de la relever dans un concert de barmissements. Le jeune fils de la matriarche lançait des cris et semblait dévasté. Après cette phase très bruyante, les éléphants restèrent en silence autour du cadavre. Puis, ils lancèrent de la terre et des feuilles sur la dépouille. Ils cassèrent même des branches et les déposèrent sur le corps inerte de leur matriarche. La famille semblait vouloir faire disparaître le cadavre comme nous enterrons nos morts. Pour prolonger le rituel, les éléphants passèrent ensuite 2 jours à côté de la défunte ».

Ça jette un regard cru sur la disparition de la plupart de nos rituels de deuil. Le partage d'émotions et de pleurs en présence du corps du défunt participent au nettoyage de cette plaie dans notre cœur. Quelques heures d'exposition (sans embaumement polluant) de notre proche aide à réaliser cette perte, ce trou dans notre vie et la nécessité de s'appuyer sur l'empathie du clan pour trouver du courage.

Autre fait relaté par Boucar Diouf : lors de la veillée funèbre à son domicile d'un grand protecteur des éléphants, Lawrence Anthony en Afrique du Sud, décédé soudainement, sa famille réunie a été surprise par des bruits provenant du jardin. Une matriarche éléphant et son clan, reconnus par les Anthony, sont venus participer à l'hommage... Le lendemain arrivait une 2e harde, connue de la famille pour résider à une douzaine d'heures de marche...

Ça amène de nombreuses questions : comment ces extraordinaires pachydermes ont-ils eu connaissance de la mort de leur protecteur? Comment cette conscience du deuil habite ces mammifères et pourquoi était-ce important pour eux de venir honorer la mémoire de leur ami?

Parmi des curiosités récemment révélées, certaines amibes unicellulaires dénommées *Physarum polycephalum* ont la capacité de fusionner en une seule cellule géante ou « blob ». Monique Schloupt dans son livre *Bactéries, consciences et vibrations* le décrit ainsi : « une entité si vivace qu'une fois découpée en morceaux et ses fragments dispersés en plusieurs endroits d'un labyrinthe, ses morceaux s'étirent, s'étalent en filaments et se retrouvent avant de reprendre leur unité. Cette super-cellule sans système nerveux ni cerveau est capable de sentir la nourriture à distance et de se diriger vers elle en évitant des obstacles. » Ces myxomycètes ne sont pas les seuls dont on ignorait la capacité adaptative.

Pour ce qui est du corps humain, d'après Mme Schloupt nos cellules utilisent près de 11 000 protéines différentes pour communiquer et exprimer les ajustements chimiques nécessaires. Cette incroyable ingénierie vouée à l'harmonie de notre corps, existe aussi à l'échelle des bactéries et des virus qui y collaborent. A l'intérieur de notre extraordinaire véhicule de chair, des hormones stimulées par nos émotions, des enzymes situés à des points de contrôles biologiques cruciaux doivent accélérer ou ralentir en fonction de demandes qui changent constamment.

L'intelligence humaine est à l'aube de comprendre des liens invisibles qui régissent son quotidien. Que des micro-organismes abrités dans nos intestins influencent notre santé psychologique amène une compréhension élargie; un corps humain ne pourrait pas vivre sans ce foisonnement de bactéries, qui collaborent pour la plupart à un équilibre.

