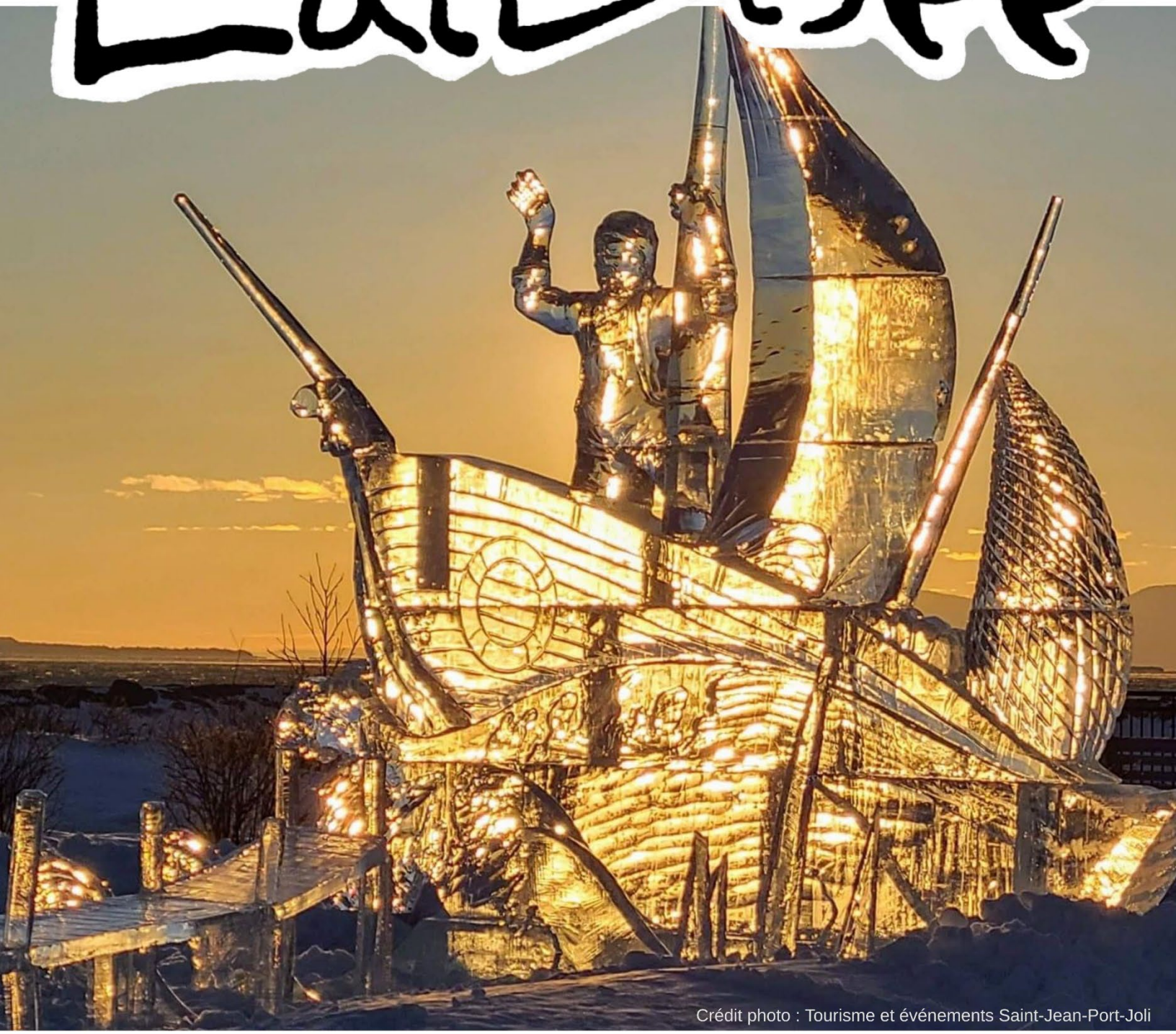
L'attisée



Crédit photo : Tourisme et événements Saint-Jean-Port-Joli

Joyeuses Saint-Valentin

Volume 43 - Numéro 2 - Février 2026

4
Lettre ouverte à M. François Legault

20
Chroniques municipales

25
Chronique historique

Journal L'ATTISÉE Maison Communautaire Joly
318-8, rue Verreault | Saint-Jean-Port-Joli | G0R 3G0
Tél.: 418 598-9590 * Laissez un message sur la boîte vocale

*** MERCI DE PRIVILÉGIER LE COURRIEL ***

Notez que la personne responsable du montage et de la publicité est disponible par courriel ou par téléphone.

- Site web : www.lattisee.com
- Courriel : journal.attisee@hotmail.com (Informations, textes, publicités).
- Pour devenir membre ou renouveler votre carte de membre comptable.attisee@videotron.ca

Nous vous invitons à visiter régulièrement notre site WEB. Vous pouvez y consulter le journal, l'imprimer et le télécharger.

Ce journal est tiré à **2 952** exemplaires et est distribué gratuitement dans tous les foyers de Saint-Jean-Port-Joli, Saint-Aubert et Saint- Damase. À l'extérieur de ce territoire, l'abonnement est de 40 $ annuellement. L'ATTISÉE est un journal à sociétariat. Le coût de la cotisation annuelle est de 10 $.

CONSEIL D'ADMINISTRATION
Président : Hervé Bernier — Vice-président : Serge Picard
Secrétaire : Jacques Ouellet — Trésorière : Claudine Pelletier
Administrateurs : Gisèle Desrosiers, Clémence Dubé, Isabelle Paradis

JOURNALISTES À LA PIGE ET COLLABORATEURS : Sylvain Lord, Huguette Soumis, Serge Picard, Hervé Bernier, Louise Chouinard, Clémence Lord, Martine Blouin.

CORRECTION : Huguette Soumis, Serge Picard

TENUE DE LIVRES : Claudine Pelletier

CONCEPTION ET MÉDIAS SOCIAUX : Anick Labonté

IMPRESSION : Impression Rive-Sud

Mois	Tombée jusqu'à 16h	Posté le :
Mars 2026	**11 février 2026**	**27 février 2026**
Avril 2026	11 mars 2026	27 mars 2026
Mai 2026	15 avril 2026	1 mai 2026
Juin 2026	13 mai 2026	29 mai 2026
Juillet 2026	10 juin 2026	3 juillet 2026
Août 2026	8 juillet 2026	7 août 2026
Septembre 2026	12 août 2026	28 août 2026
Octobre 2026	16 septembre 2026	2 octobre 2026
Novembre 2026	14 octobre 2026	30 octobre 2026
Décembre 2026	11 novembre 2026	27 novembre 2026

Accueil : Résidences Ainés 5
Agent immobilier 30
Assurances 15
Alimentation : marché, maraichers 15
buffets, restauration 6, 16
Arbres : Conseiller acéricole 10
Automobile : garages 16, 35
réparation de vitres 30
Caisse Desjardins 6, 34
Carte de membre du Journal L'Attisée 3
Centre Action Bénévole 6
Centre d'éducation des adultes 9
Comptabilité 11
Construction : Cuisine, Entretien, Rénovation 10, 14, 19
Peinture, Plâtrage 16, 19
Plomberie, Chauffage 14, 36
Cours de piano 12
Décoration 15, 35
Déménagement 7
Déneigement 7, 35, 36
Députés 11
Ébénisterie 7
Excavation 17, 19, 36
Fête d'hiver 8
Fleurs, plantes 11
Info municipale : Saint-Jean-Port-Joli ..... 20 à 21
Info municipale : Saint-Aubert 22
Informatique 15
Location remorque, conteneur 29
Meubles Rembourrage 7
Notaire 15
Réparation : électroménagers 35
Résidences funéraires 9, 39
Soins de santé : Infirmière clinicienne ..... 36 Acupuncture 11
Chiropractie ..... 30 Soins des pieds 16
Fondation des services ..... 36 Produits Bien-être 16, 29
Vêtement, cordonnerie 39

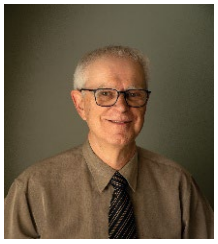
TARIFICATION PUBLICITAIRE PAR PARUTION POUR L'ANNÉE 2026

Prix pour les publicités déjà montées (taxes, conception, retouches en sus) Détails complets sur notre site web dans la section **À propos/Tarifs publicitaires et dimensions**
Conception et retouches : Les prix peuvent varier selon la complexité et le format du montage publicitaire.
Les coûts seront fournis sur demande.
* Avec choix de la page sauf les pages 2 et 3. Celles du centre sont réservées aux municipalités.

Dimensions	Prix
Carte d'affaire	32 $
¼ de page	61 $
1/3 de page	88 $
½ page	118 $
¾ de page	185 $
1 page complète	215 $
Page de dos	245 $
Page pleine *	320 $

Les publicités sont importantes pour continuer à distribuer gratuitement le journal. Merci à toutes les entreprises qui nous supportent et bienvenue aux autres au cours des prochaines parutions.

Faites-nous parvenir vos articles ou publicités avant la date de tombée (date limite). Le journal L'ATTISÉE se réserve le droit de publier ou non les articles ou publicités en fonction de l'espace disponible. De modifier ou écourter un texte et refuse de publier des articles non signés ou à caractère répétitif ou polémique.



PAR HERVÉ BERNIER, PRÉSIDENT DU CONSEIL D'ADMINISTRATION DU JOURNAL L'ATTISÉE

Nouvelles de L'Attisée
Déjà deux mois d'hiver derrière nous et une année 2026 bien entamée! Parlant de début année 2026, c'est le temps pour les membres du journal de renouveler la cotisation annuelle et pour ceux et celles qui ne sont pas membres, c'est le temps d'encourager votre journal local.