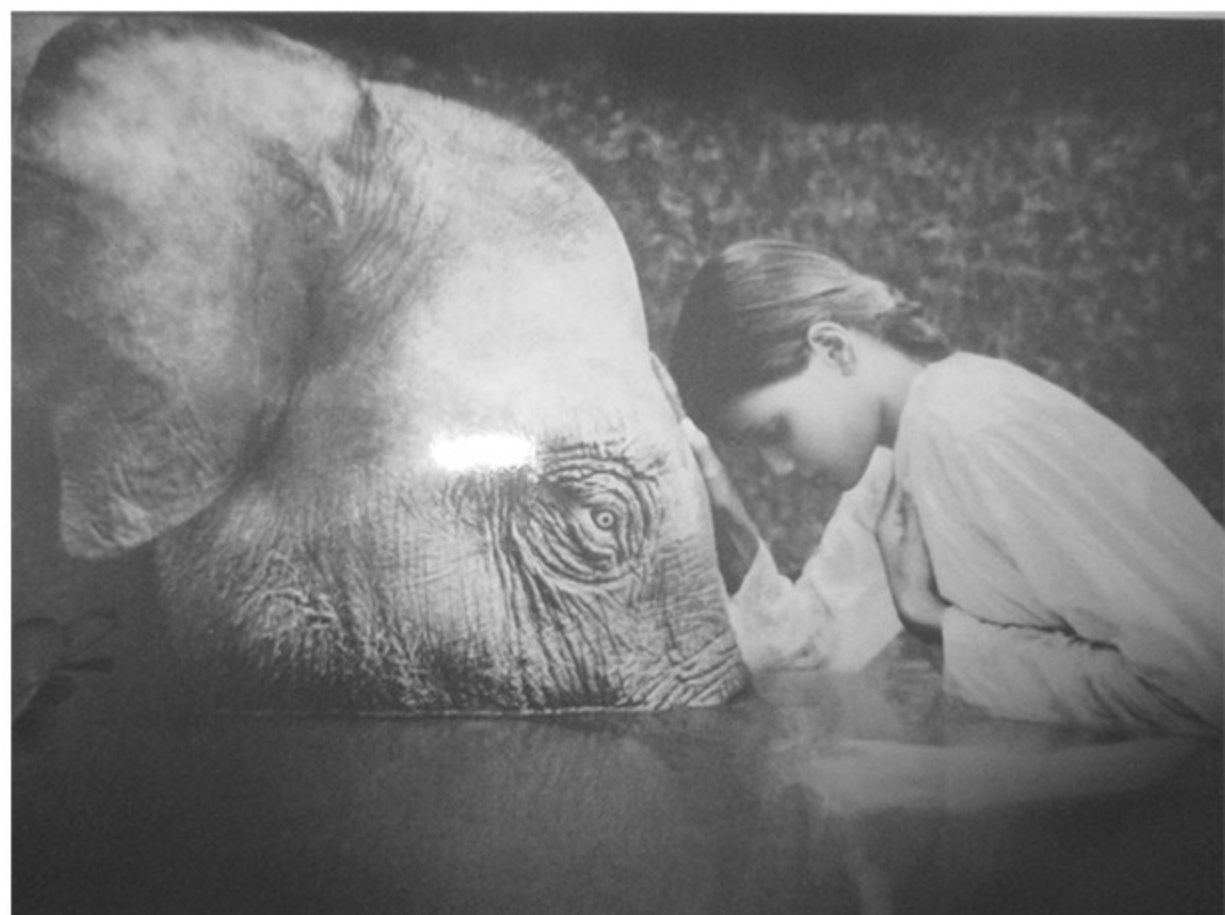
La thérapeute Schoulpt évoque une ère de la coalition du vivant où penser collectif et inter-espèces est nécessaire pour traverser les défis actuels. Avec la Dre Hulda Clark, elle a expérimenté que le taux vibratoire élevé d'une personne rayonnante serait son meilleur bouclier contre les infections.

Pour fonctionner de façon merveilleuse, l'intelligence naturelle du vivant a besoin d'éléments de base. Ils sont pour notre corps fournis par les aliments mais ceux issus de productions industrielles sont beaucoup moins nutritifs, ayant parfois 10 fois moins d'oligo-éléments qu'en production biologique artisanale. Il est donc fréquent que beaucoup de gens soient affectés par diverses

carences (vitamine C, D ou B, zinc, fer...) causant de graves troubles (du sommeil, de l'humeur, problèmes inflammatoires...). Plutôt bête! Les champs électro-magnétiques toujours plus puissants de la dite intelligence artificielle affectent la santé du vivant. Pourquoi se laisser aveugler par des miroirs aux alouettes qui impactent toujours plus notre autonomie?

Seriez-vous capable d'indiquer précisément à vos congénères une source de nourriture distante de 2 km, juste en dansant devant eux? L'abeille sait le faire.

A la prochaine; tricotons notre joie!



DES MAÎTRES À PENSER AUX MAÎTRES À RÉPÉTER Ou de l'intelligence naturelle à l'« intelligence » artificielle

« Pensez par vous-même » fut longtemps l'invitation de nombreux philosophes. « Dispensez-vous de penser, on le fait pour vous! » semble être de nos jours le mantra des gourous des technologies connectées et comble du ridicule, ils nous présentent cette régression de nos capacités cognitives comme LE progrès.

CIRÉ

DES ACTIVITÉS MINIÈRES PRÈS DE CHEZ VOUS?

texte d'opinion par Sylvie Berthaud

S'appuyant sur la vieille loi des mines, digne du temps de la ruée vers l'or, le gouvernement provincial a vendu le corps du territoire québécois, pour des miettes et à des intérêts privés, en octroyant ces dernières années beaucoup de permis miniers, dits «claims». Pour faire passer la pilule, des pseudo-consultations publiques ont été mises en scène sous le titre : « Territoire incompatible avec les activités minières » ou TIAM.