L'importance du membership
Pourquoi être membre du journal communautaire L'Attisée? Même si je ne suis pas membre, je reçois quand même le journal, alors la question soulevée ci-dessus se pose. Au risque de me répéter, être membre, c'est poser un geste concret pour encourager les bénévoles et le personnel qui s'affairent à produire mensuellement L'Attisée. Le coût annuel du membership de dix dollars constitue un montant qui est somme toute symbolique, lorsque l'on considère ce qu'il en coûte pour aller prendre un café et une brioche. En plus de constituer une marque d'encouragement et d'appréciation pour l'équipe du journal, le statut de membre permet de participer aux assemblées générales des membres et de voter sur les décisions qui s'y prennent. Par ailleurs, le membre qui souhaite s'impliquer davantage peut aussi siéger sur le conseil d'administration. Le bénévolat c'est une autre façon de se sentir utile dans la communauté. **Pour les nouveaux venus, c'est aussi une façon de s'intégrer à la communauté**.

Un nombre élevé de membres donne de la crédibilité au journal face à des bailleurs de fonds tels que le Ministère de la culture et des communications qui en fait un critère important lors de l'analyse des demandes de financement qui lui sont adressées. D'où justement l'importance de devenir membre pour assurer la pérennité du journal. À cet effet, **un formulaire d'adhésion et/ou de renouvellement est imprimé au bas de la page** de la présente édition de L'Attisée.

Rajeunissement de L'Attisée
Après plus de 40 ans d'existence, nous croyons qu'il était devenu temps de renouveler l'image, la présentation et le contenu du journal, afin de mieux répondre aux souhaits exprimés par nos lecteurs et lectrices lors du sondage réalisé en avril 2024. Le logo d'une entreprise constitue un premier contact visuel. Suite à une recommandation de Navir (consultant en communication) relative au rajeunissement de notre logo, nous avons lancé un concours visant à concevoir un nouveau logo pour le journal. Nous vous informons que le choix du comité de sélection s'est porté sur la proposition de Mme Audrey Deschênes-Picard, choix qui a été entériné par le conseil d'administration.

En tant que designer de produits avec un intérêt marqué pour les arts et le graphisme, Mme Deschênes-Picard explique ainsi sa démarche: "J'aime réfléchir aux identités visuelles et à ce qu'elles racontent. J'ai abordé ce projet avec enthousiasme, heureuse de pouvoir revisiter un symbole connu à travers un regard actuel." De plus, la conceptrice mentionne: "Le nouveau logo de *L'Attisée* repose sur une typographie dessinée à la main, volontairement organique et texturée, dont les lettres irrégulières évoquent la matière vivante et la trace laissée par le feu. Ainsi, le logo traduit visuellement le nom L'attisée : une marque qui ne se contente pas d'allumer, mais qui nourrit, rassemble la culture locale, met en lumière les commerces d'ici et laisse place à une pluralité de voix."

Nos félicitations à Mme Deschênes-Picard pour avoir remporté le concours. Son logo ornera dorénavant la page couverture de **L'Attisée**. Pour conclure, nous tenons à remercier toutes les personnes qui nous ont fait parvenir des propositions dans le cadre du concours. On constate qu'il y a beaucoup de créativité chez nos lectrices.

Pour 2026
Comme pour l'achat local, pensons à soutenir en priorité nos organismes locaux. Vous avez été plus nombreux à devenir membres en 2025 qu'en 2024. Nous souhaitons qu'en 2026, nous dépassions les inscriptions de 2025. **Comme résolution pour l'année 2026**, je vous suggère d'adhérer ou de demeurer membre de L'Attisée et je vous souhaite une bonne et heureuse année de bénévolat!

L'attisée

CARTE DE MEMBRE DE L'ATTISÉE POUR L'ANNÉE 2026

Pour soutenir votre journal et assurer sa continuité, nous avons besoin de membres.

En adhérant ou en renouvelant votre carte de membre au coût de 10 $, vous démontrez l'intérêt que vous avez pour le Journal L'Attisée. Cet appui est nécessaire pour obtenir l'aide du Ministère de la Culture et des Communications.

Pour devenir membre, renouveler ou faire un don, faites parvenir un courriel à comptable.attisee@videotron.ca ou retournez le formulaire ci-bas.

☐ CARTE DE MEMBRE 10 $ ☐ DON : _____ $

NOM : _____

ADRESSE : _____

VILLE : _____

ADRESSE COURRIEL : _____

AMECQ
ASSOCIATION DES MÉDIAS ÉCRITS COMMUNAUTAIRES DU QUÉBEC

86, boulevard des Entreprises, bureau 206
Boisbriand (Québec) J7G 2T3
514 383-8533 1 800 867-8533
www.amecq.ca
medias@amecq.ca

Le 7 janvier 2026,

Monsieur François Legault
Premier ministre du Québec
Édifice Honoré-Mercier, 3e étage
835, boul. René-Lévesque Est
Québec (Québec) G1A 1B4

Qu'adviendrait-il de nos médias s'ils étaient tous contrôlés par des entreprises américaines, ou s'ils devenaient la propriété d'un ou deux conglomérats ? Auriez-vous toujours confiance en eux ? Vous devez convenir que de telles situations seraient inacceptables.

Au rythme où vont les choses, cela risque cependant d'arriver, plus tôt que tard. La presse locale peine à survivre et quand elle aura disparu, il ne restera plus que quelques grands joueurs.

L'information locale indépendante, celle que les journaux communautaires produisent depuis des décennies, est pourtant essentielle à notre démocratie. Sans elle, il n'y aurait aucun contrepoids aux médias commerciaux et aux informations parfois partisanes, et des communautés entières perdraient leurs voix.

Depuis la COVID, les médias communautaires voient leurs revenus de publicité chuter – même le gouvernement s'est détourné d'eux, au profit de **Meta,** pour la publication de ses messages ! Ainsi, même avec les subventions reçues du ministère de la Culture et des Communications via le PAMEC (programme d'aide au fonctionnement des médias communautaires), nos journaux membres sont dans le rouge. Nous cherchons tous activement des solutions pour réduire leurs coûts, mais ceux-ci augmentent quand même.

Nous croyons que le gouvernement peut faire la différence, même en période de compressions. Les sommes totales nécessaires pour assurer la survie de nos journaux communautaires représentent une fraction infime du budget. Une hausse de 10 % du PAMEC et la reprise des publicités gouvernementales dans nos journaux seraient sans doute suffisantes.

Demeurant persuadé que vous serez sensible à notre requête, je vous prie d'accepter mes salutations distinguées.

Le président,

Joël Deschênes

c. c. : Marc Tanguay, chef par intérim du Parti libéral du Québec
Ruba Ghazal, co-porte-parole de Québec solidaire
Paul Saint-Pierre Plamondon, chef du Parti Québécois

À LA SAINT-VALENTIN, VENEZ CÉLÉBRER NOTRE AMOUR POUR LES FROMAGES DE NOTRE RÉGION!

Repas 5 services exclusif, cuisiné par notre chef, M. Richard Paré

Jeudi 12 février 2026 | 18 h

À la salle à manger de la Résidence Les Bâtisseurs, La Pocatière

Stéphanie Cloutier
Votre conseillère en hébergement

Places limitées, réservez la vôtre dès maintenant :

418 709-6133
Billet : 35 $

Résidence des Bâtisseurs La Pocatière
15, 6e avenue Pilote, La Pocatière
581 213-0285 • Batisseurs.ca

Le crédit d'impôt pour le maintien à domicile des aînés

PAR LE CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DES MRC DE MONTMAGNY ET DE L'ISLET

Pour bien des aînés, avec les années, rester dans sa maison, dans son quartier, près de ses souvenirs, c'est précieux. Avec le temps, avoir un peu d'aide à domicile peut devenir nécessaire … et c'est tout à fait normal, mais parfois, on hésite à y avoir recours à cause des coûts.

Ce que plusieurs ne savent pas, c'est qu'il existe au Québec un crédit d'impôt pour le maintien à domicile des aînés qui peut aider à payer certains services reçus à la maison. **Ce crédit est remboursable**, ce qui veut dire que vous pouvez recevoir de l'argent, même si vous ne payez pas d'impôt ou très peu.

Par exemple, des services comme l'aide au ménage, la préparation des repas, l'accompagnement pour les courses ou les rendez-vous, les soins personnels ou la surveillance à domicile peuvent être admissibles. Ces services facilitent le quotidien et permettent de demeurer chez soi plus longtemps.

Lors de la période d'impôt, il n'est pas toujours facile de s'y retrouver dans les formulaires ou de savoir par où commencer. Et c'est normal d'avoir des questions ou de se sentir un peu perdu devant les démarches. Rassurez-vous : vous n'êtes pas seul. Plusieurs services sont présents pour vous aider et si vous êtes ainée et avez besoin d'être guidée ou simplement d'en parler, informez-vous auprès du votre travailleur de milieu de votre MRC :

MRC Montmagny : Steeve Gobeil 418 248-7242 poste 106
MRC L'Islet : Marie-Claude Maheu 418 248-7242 poste 115

De plus, le Centre d'action bénévole des MRC de Montmagny et de L'Islet offre aux citoyens vulnérables à partir du 9 février 2026 son service d'aide à la production d'impôt, informez-vous pour vérifier votre admissibilité, les places sont limitées.

Face aux Dragons : la relève entrepreneuriale de Montmagny-L'Islet de nouveau sous les projecteurs

PAR VANESSA GUAY-BAKER, AGENTE EN ENTREPRENEURIAT JEUNESSE, CARREFOUR JEUNESSE-EMPLOI RÉGION L'ISLET

Le concours entrepreneurial *Face aux Dragons* est de retour pour une 9e édition qui s'annonce aussi audacieuse qu'inspirante. Du **15 janvier au 13 mars 2026**, **les jeunes de 5 à 35 ans résidant dans les MRC de Montmagny et de L'Islet** sont invités à soumettre leur projet entrepreneurial et à le présenter devant un panel d'entrepreneurs chevronnés. À la clé : des bourses pouvant atteindre un montant de 1 750 $, mais surtout une expérience formatrice et un accompagnement de grande valeur.