L'étau se resserre avec des publicités pleine page en ce printemps 2023, intitulées « Miser sur nos ressources naturelles pour propulser une économie verte ». Avec un appétit monstre pour ces « minéraux d'avenir » dont le lithium, graphite, nickel, cobalt..., le gouvernement québécois oblige les MRC à répondre aux exigences des Orientations gouvernementales en matière d'aménagement du territoire (OGAT), sans possibilité de refus complet de l'activité minière près de chez nous.

Certaines MRC ont organisé de véritables forums de consultation publique, c'est le cas de la MRC d'Argenteuil souhaitant recueillir les commentaires de ses citoyens et des organismes du milieu sur les OGAT proposées (ou exigées?), qui permettraient des activités minières dans nos milieux de vie. On peut consulter leur rapport de synthèse daté du 9 mars 2020, sous le titre « Forums de consultation dans le cadre du processus d'identification des TIAM ».

Il en ressort que les critères présentés par l'état québécois ne répondent pas aux attentes d'une grande majorité des participants souhaitant préserver leur environnement, principalement les ressources en eau et les territoires nécessaires à la recharge de cette eau. Il s'agit aussi pour plusieurs citoyens de faire respecter l'identité territoriale de leur MRC, en prenant en compte toutes les activités existantes qui pourraient être affectées par le bruit, la pollution, les vibrations, la circulation des camions et la poussière.

Ce gouvernement, prétendant qu'une cohabitation harmonieuse est possible, est celui qui voulait cacher les données sur les eaux usées, qui aurait aimé supprimer des aires protégées et qui autorise par décret le dépôt de résidus miniers dans huit lacs en périphérie de la mine de fer du côté de Fermont malgré des consultations défavorables...

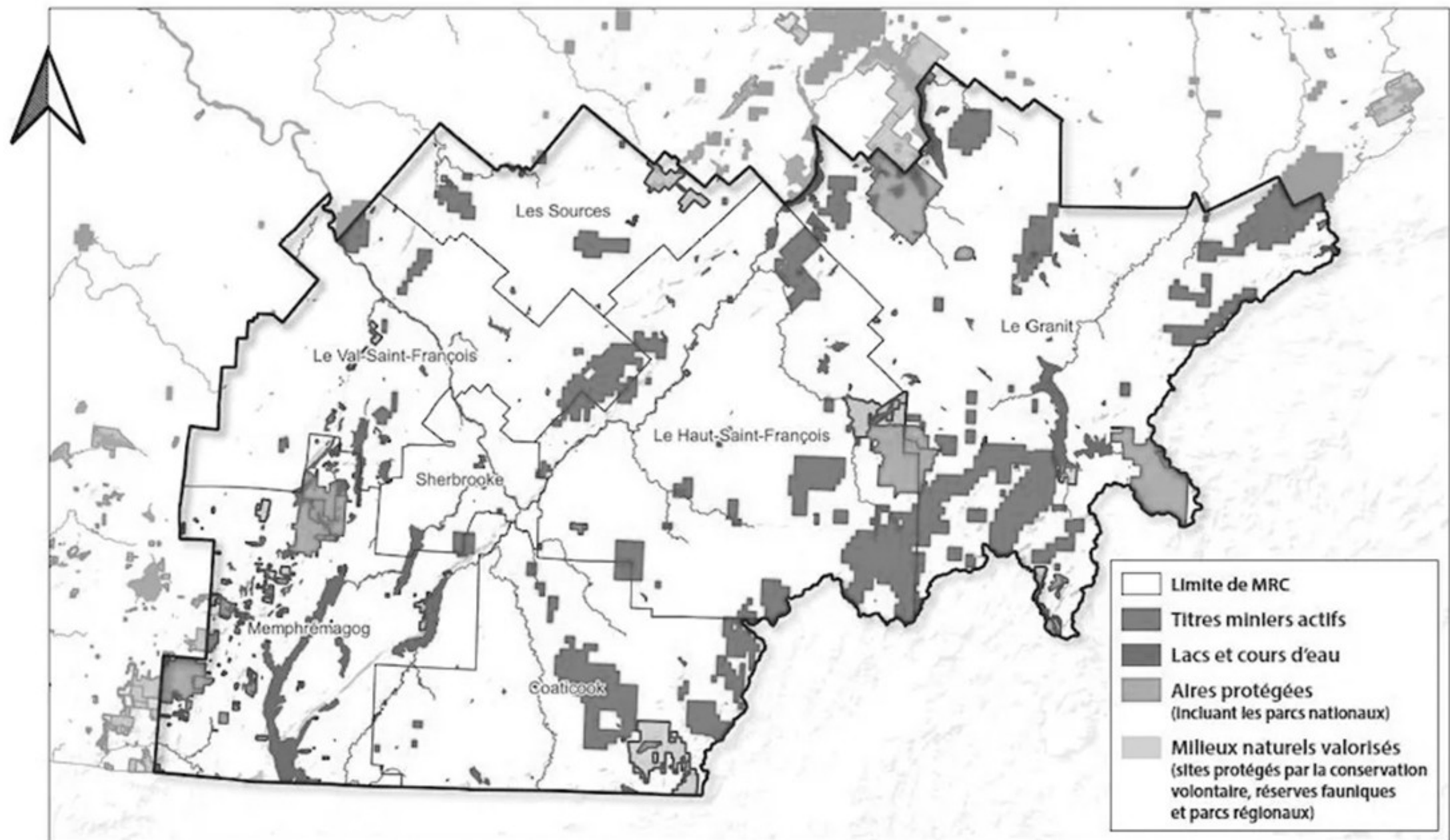
Certaines MRC lors de cette démarche exigée pour définir des territoires incompatibles avec les activités minières ont été plusieurs fois rabrouées par le gouvernement. Ainsi, la MRC du Val St François qui souhaitait préserver au moins 70% de sa superficie se voit contrainte de signer pour seulement ... 40%!