Porté par les Carrefours jeunesse-emploi de la MRC de L'Islet et de la région de Montmagny, *Face aux Dragons* se distingue par sa mission claire : allumer et nourrir la flamme entrepreneuriale chez les jeunes. Plus qu'un concours, il s'agit d'un véritable tremplin qui permet aux participants de développer leur créativité, leur autonomie et leur persévérance, tout en contribuant activement au dynamisme économique régional.
Depuis sa création, l'initiative affiche un bilan remarquable. Plus de 100 projets ont été récompensés et plus de 79 000 $ en bourses ont été remis. Lors de la dernière édition, des projets aussi variés qu'Alimentation Rose Végane, Sergent Détergent et CPC en cuisine ont été mis en lumière, illustrant la richesse et la diversité de l'entrepreneuriat jeunesse dans la région.

Pour l'édition 2026, sept entrepreneurs de renom agiront à titre de Dragons. Leur rôle ne se limite pas à l'évaluation des plans d'affaires : ils offrent également un regard critique, des conseils concrets et un accès privilégié au milieu des affaires régional, un atout inestimable pour les jeunes porteurs de projets.

Le succès durable de *Face aux Dragons* repose aussi sur l'engagement de partenaires solides. Desjardins agit à titre de partenaire présentateur de cette 9e édition, réaffirmant son soutien à la jeunesse et à l'entrepreneuriat local. Plusieurs commanditaires régionaux se joignent également à l'initiative, convaincus du potentiel et de l'importance d'investir dans la relève.

Les jeunes intéressés sont invités à soumettre leur projet accompagné d'un bref plan d'affaires avant le 13 mars 2026. Les projets réalisés dans un cadre scolaire doivent être supervisés par un adulte. Depuis neuf ans, *Face aux Dragons* continue de démontrer que les idées d'aujourd'hui peuvent devenir les entreprises de demain.

Renseignements et accompagnement :

Vanessa Guay-Baker
Agente en entrepreneuriat jeunesse, Carrefour jeunesse-emploi Région L'Islet
418 247-7335, poste 106
vanessa@cjelislet.qc.ca

Caroline Gimbert
Directrice générale, Carrefour jeunesse-emploi Montmagny
418 248-3522, poste 224
dg@cjemontmagny.com

Bureaux :
Tourville : 962, rue des Trembles, bureau 300
L'Islet : 250, boul. Nilus Leclerc, local 1
Montmagny: 65, avenue de la Gare

FÊTE D'HIVER SAINT-JEAN PORT-JOLI

20.21.22 FÉVRIER 2026

CONCOURS DE SCULPTURE SUR NEIGE PROVINCIAL & RELÈVE
DÉMONSTRATIONS DE SCULPTURE SUR GLACE

SPECTACLE DU VENDREDI ♪ PROGRAMME DOUBLE
HOMMAGE À PLUME LATRAVERSE & LA PATENTE

SOIRÉE FESTIVE DU SAMEDI

FEUX D'ARTIFICE - DANSE HIVERNALE AVEC **DJ DOUM**
SOIRÉE AVEC **M. BAZARD** - NUIT DES LONGS COUTEAUX

PROFITEZ DE NOS ACTIVITÉS DE LA FIN DE SEMAINE

COURSE & MARCHE HIVERNALE - TOURNÉE DES SCULPTURES DANS LE VILLAGE - INITIATION AU FAT BIKE - SOCCER BULLE - TRAMPOLINE EURO BUNGEE - MAQUILLAGE POUR LES ENFANTS - BAR DE GLACE - HOT DOG - PARTY DE CABANE À SUCRE - ATELIERS DE SCULPTURE POUR ENFANTS - GLISSADE

#SCULPTURES #HIVER #PLEINAIR #CHOCOLATCHAUD #ARTÉPHÉMÈRE #GRANDIOSE #FRISSONSDEPLAISIR

Arts & Sculpture SAINT-JEAN-PORT-JOLI

PROMUTUEL ASSURANCE CÔTE-SUD

Québec

Cofec SAINT-JEAN-PORT-JOLI

Il est encore temps de vous inscrire

Saviez-vous que, même adulte (16 ans et +), vous pouvez retourner à l'école pour terminer vos études, apprendre un nouveau métier, vous perfectionner ou faire reconnaître vos acquis et vos compétences?

Il est possible de vous inscrire tout au long de l'année en formation générale des adultes!

Le Centre de services scolaire de la Côte-du-Sud compte quatre centres :

- Centre d'éducation des adultes de Bellechasse
- Centre d'éducation des adultes de Montmagny-L'Islet-Nord
- Centre d'éducation des adultes de L'Islet-Sud
- Centre d'éducation des adultes de Saint-Paul

Sakado

Besoin d'aide pour votre inscription?
Communiquez avec le service Sakado
418 234-2574
tonprojet@tonsakado.ca

RÉSIDENCE FUNÉRAIRE MP
Marius Pelletier inc.

Succursale de Saint-Jean-Port-Joli réaménagée
Nouveaux décors et
Columbarium intérieur

Vous pouvez nous joindre
75, avenue de Gaspé Est,
Saint-Jean-Port-Joli
418.598.3328
Sans frais 1.866.856.3371

Services funéraires professionnels.

Des conseillers près de vous et de vos proches
François Pelletier, thanatologue.

www.maisons-funeraires.com

VIVRE AVEC L'ANXIÉTÉ

Cet atelier vous aide à trouver des stratégies et outils concrets pour reprendre du pouvoir sur votre santé mentale dans votre vie quotidienne.

- Démarche structurée sur 10 semaines.
- Information théorique
- Activités pratiques, discussions et exercices
- Formule de groupe basée sur l'entraide.
- Matériel inclus.

« L'atelier m'a permis de prendre conscience de mon anxiété et de mettre des mots sur ce que je ressentais. C'est la première fois depuis longtemps que je me sens mieux. L'atelier est vraiment bien construit. »
- Participant à l'atelier d'autogestion de l'anxiété.

Du 9 mars au 25 mai 2026, les lundis de 13h à 15 h 30.
Atelier offert en personne
Coût : 40 $
Pour s'inscrire :
Stéphanie Dubé ou Gina Duval au 418 359-3348
Les nouveaux sentiers de la MRC de L'Islet
www.nouveauxsentiers.org

relief
relief.ca
le chemin de la santé mentale
Centre intégré de santé et de services sociaux de Chaudière-Appalaches
Québec

La bibliothèque Marie-Bonenfant offre un nouveau service de prêt aux résident(e)s de L'Oasis

PAR LA RÉSIDENCE L'OASIS

L'équipe de la bibliothèque Marie-Bonenfant est fière d'offrir un nouveau service de prêt de volumes en résidence pour personnes aînées à Saint-Jean-Port-Joli. Une fois par mois, nos bénévoles Joanie, Julie et Nicole remplissent une valise avec une sélection de livres personnalisée et se rendent à la salle communautaire de L'Oasis pour rencontrer les résidentes et résidents. Douze personnes les attendaient déjà à leur première visite, le 28 novembre dernier. La lecture est rapidement devenue un prétexte à la discussion et aux échanges. Nul doute que les partages se multiplieront au fil des rencontres!

« *Les bénévoles sont très attentives aux demandes et aux besoins des résidentes et résidentes*. », observe Janet Michaud, directrice générale de L'Oasis. Les commentaires sont positifs et unanimes : ce nouveau service est sans contredit un plus dans la programmation d'activités, déjà très dynamique, de la RPA.

Les visites des bénévoles de la bibliothèque se poursuiveront en 2026 chaque premier vendredi du mois à L'Oasis.

ENTRETIEN *Michel Dubé Enr.*

Simplifiez-vous la vie en me laissant réaliser vos travaux

- Entretien et maintenance générale
- Réparations diverses
- Installation de nouvelles composantes
- Et bien plus encore…

Maison : 418 598-9817
Cell : 418 241-6206

La 11e édition des Prix du patrimoine est officiellement lancée.

PAR JOSÉE-ANNE PARADIS - CULTURE CAPITALE-NATIONALE ET CHAUDIÈRE-APPALACHES

Jusqu'au **1er mars 2026**, les citoyennes, citoyens, organismes et institutions des régions de la Capitale-Nationale et de Chaudière-Appalaches sont invités à soumettre une candidature afin de souligner des actions exemplaires en matière de sauvegarde, de préservation et de mise en valeur du patrimoine.

Remis tous les deux ans, les Prix du patrimoine visent à reconnaître le travail remarquable d'individus et d'organisations qui contribuent, de façon respectueuse et inventive, à faire rayonner notre patrimoine sous toutes ses formes : bâti, paysager, vivant ou immatériel. Cette reconnaissance met en lumière l'importance du patrimoine comme pilier de notre identité collective et comme moteur de vitalité culturelle dans les milieux urbains et ruraux.

Les candidatures peuvent être déposées dans l'une des **quatre catégories** suivantes.
La catégorie **Conservation et préservation** s'adresse aux projets ayant réalisé des interventions physiques sur des bâtiments, des ensembles bâtis, des biens mobiliers ou des collections d'intérêt patrimonial. Une nouveauté marque l'édition 2026, avec l'ajout de deux sous-catégories : *Projet privé* et *Projet institutionnel*.

La catégorie **Interprétation et diffusion** récompense les initiatives qui rendent le patrimoine accessible au public, que ce soit par des activités, des objets ou des approches innovantes de médiation culturelle.

La catégorie **Porteurs de tradition** reconnaît les personnes ou groupes qui assurent la transmission de savoir-faire et de pratiques issues des générations précédentes, notamment en métiers traditionnels, en musique, en danse, en chant, en conte ou en arts.

Enfin, la catégorie **Préservation et mise en valeur du paysage** s'adresse aux actions ou projets visant à protéger ou valoriser des ensembles paysagers ou des sites reconnus pour leur valeur patrimoniale.

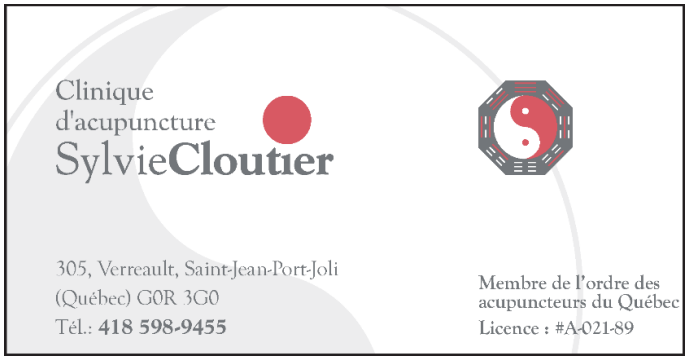
Les candidatures doivent être transmises par voie électronique à l'aide du formulaire en ligne prévu à cet effet. Le dévoilement des lauréates et lauréats aura lieu au **printemps 2026**, lors de remises de prix locales. Ceux-ci bénéficieront d'une campagne promotionnelle à l'échelle régionale, ainsi que d'une visibilité particulière grâce à un **cahier spécial publié dans Le Journal de Québec à la mi-juin**.

Cette 11e édition rassemble un vaste territoire, incluant Wendake, 15 MRC de la Capitale-Nationale et de Chaudière-Appalaches, ainsi que les villes de Lévis et de Québec.
Les Prix du patrimoine sont produits par Culture Capitale-Nationale et Chaudière-Appalaches.

Pour toute question, il est possible de communiquer avec **Mme Virginie Laberge-Ratelle**, agente de développement en patrimoine immobilier, par courriel à l'adresse v.laberge-ratelle@mrclislet.com

comptabilité
DIANE ST-PIERRE
Tenue de livres pour petites entreprises et travailleurs autonomes.
418-241-8334
info@comptabilitedsp.com
comptabilitedsp.com

Là pour vous!
BERNARD GÉNÉREUX
DÉPUTÉ | MONTMAGNY—L'ISLET—KAMOURASKA—RIVIÈRE-DU-LOUP
BERNARD.GENEREUX@PARL.GC.CA · BERNARDGENEREUX.CA · 1-855-881-9876


Clinique d'acupuncture
SylvieCloutier
305, Verreault, Saint-Jean-Port-Joli
(Québec) G0R 3G0
Tél.: 418 598-9455
Membre de l'ordre des acupuncteurs du Québec
Licence : #A-021-89

Joyeuse St-Valentin!
MATHIEU RIVEST
DÉPUTÉ DE CÔTE-DU-SUD À L'ASSEMBLÉE NATIONALE
418 234-1893 | (Sans frais) 866 774-1893
Mathieu.Rivest.CDS@assnat.qc.ca
CRÉER DYNAMISER SOUTENIR

MANU
Atelier Culinaire
COMPTOIR DE PRÊT-À-MANGER
Des pâtés... aux bouchées 5@7
De la soupe maison... au filet mignon
Mets cuisinés maison avec produits de saison
Repas du jour
Format individuel ou familial
TRAITEUR
Repas chaud / Boîtes-à-lunch / Buffet
Funérailles
Buffet chaud et froid
Salle de réception
Emmanuelle Dionne, prop.
10, avenue de Gaspé Est

SERRES de PAOLO
plantes carnivores
OUVERT AU PUBLIC!
25, rue Henri-Gamache
Saint-Jean-Port-Joli, Qc
G0R 3G0
WWW.SERREPAOLO.CA
serresdepaolo@gmail.com
418 473-3540

Sophie Leblanc
Acupuncteure
1.438.875.9455
Membre de l'Ordre des Acupuncteurs du Québec

ACUPUNCTURE
Cloée M. Desranleau
L'ISLET-SUR-MER
33, Chemin des Pionniers E.
418 803.7116
MONTMAGNY
116B, rue Saint-Jean-Basptiste O.
418 241.2124
acupuncturecmd.com

Activité de développement au Centre Bombardier de La Pocatière

PAR MARJOLAINE TARDIF, RESPONSABLE, CPA ST-JEAN-PORT-JOLI

Le samedi 20 décembre dernier avait lieu une activité spéciale de développement pour les patineurs du patinage plus et du développement.

Merci spécial de l'invitation du club de La Pocatière et à notre entraineur Pier-Alexandre Hudon qui a organisé cette belle activité. Tous étaient heureux de faire leur solo sur la glace. Ils ont reçu un certificat.

Le Club de patinage artistique de Saint-Jean-Port-Joli est fier de vous présenter ses participants.

Sur la photo : 1ière rangée à l'avant : Maéva Morneau, Léa-Rose Lévesque, Maria Lemelin-Bouchard, Laurye-Ane Chouinard, Liliarose Lemelin-Bouchard 2ième rangée à l'arrière : Emmy Gamache, Alice Boily-Caron, Océane Dubé-Lizotte, Élodie Caron, , Mathilde Deschênes et Adélia Lemelin-Bouchard.

La CDC ICI Montmagny–L'Islet annonce la création d'un Comité logement Montmagny–L'Islet, issu de la mise en place d'un comité de crise sociale réunissant plusieurs organismes communautaires du territoire.

Cette mobilisation fait suite aux cris d'alarme de la communauté face à la pénurie de logements, à la hausse des loyers et à l'insécurité résidentielle touchant un nombre croissant de ménages dans la région.

La crise du logement entraîne des conséquences importantes : lorsque les ménages consacrent une part trop élevée de leur revenu au loyer, ils doivent couper ailleurs. Cela se traduit notamment par une diminution des dépenses en alimentation saine et en activités sociales et familiales, contribuant à un ralentissement économique local ainsi qu'à des impacts sur la santé et la réussite scolaire des enfants.

Le comité regroupe des organismes communautaires, des citoyens et des partenaires en défense de droits afin de documenter les enjeux, d'orienter les personnes en difficulté et de porter des actions collectives. Il est accompagné par le Regroupement des comités logement et associations de locataires du Québec (RCLALQ).

Il est important de préciser que les personnes impliquées ne sont pas des avocats, mais qu'elles travaillent à informer, orienter et soutenir les personnes vivant des difficultés liées au logement, tout en défendant collectivement le droit à un logement adéquat et abordable.

Pour plus d'information :
CDC ICI Montmagny–L'Islet : 418 358-0648

Présentations publiques

PAR EST-NORD-EST, RÉSIDENCE D'ARTISTES

Déjà presque un mois que 2026 est commencé et nous sommes impatient·e·s de retrouver notre chère communauté lors de nos présentations publiques de l'hiver. Ce sera l'occasion de rencontrer et d'échanger avec notre nouvelle cohorte de résidents·et de résidentes!

Nous vous attendons le jeudi 5 février à 17h pour découvrir les projets et intentions de recherche des artistes Malin Norberg (Stockholm), Kyle Alden Martens (Montréal), Alegría Gobeil (Montréal), Orise Jacques-Durocher (Montréal) ainsi que de l'auteure Ashley Culver (Toronto).

Les présentations seront suivies d'un moment convivial autour d'un verre afin de poursuivre les échanges!
C'est gratuit!

VACANCES EN FAMILLE ?
ON T'Y MÈNE SANS STRESS !

Un service pratique, abordable et durable.
Trois offres adaptées à vos besoins :

Taxibus | Transport interrégional | Transport adapté

BIENVENUE À BORD !

ACCÈS L'Islet

Pour réserver : 1 844 598-8950
Achetez vos billets au acceslislet.com

La Fête d'hiver réchauffe le cœur de Saint-Jean-Port-Joli depuis 1995

PAR LE COMITÉ DE LA FÊTE D'HIVER DE ST-JEAN-PORT-JOLI

Saint-Jean-Port-Joli vibrera au rythme de l'hiver les **20, 21 et 22 février 2026** à l'occasion de la **31e édition de la Fête d'hiver**, présentée au **Parc des Trois-Bérets** et à **La Vigie**. Fidèle à sa tradition, l'événement transformera le site en une vaste galerie d'art glacé à ciel ouvert, réunissant culture, sport et plaisirs hivernaux pour toute la famille.

Tout au long du week-end, **21 équipes d'artistes-sculpteurs**, professionnels et de la relève, seront à l'œuvre pour créer des sculptures éphémères dans le cadre du concours de sculpture sur neige. Le public est invité à suivre l'évolution de ces œuvres spectaculaires, tant au parc que dans le village. Les familles pourront également participer en sculptant leurs propres créations à l'aide de blocs de neige mis à leur disposition.

Depuis 1995, la Fête d'hiver propose une programmation variée alliant activités culturelles et sportives. Parmi les incontournables, on retrouve des ateliers de sculpture pour les enfants, l'Euro Bungee, la glissade, la cabane à sucre, le bar de glace, la tire sur la neige, ainsi que des spectacles musicaux et le traditionnel **feu d'artifice du samedi soir**. Celui-ci précède la célèbre **Nuit des longs couteaux**, durant laquelle les sculpteurs poursuivent leur travail toute la nuit, jusqu'au dimanche midi.

Les festivités débuteront dès le vendredi matin avec l'arrivée des artistes. En soirée, la scène Promutuel de La Vigie accueillera un programme double, soit un **hommage à Plume Latraverse** par Guy Brière et les Mauvaises Herbes, suivi du groupe **La Patente**, en provenance de Fredericton.