Si 60% du milieu est menacé par des mines privées en quête de métaux rares, qu'elles peuvent se déployer ici ou là et même à seulement 1 km des municipalités, dans des milieux humides ou certaines zones agricoles, nos MRC ont intérêt à refuser de se livrer en pâture à des intérêts spéculatifs. Le Québec compte à lui seul 2 fois plus de lobbyistes que tout le Canada! La loi No 122 a promu les municipalités en tant que gouvernements de proximité : quel est leur réel pouvoir quand le gouvernement tient les MRC par les bourses?

Avec l'obsolescence programmée, le gaspillage de ces ressources dites rares est énorme. Des millions d'appareils connectés seraient mis au rebut par le changement de la bande passante de 2 ou 3 G à 4 ou 5 G, encore plus énergivore et dont les citoyens n'ont pas besoin. Surtout, les mines menacent l'eau potable, cette richesse indispensable à notre vie quotidienne.

Voici, sur la page de droite, un aperçu des titres miniers actifs (fin 2022), seulement en Estrie (en foncé)

Voir SIGEOM : système d'informatique géominière – carte interactive



PLUS DE 267 000 PERMIS MINIERS ONT ÉTÉ CÉDÉS PAR LE GOUVERNEMENT QUÉBÉCOIS

POUR EN SAVOIR PLUS, RÉFÉRENCES :

- * Vivre sans mine.org dans la région de Cleveland et St Félix de Kingsey
- * Eau secours : carte des claims par région
- * Rapport_TIAM_forums_INM_2020.pdf
- * Coalition québécoise des lacs incompatibles avec l'activité minière : QLAİM qui regroupe 75 associations et demande un moratoire sur l'octroi de nouveaux permis miniers et l'abolition de la loi 246 qui donne préséance aux activités minières
- * Coalition Québec meilleure mine



**MERCI D’AFFICHER UNE PANCARTE
DEVANT CHEZ VOUS, OU À UNE FENÊTRE**
Contact : Sylvie au 819-344-5136



PRÉSENT DANS **RICHMOND**

ANDRÉ BACHAND
DÉPUTÉ DE RICHMOND

819 879-1104

Andre.Bachand.RICM@assnat.qc.ca

192, rue du Roi
Val-des-Sources (QC) J1T 1S3



Fière partenaire de votre communauté



CÉLÉBRATION DES Bénévoles 2023

En quelques photos...



La Meunerie



Le CA de La Meunerie



Le Journal Adriennois



La Bibliothèque



La FADOQ



Le Comité de développement

An aerial photograph of a natural landscape. A dense forest of evergreen trees covers most of the area. A light-colored, winding road or path cuts through the forest, starting from the left and curving towards the center. In the foreground, a dark, meandering river or stream flows through a less densely forested area. Several small, light-colored buildings or houses are scattered throughout the forest, some near the road and others more isolated. The overall scene is a mix of natural wilderness and human habitation.

ESPACE-NATURE PETIT-HAM

Gilles Pellerin

gpellerin@hotmail.com

Tél.: 819 828-2341

WWW.PETITHAM.COM