Le samedi, les activités sportives s'amorceront dès 8 h avec une course à pied et une marche hivernale familiale de 3,5 km. S'ajouteront notamment l'Euro Bungee, l'initiation au Fat Bike, le soccer bulle, les démonstrations de sculpture, le grand feu de joie et, nouveauté cette année, le maquillage pour enfants offert par **Création Étincelle**. En soirée, après le feu d'artifice, un cracheur de feu et **DJ Doum** animeront la fête, avant la prestation musicale de **M. Bazard** et le début de la Nuit des longs couteaux.

Le dimanche permettra d'admirer les œuvres finalisées et de participer au **vote du public**. Les activités familiales se poursuivront jusqu'au dévoilement des gagnants du concours de sculpture sur neige à **16 h**, lors de la cérémonie de clôture.

La Fête d'hiver est un rendez-vous incontournable pour célébrer l'hiver en famille.

Pour tous les détails : www.fete-hiver.com
Facebook : *Fête d'hiver de Saint-Jean-Port-Joli*.

CONSULTATION PUBLIQUE EN MATIÈRE D'ACCUEIL ET D'INCLUSION DES PERSONNES IMMIGRANTES

PAR CAMILLE BISSON, MRC DE L'ISLET

La MRC de L'Islet amorce une démarche de consultation publique auprès des acteurs de son territoire afin d'appuyer l'élaboration de son prochain plan d'action en matière d'accueil et d'inclusion des personnes immigrantes.

Cet exercice de consultation vise à mieux comprendre les enjeux, les défis et les besoins du territoire en matière d'immigration et de définir les priorités pour le prochain plan d'action. Les municipalités, les entreprises, les organismes ainsi que la population, immigrante et non immigrante, sont appelés à contribuer à différentes étapes.

Dans un premier temps, la MRC de L'Islet lance trois sondages en ligne, avec des questions spécifiques aux réalités de chacun des groupes visés. La récolte de données se terminera le **11 février** prochain.

- Sondage pour les municipalités : **bit.ly/municipalites_pac**
- Sondage pour les entreprises : **bit.ly/entreprises_pac**
- Sondage pour la population* : **bit.ly/population_pac**

**Inclus les personnes immigrantes*

D'autres activités de participation sont à venir, en complément des sondages, dont des rencontres individuelles et une journée de consultation ouverte à tous.

Pour toute question, contactez Mme Caroline Tapia, agente de développement, à c.tapia@mrclislet.com ou au 418 598-3076, poste 263.

À propos de la démarche

Dans sa volonté de faire de sa région un milieu toujours plus accueillant et inclusif, la MRC de L'Islet s'est dotée d'une Politique d'accueil et d'inclusion qui reflète fièrement cet engagement. Elle agit également en collaboration avec le ministère de l'Immigration, de la Francisation et de l'Intégration pour soutenir le développement de la communauté en matière d'immigration et de diversité ethnoculturelle. L'ensemble des actions de cette démarche de consultation est rendu possible grâce au soutien financier du ministère de l'Immigration, de la Francisation et de l'Intégration dans le cadre de son Programme d'appui aux collectivités.

MRC de L'Islet

Sécurité routière : des investissements majeurs profitent à la Côte-du-Sud

PAR CAROLINE MASSÉ - ATTACHÉE POLITIQUE/PRESSE
MATHIEU RIVEST, DÉPUTÉ DE CÔTE-DU-SUD

La Côte-du-Sud bénéficiera d'un important appui financier pour améliorer la sécurité de ses routes au cours des prochaines années. Une enveloppe totale de **239 689 $** a été accordée à trois municipalités de la région dans le cadre du **Programme d'aide financière du Fonds de la sécurité routière (PAFFSR)**, une initiative du gouvernement du Québec visant à réduire les accidents et à protéger les usagers les plus vulnérables.

L'annonce a été faite le 9 janvier dernier par le député de Côte-du-Sud, **Mathieu Rivest**, au nom du ministre des Transports et de la Mobilité durable, **Jonatan Julien**. Parmi les municipalités bénéficiaires figure **Saint-Aubert**, qui reçoit **122 226 $** pour la construction d'un trottoir et l'installation d'un feu clignotant. Ce projet vise à sécuriser les déplacements piétonniers dans un secteur où la circulation et la cohabitation entre les usagers représentent un enjeu important.

Bien que **Saint-Jean-Port-Joli** et **Saint-Damase-de-L'Islet** ne figurent pas parmi les municipalités directement financées lors de cette annonce, ces investissements auront néanmoins des retombées positives à l'échelle régionale. L'amélioration des infrastructures routières dans les municipalités voisines contribue à renforcer la sécurité des déplacements intermunicipaux, particulièrement pour les travailleurs, les familles, les personnes âgées et les élèves qui circulent quotidiennement sur le territoire.

Au total, plus de **200 000 $** sont injectés dans la Côte-du-Sud, qui misent notamment sur l'installation de radars pédagogiques, de bollards et de feux de signalisation afin de ralentir la vitesse et d'améliorer la visibilité aux endroits jugés à risque.

À l'échelle du Québec, le PAFFSR représente un investissement record de **plus de 20 M$** pour la période 2025-2028, permettant la réalisation de **210 projets**. Ce programme s'inscrit dans le **Plan d'action en sécurité routière 2023-2028**, inspiré de la Vision zéro, qui vise à réduire les décès et les blessures graves sur le réseau routier.

Selon le ministre Jonatan Julien, chaque projet financé contribue concrètement à sauver des vies. Pour le député Mathieu Rivest, ces investissements démontrent l'engagement du gouvernement envers des communautés plus sécuritaires et mieux adaptées aux réalités locales.

Ces initiatives rappellent l'importance d'une approche concertée en matière de sécurité routière, au bénéfice de l'ensemble des municipalités de la région, dont Saint-Jean-Port-Joli, Saint-Damase et Saint-Aubert.

PIED'OR
SOINS DE PIEDS À DOMICILE
.cors
.ongles incarnés
.mycoses
.durillons
.callosités
.massage de pieds
.reçu pour impôt
.soins spécifiques diabétiques
Dominique Lizotte
-Technicienne en soins de pieds
418-714-4228

Buffets chauds / froids
Baptême / Funérailles
5 à 7 / Réunions
MamieLise.com
Pâtés & Buffets
MamieLise
Info et Réservation:
Lise Pelletier
(418) 598-6506

Firestone
Denis Thibault
propriétaire
BRIDGESTONE
J.L. Desrosiers & FILS INC.
VENTE DE PNEUS - MÉCANIQUE PRÉVENTIVE
Tél. : 418 598-6434 Téléc. : 418 598-3983 Cell. : 418 234-2026
193, de Gaspé Ouest, Saint-Jean-Port-Joli (Québec) G0R 3G0

PANDO & CO
PRODUITS DE BIEN-ÊTRE
Wellness products
PRODUITS DE BIEN-ÊTRE 100% NATURELS FAITS À LA MAIN AU QUÉBEC
info@pandoetco.ca
www.pandoetco.ca
545 route de l'Église, Saint-Jean-Port-Joli, G0R3G0

Voici d'excellentes raisons de sourire

PAR MARTINE BLOUIN

Pour la santé, pour le mental ou pour le look, on a tous et toutes au moins de vraies raisons de sourire. Le fait de sourires peut nous permettre de prendre les épreuves en revitalisant les évènements.

Le sourire énergise notre système immunitaire.
Quand vous souriez à pleines dents, vous renforcez votre système immunitaire en diminuant le taux de cortisol dans votre corps; cela contribue à réduire le stress offrant un impact positif sur le système immunitaire à long terme.

Le sourire nous aide à vivre plus longtemps
Des études ont montré que le sourire, voire rire peut avoir des effets bénéfiques sur la santé cardiovasculaire en aidant à réduire la pression artérielle et en améliorant la fonction vasculaire.

Sourire est bon pour le moral.
On apprend que si vous vous efforcez à sourire après une mauvaise journée, vous vous sentirez plus heureux. L'essayer, c'est l'adopter!

Le sourire est bon pour la carrière professionnelle
Sourire vous fait paraître plus heureux, plus sociable et plus confiant. Un sourire chaleureux peut aider à créer une première impression positive lors des rencontres professionnelles, que ce soit lors d'entretiens d'embauche, de réunions avec les collègues, les supérieurs et les clients.

Le sourire est réellement contagieux
Pour faire sourire votre entourage, la meilleure solution est de sourire vous – même. Car d'après plusieurs études nous reproduisons inconsciemment les mimiques faciales des autres. Lorsqu'une personne sourit, elle transmet souvent un sentiment de chaleur, d'amabilité et de convivialité. Cela peut créer un environnement social plus agréable et encourager les autres à interagir de manière positive.

Le sourire commence tôt dans la vie.
Dès les premières semaines de sa vie bébé sourit. C'est parce qu'il dort bien dans une position agréable et un environnement sécurisant et que cette sensation de bien-être lui procure par réflexe ce sourire inconscient.

n.b. dans la prochaine édition, nous découvrirons les différentes sortes de sourire.

Petite chronique inoffensive

PAR SERGE PICARD

Soit dit en passant, voici quelques expressions ou réflexions glanées au fil des conversations et qui dénotent à leur façon certaines ambiguïtés de notre langue

Pourquoi dit-on?

Que de nos jours, on voyage aux quatre coins de la terre alors qu'elle est ronde?

Que l'on remercie un employé quand on n'est pas satisfait de ses services?

Qu'une personne ruinée qui n'a même plus de lit pour se coucher est dans de beaux draps?

Que l'on passe souvent des nuits blanches quand on a des idées noires?

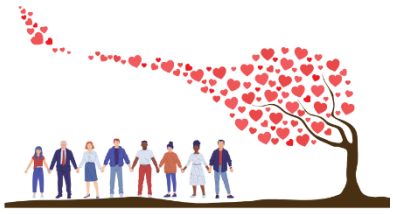
Que pour avoir de l'argent devant soi il faut en mettre de côté?

Que quand on n'est pas d'accord avec quelqu'un les avis sont partagés?

Qu'on lave une injure et qu'on essuie un affront?

L’amour sous toutes ses formes

PAR ANICK LABONTÉ



Février arrive chaque année avec ses vitrines rouges, ses cœurs en papier et ses promesses d’amour parfait. La **Saint-Valentin** occupe beaucoup d’espace, parfois trop, au point de nous faire oublier que l’amour ne se résume pas à un couple ni à un bouquet de roses. Pourtant, dans nos vies comme dans nos communautés, l’amour prend mille formes, souvent plus discrètes, mais tout aussi essentielles.

Il y a d’abord l’**amour de soi**. Celui qu’on apprend parfois tard, après avoir longtemps fait passer les autres avant nous. S’accorder du repos, reconnaître ses limites, accepter ses imperfections : ce n’est ni de l’égoïsme ni un luxe. C’est un acte de respect envers soi-même. Pour les aînés comme pour les jeunes parents débordés, cet amour intérieur est souvent la clé pour mieux aimer les autres.

Il y a aussi l’**amour familial**, celui qui se transforme avec le temps. L’amour d’un parent pour son enfant, inconditionnel et parfois inquiet. L’amour d’un enfant adulte pour ses parents vieillissants, teinté de reconnaissance et de responsabilités nouvelles. L’amour entre frères et sœurs, qui traverse les années, les désaccords et les silences, mais demeure bien présent.

L’**amitié**, elle, est un autre visage précieux de l’amour. Des amitiés qui durent depuis l’école primaire, d’autres qui naissent à l’âge adulte, au travail, dans un organisme ou au hasard d’une rencontre. Des amitiés qui soutiennent dans les moments difficiles, qui écoutent sans juger et qui savent aussi rire fort, simplement. Pour plusieurs personnes seules, l’amitié est parfois la relation la plus stable et la plus rassurante.

Et puis, il y a cette forme d’amour trop peu nommée : la **solidarité de voisinage**. Le coup de main pour déneiger une entrée, le plat déposé discrètement à la porte d’un voisin malade, la vigilance envers une personne âgée que l’on n’a pas vue depuis quelques jours. Ces gestes, anodins en apparence, créent un filet humain solide et rassurant. Ils sont l’âme même d’une communauté vivante.

L’amour ne fait pas toujours de bruit. Il ne s’affiche pas nécessairement sur les réseaux sociaux. Il se vit dans les gestes quotidiens, dans la patience, dans l’écoute et dans la présence. En février, au-delà de la Saint-Valentin, rappelons-nous que l’amour n’est pas réservé à quelques-uns : il nous entoure déjà, sous des formes multiples, accessibles à tous, à tout âge.

Et si, cette année, nous prenions le temps de reconnaître et de célébrer ces amours-là ?

COLLABORATEURS RECHERCHÉS

Quand les générations prennent la parole

PAR L’ÉQUIPE DE L’ATTISÉE

Chaque génération porte en elle une richesse unique. Des souvenirs d’hier aux rêves d’aujourd’hui, des traditions transmises aux idées qui émergent, nos histoires façonnent qui nous sommes collectivement.

À travers deux nouvelles chroniques, ***Sagesse d’ici*** et ***Regard sur la relève***, nous souhaitons ouvrir un espace de parole à celles et ceux qui font battre le cœur de notre communauté, peu importe l’âge.

Aux aînés, nous lançons une invitation sincère : racontez-nous votre histoire. Un souvenir marquant, une anecdote savoureuse, une légende locale, un métier d’autrefois, une tradition familiale ou simplement votre quotidien tel que vous le vivez aujourd’hui. Vos mots sont porteurs de mémoire, de recul et de sagesse. Ils méritent d’être partagés et transmis.

Aux adolescents, cette tribune vous appartient aussi. Parlez-nous de votre réalité, de votre école, de vos activités, de vos passions, de vos défis et de vos bons coups. Exprimez ce qui vous anime, ce qui vous fait réfléchir, ce qui vous rend fier. Votre regard est essentiel pour comprendre le monde d’aujourd’hui et imaginer celui de demain.

Il n’est pas nécessaire d’être écrivain. Ce que nous cherchons, ce sont des textes vrais, authentiques, écrits avec le cœur. Chaque contribution, qu’elle soit courte ou plus développée, a sa place.

Parce que raconter, c’est créer des ponts.

Parce que se dire, c’est se reconnaître.

Et parce qu’ici, chaque voix compte.

PAR ISABELLE PARADIS

Lorsque je suis arrivée dans la région, un de mes premiers constats fut de réaliser que les gens venaient très souvent de l'extérieur, comme moi, habitant la région depuis plus ou moins de temps. Je comprenais que cette région que j'avais choisie était une courtepointe magnifique et très élaborée de toutes sortes de forces, de différences et d'histoire, alliant des gens d'ici et d'ailleurs. Forcément, cette quantité d'étrangers arrivés au fil des années aura transformé et coloré ce coin de pays. Avec cette chronique, je choisis d'aller à la recherche de ces gens de l'extérieur de la région, ayant choisi St-Jean-Port-Joli comme nouveau port d'attache, pour nous ouvrir une porte sur leur histoire, leur relation avec leur communauté d'adoption ou la vision qu'ils ont d'elle… Mais cette chronique est surtout un prétexte pour parler des gens d'ici, de nous. Nous sommes beaux, et c'est cette grandeur individuelle qui fait une communauté forte et fière, riche du passé et du présent. Apprenons à la reconnaître et l'apprécier.

Emilie

Dans cette exploration des gens de l'extérieur venus enrichir notre communauté, j'ai rencontré la responsable des ressources humaines de la Coopérative des soins à domicile L'Islet Nord-Sud. Elle s'appelle Émilie, a 31 ans et est dans la région depuis la pandémie. C'est souvent une histoire d'amour qui amène les gens ici. Le fleuve, l'espace, la nature et le paysage font plus qu'attirer, ils invitent à déménager, littéralement!!! Mais dans ce cas-ci, en plus de ces éléments qui furent nommés largement, c'est bel et bien un véritable amour qui aura amené cette jeune dame dans la région, choisissant de venir retrouver son amoureux originaire d'ici, avec qui elle a fondé, depuis, une famille, racheté la maison familiale et s'est impliquée dans un métier qui la rapproche de ses valeurs. Partir de la ville de Québec ne fut pas difficile. Elle y pensait déjà et ne fut pas triste de quitter le trafic, le stress ambiant et l'individualisme pour retrouver des voisins qui aident sans qu'on ne leur demande, des gens qui se parlent et se disent bonjour dans la rue et, évidemment, *le fleuve à 5 minutes*! De dire cette jeune maman avec un large sourire!

Bien sûr qu'elle a dû s'adapter à une importante diminution de commodités. Lorsque l'on a grandi en ville, il est évident que la quantité et la diversité de restaurants, d'activités ou de commerces ne se compare pas. Mais c'est alors qu'elle me dit cette phrase qui me semble bien sage : *¨cela change nos besoins*¨. Elle dit, par exemple, qu'il est plus facile d'apprécier l'hiver, avec cette nature proche, cet environnement grand et disponible, pour faire des sports d'hiver.

Un florilège d'expériences ont sûrement contribué à lui donner ce regard profond sur la vie. Nantie d'un bac en orientation, la pandémie l'aura forcée à s'adapter, devant explorer quelques métiers avant de se retrouver là où elle se sent bien, c'est-à-dire là où la relation d'aide est mise en valeur, là où elle se sent utile, voyant que son travail fait une différence dans le quotidien de la vie des gens. La mission de la Coopérative est tout à fait en lien avec les valeurs de solidarité et d'entraide qu'elle recherchait.

Quoi de mieux que de travailler pour un organisme communautaire pour retrouver la chaleur et le sentiment d'humanité qu'elle avait perdus dans des univers froids et distants tels que les institutions bancaires. De plus, ce travail à la Coopérative, qui laisse une bonne souplesse à ses travailleuses, permet à Émilie une meilleure conciliation travail-famille, valeur fondamentale pour elle. Elle me parle également du travail d'équipe qui relie les différents intervenants en soins à domicile, dont les femmes du bureau de la Coop comme Émilie en sont un peu l'épicentre. Elle trouve cela très motivant et lui permet de voir l'impact réel des actions réalisées auprès de personnes vulnérables.

Ainsi, cette citadine d'origine ne regrette en rien son choix de la campagne et est fière d'offrir à cette communauté la force de son travail et de son vécu, en plus de sa petite fille qui grandit doucement et qui offrira sa belle énergie neuve à une vieille communauté qui saura, grâce à ce sang neuf, se renouveler!

PAR: STÉPHEN LORD, DIRECTEUR GÉNÉRAL ET GREFFIER-TRÉSORIER

MUNICIPALITÉ DE SAINT-JEAN-PORT-JOLI

STATIONNEMENT DANS LES RUES PENDANT LA SAISON HIVERNALE

Afin de faciliter les travaux de déneigement dans les rues de la municipalité durant la période hivernale, nous vous rappelons qu'en vertu du règlement 678-11 sur le stationnement, il est interdit de stationner un véhicule automobile dans les rues de la municipalité de Saint-Jean-Port-Joli entre 23 heures et 7 heures jusqu'au 30 avril 2026 et cela peu importe la température, sous peine d'une amende de 30 $.

Nous comptons sur votre collaboration pour assurer un entretien de qualité de nos rues.

BORNE INCENDIE

Il est interdit de déposer de la neige ou de la glace sur une borne d'incendie ou dans l'espace de dégagement de 1 mètre de la borne afin que celles-ci soient accessibles en tout temps au personnel de sécurité incendie.

DÉPÔT DE NEIGE SUR LA VOIE PUBLIQUE

En vertu du règlement 778-18 concernant les nuisances, l'article 40 interdit le dépôt volontaire de neige sur la voie publique :

Le fait de jeter ou de déposer sur le domaine public de la neige ou de la glace provenant d'un terrain privé est prohibé.

Quiconque contrevient ou a permis que l'on contrevienne aux dispositions du présent règlement commet une infraction et est passible d'une amende dont le montant est de 200 $ dans le cas d'une personne physique et de 500 $ dans le cas d'une personne morale. En cas de récidive, le montant de l'amende est doublé selon l'article 47 de ce même règlement.

PAR : NICOLAS PILOTE, DIRECTEUR DE L'URBANISME ET DE L'ENVIRONNEMENT

BACS À ORDURES, DE RÉCUPÉRATION ET DE COMPOSTAGE

Vous devez placer vos bacs de matières résiduelles (déchets, récupération et/ou compostage) la veille de la collecte afin de vous assurer que peu importe l'heure de la collecte, vos bacs soient bien ramassés. Lorsque plusieurs bacs sont mis côte à côte, bien vouloir les espacer suffisamment.

Attention au positionnement de vos bacs durant la période hivernale!

Pour faciliter le travail des équipes de déneigement et pour éviter d'endommager vos bacs, ceux-ci doivent être placés dans vos entrées, derrière la ligne de l'accotement, à une bonne distance de la chaussée.

Les camions sanitaires sont équipés de bras articulés qui leur permettent d'atteindre les bacs à une bonne distance sans problème. Merci de votre collaboration!

FINI LES CENDRES FROIDES DANS LE BAC BRUN

L'entreprise qui traite nos matières organiques demande de cesser cette pratique. Les cendres peuvent contenir des contaminants tels que des clous, des vis et autres débris métalliques, des métaux lourds, des dioxines et furannes qui vont se retrouver par la suite dans le compost. De plus, les cendres sont peu bénéfiques dans le processus de compostage.

ATTENTION AUX CENDRES CHAUDES

Comme à chaque année, nous attirons votre attention sur les cendres chaudes. Notre réglementation municipale interdit de déverser des cendres chaudes dans les bacs de matières résiduelles. En plus d'endommager les bacs, les cendres chaudes risquent de provoquer un incendie à bord du camion lors du transport des déchets. L'entrepreneur se réserve donc le droit de ne pas ramasser les bacs pouvant contenir de telles cendres.

Il est important de noter que les cendres refroidies **(plus de 7 jours)** peuvent aller dans **le bac d'ordure (vert)**. Mais vous pouvez aussi les conserver pour les étendre dans vos plates-bandes ou votre jardin.

L'ÉCOCENTRE

En 2026, nous maintenons notre entente avec l'Écocentre de L'Islet, situé au 451 boulevard Nilus-Leclerc à L'Islet. Les propriétaires résidentiels de la municipalité devront présenter une preuve de résidence, soit le compte de taxes 2026 ou un permis de conduire avec une adresse locale. Pour plus d'informations, vous pouvez consulter le dépliant de l'Écocentre sur notre site Web.

PAR : VIRGINIE ST-PIERRE, COORDONNATRICE DES SERVICES COMMUNAUTAIRES

DOMAINE DE GASPÉ

Les pistes du Domaine de Gaspé vous permettent de pratiquer gratuitement la marche, la raquette, le ski de fond et le vélo à roues surdimensionnées. Pour connaître l'état des sentiers, abonnez-vous à la page Facebook *Domaine de Gaspé – Sentiers forestiers*. **Nous vous rappelons que les pistes de ski de fond du côté nord de la rivière ne sont pas praticables cet hiver en raison des travaux de construction en cours.**

Un foyer extérieur vous attend près du refuge et du bois est mis à votre disposition. **Notez qu'afin d'assurer le respect du matériel, une surveillance par caméra est désormais effectuée à cet endroit.**

Le stationnement et les toilettes du Golf Trois-Saumons sont généreusement mis à la disposition des randonneurs et randonneuses 7 jours sur 7, entre 9h00 et 16h00.

INFO-LOISIRS PRINTEMPS-ÉTÉ 2026

Vous offrez un atelier, une session de cours, une animation, un festival, une conférence ou une exposition durant la saison estivale? Joignez-vous à la programmation de loisirs qui paraîtra à la fin avril 2026.

Pour ce faire, remplissez notre formulaire en ligne (www.saintjeanportjoli.com) sous l'onglet Communautaire / Info-loisirs ou contactez Mylène Thibodeau par courriel à mylene.thibodeau@saintjeanportjoli.com **avant le 15 mars prochain**. Au plaisir de vous faire une place dans notre Info-loisirs!

CAMP DE JOUR DU DOMAINE DE GASPÉ 2026

OFFRES D'EMPLOI

Tu aimerais travailler auprès d'enfants entre 5 et 12 ans ? Tu aimes le travail d'équipe et en plein air ? Rejoins la dynamique équipe du camp de jour du Domaine de Gaspé pour l'été 2026!

DOMAINE DE GASPÉ
CAMP DE JOUR

Il est possible de déposer ta candidature, **et ce, jusqu'au 15 février prochain**. Les conditions et les descriptions complètes des postes à combler sont disponibles sur notre site Web.

Tu peux faire parvenir ton CV accompagné d'une lettre de motivation par courriel à Molly Deschênes (molly.deschenes@saintjeanportjoli.com), et si tu as des questions, n'hésite pas à nous appeler : 418 598-3084.

UN ACCOMPAGNEMENT SPÉCIALISÉ AU CAMP

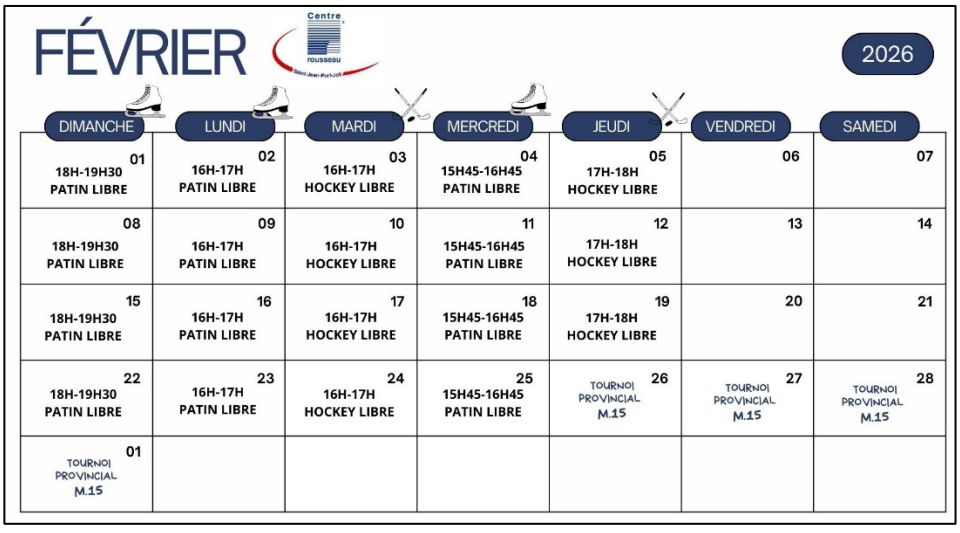
Votre enfant compose avec des défis particuliers. Vous prévoyez l'inscrire au camp de jour et aimeriez qu'il bénéficie d'un accompagnement spécialisé? Aidez-nous à planifier notre service en communiquant dès maintenant avec Virginie St-Pierre (virginie.st-pierre@saintjeanportjoli.com ou 418 598-3084 poste 121).

PAR ÉRIC BOULET, GÉRANT DU CENTRE ROUSSEAU

Pour toute question ou réservation de la glace :
centrerousseau@saintjeanportjoli.com
Par téléphone : 418 598-3144

CENTRE ROUSSEAU

Heures d'ouverture du casse-croûte
*Jeudi : 16h00 à 21h00
Vendredi : 11h30 à 21h00
Samedi : 8h00 à 20h00
*Dimanche : 8h00 à 19h00
**L'horaire peut varier selon les événements.*



Bibliothèque Marie-Bonenfant

Nouveaux bénévoles et nouveau représentant municipal
En ce début 2026, nous avons le plaisir d'accueillir au sein de notre équipe trois nouvelles personnes. Chantal Sénéchal s'ajoute à l'équipe d'accueil du mercredi et Sarto Lord à celle du vendredi. Nous souhaitons aussi la bienvenue au nouvel élu municipal qui siégera sur notre comité bibliothèque : Alexandre Caron.

Nouveaux signets
Les signets édition spéciale de notre 30e anniversaire ayant été écoulés, nous avons fait imprimer de nouveaux signets aux couleurs de la municipalité avec une photographie de notre équipe de bénévoles. Ils sont disponibles au comptoir pour accompagner vos emprunts!

Bibliothèque de semences
Inspirées par celle de la bibliothèque de Saint-Eugène, nous développons cette année une petite bibliothèque de semences, appelée aussi grainothèque. Dès le début février, les jardiniers pourront venir échanger leurs surplus en vue de la saison estivale 2026. Des sachets sont mis à votre disposition gratuitement sur nos heures d'ouverture afin que vous puissiez enrichir notre banque de semences libre-service, et vous avez l'opportunité de repartir avec de nouvelles variétés.

Heures d'ouverture
Dimanche 10h à 12h – Mardi 14h à 16h – Mercredi 15h00 à 17h00 / 18h30 à 20h – Vendredi 14h à 16h
@ bibliotheque@saintjeanportjoli.com 418 598-3187
7-B, Place de l'Église

PAR : FLORENCE GAUTHIER - CONSEILLÈRE EN COMMUNICATION ET DÉVELOPPEMENT COMMUNAUTAIRE

RÉPARATION ET REMPLACEMENT DES BACS BLEUS DE RÉCUPÉRATION

Depuis le 1er janvier 2026, la MRC de L'Islet assume la responsabilité de réparer et de remplacer les bacs bleus sur son territoire. Cette décision, adoptée à l'unanimité par les 14 municipalités du territoire, vise à simplifier les démarches pour les citoyennes et les citoyens et à assurer une gestion uniforme et efficace de l'entretien des bacs.

Vous pouvez adresser une demande de réparation ou de remplacement par deux moyens :

- Par téléphone, au 418 598-3076, poste 264
- En ligne, via le site internet de la MRC de L'Islet, dans la section *Environnement*
  https://mrclislet.com/services/environnement/

MATIÈRES COMPOSTABLES - DISPOSITION DES CENDRES REFROIDIES

Biogénie, le fournisseur recevant nos matières compostables, met fin à l'acceptation des cendres sur son site. Il n'est donc plus permis d'en disposer dans votre bac brun.

Pourquoi ce changement?

Les cendres peuvent contenir des contaminants préoccupants tels que des clous, des vis ou d'autres débris métalliques, des métaux lourds et des dioxines et furannes qui vont ensuite se retrouver dans le compost. Ces matières proviennent souvent de bois de construction ou d'autres matières comme des plastiques.

Peu de bénéfices pour le compost

- Les cendres contiennent peu ou pas de matières organiques;
- Le pH élevé des cendres peut déséquilibrer le processus de compostage;
- L'apport nutritif pour le compost est limité.

Que faire des cendres de vos appareils de chauffage ou de vos feux extérieurs?

- Laissez-les refroidir complètement (une semaine);
- Déposez-les dans votre bac à ordures (bac vert);
- Ou encore, répandez-les sur votre terrain si elles proviennent de la combustion de bois naturels.
  Les cendres de bois naturels sont bienvenues dans le jardin en petite quantité. Elles y apporteront du potassium et un peu de phosphore. Mais il ne faut pas dépasser 250 grammes par mètre carré et par an pour ne pas augmenter indûment le pH de votre sol.

QUELQUES RÈGLES DE SÉCURITÉ CONCERNANT LES CENDRES

1) Manipulez les cendres avec une pelle en métal. N'aspirez jamais des cendres chaudes avec un aspirateur.
2) Entreposez-les à l'extérieur dans un contenant de métal avec un couvercle métallique.
3) Éloignez le contenant de la maison. Placez-le sur une surface non combustible à au moins un mètre de distance des murs et des éléments inflammables de votre maison comme patio, perron, platebandes, haies, gril barbecue, abris d'auto, cabanon, etc.
4) Remuez les cendres fréquemment dans le contenant. Assurez-vous qu'il n'y a plus aucune fumée ni chaleur qui s'en dégagent avant d'en disposer pour de bon.
5) Comptez environ une semaine avant de transvider les cendres dans un bac à matières organiques ou dans la poubelle. Pour un maximum de précautions, conservez les cendres tout l'hiver et jetez-les une fois le printemps venu.

Voici une astuce du magazine *Protégez-vous* (juillet 2023) pour nettoyer la vitre du foyer :
Humectez un papier journal ou une éponge avec un peu d'eau puis « trempez » le journal ou l'éponge dans les cendres et frottez la vitre avec ce mélange avant de rincer et de laisser sécher.
Coût : 0 $ et satisfaction assurée!

PAR RACHEL PARÉ, BÉNÉVOLE

Bibliothèque Charles-E.-Harpe
Horaire : mardi et jeudi 18 h 30 à 20 h, mercredi 13 h à 15 h
Courriel :bibliotheque@saint-aubert.net **Tél. :** 418 598-3623
Tempête? On vérifie!

En saison hivernale, nous vous invitons à vérifier l'état d'ouverture de la bibliothèque lors des journées de mauvais temps. Un simple coup d'œil à notre page Facebook ou un appel téléphonique vous permettront de confirmer si nous sommes ouverts avant de vous déplacer.

En février, tombez en amour avec de nouvelles lectures!
Tout au long du mois de février, la bibliothèque vous propose de plonger dans les lectures favorites de ses usagers grâce à son *Espace coups de cœur*. Chacun est invité à y mettre en valeur les livres qui l'ont marqué. C'est l'occasion parfaite de partager des ouvrages méconnus ou oubliés et de les faire découvrir à un plus grand nombre.

La bibliothèque ne fait pas relâche!
L'équipe de la bibliothèque, en collaboration avec les loisirs municipaux, prépare une programmation pleine de surprises pour la semaine de relâche de mars. Restez à l'affût! Toutes les annonces seront dévoilées prochainement sur notre page Facebook.

UN RAPPEL: Quand le Centre Yvon-Duval est ouvert pour les activités à la patinoire, tout le monde est bienvenu pour se réchauffer au milieu d'une marche au grand air, pour prendre une boisson chaude et aussi pour jouer au billard, au babyfoot ou à tout autre jeu. Nous en avons plusieurs sur place que nous pouvons vous prêter. Entrez donc et faites comme chez vous!

Remue-méninges!

par Serge Picard

Jeu 1 Brouillamini

Je vous invite à découvrir cette citation de Paul Morand (1888-1976), écrivain, diplomate et académicien français. Auteur d'environ 80 ouvrages, il a abordé différents genres littéraires : poésie, nouvelles, romans, essais et portraits, chroniques et récits de voyage.

c ' l e	u e e	n d l	' u p	v i i l	e u c	q s r i	u s -	b ' b	e l o a	' s a n	a u	c u f	a v t '	e r o i	t y e s	a t	l g

Solutions à la page 32

Jeu 2 Pyramides

Le jeu consiste à compléter la pyramide en trouvant les mots qui répondent aux définitions données, enlevant ou ajoutant une lettre au mot précédent ou au mot suivant.

N.B. Il faut utiliser uniquement les lettres du mot précédent ou du mot suivant dans un ordre différent. La solution vous attend à la page

1. Nationaliser _ _ _ _ _ _ _ _
2. Ranimer le feu _ _ _ _ _ _ _
3. Imitation railleuse _ _ _ _ _ _
4. Enveloppes d'oreillers _ _ _ _ _
5. État commode et agréable _ _ _ _
6. Ville du Japon _ _ _
7. Pronom personnel _ _
8. Petit, pour une taille de vêtement _
9. Signifie parfois tellement _ _
10. Titre anglais _ _ _
11. Robe traditionnelle de femmes indiennes _ _ _ _
12. Instrument de musique indien _ _ _ _ _
13. Animaux ongulés d'Amérique tropicale ou d'Asie _ _ _ _ _ _
14. Attaques un site, un serveur _ _ _ _ _ _ _
15. Transiger, faire un accord _ _ _ _ _ _ _ _

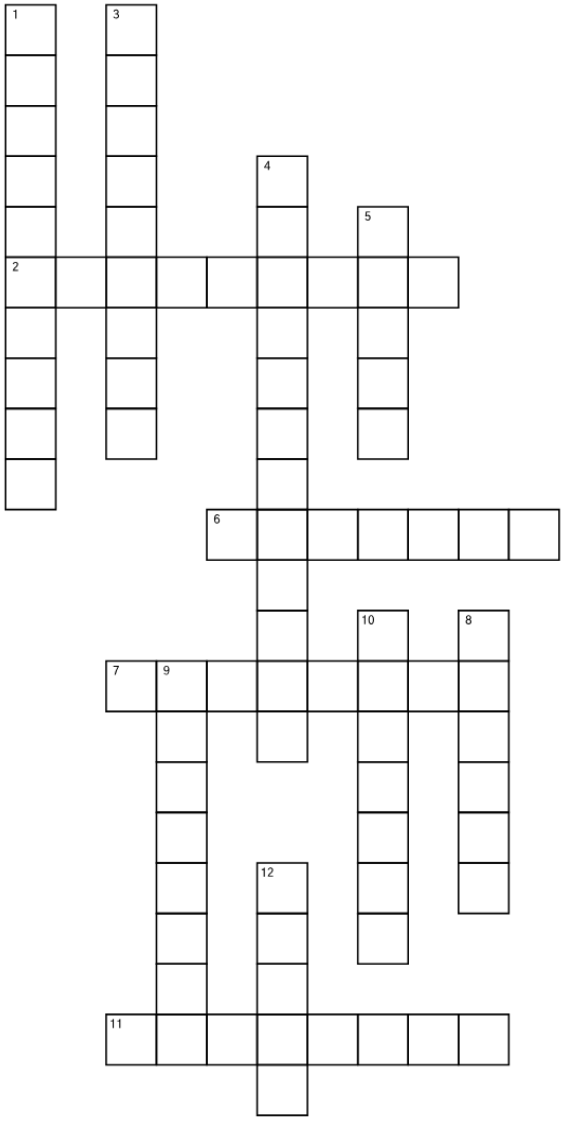
Jeu 3 Double sens

N'ayant rien de péjoratif ni n'étant une invitation en cette direction, le présent jeu se veut une réflexion portant sur les mots polysémiques, soit les significations diverses (deux ou plusieurs) que peuvent prendre les mots de notre langue, leurs sens variant souvent selon qu'ils sont masculins ou féminins, positifs ou négatifs, de sens imagé ou littéral, noms, adjectifs, verbes, adverbes.

Qui suis-je alors?

1. Je suis un fruit ou une couleur
2. Je suis un lièvre mâle ou un ouvrage imprimé.
3. je suis un ouvrier de tâches non spécialisées ou un exercice militaire.
4. Je suis un mammifère ruminant ou un fromage.
5. J'évoque une petite quantité ou un pleur.
6. Féminin, je suis le blanc entre deux mots; masculin, je suis un endroit vide.
7. Je conserve les pensées ou je suis un résumé de recherche.
8. Je suis la manière de réaliser quelque chose ou une tendance.
9. Je suis une droite jumelée à une autre droite ou un lien entre deux choses.
10. Je suis l'apparence du corps de quelqu'un ou je suis une science.
11. Je suis un mouvement circulaire ou une construction en hauteur.
12. Je suis une ruse faite à quelqu'un ou une manière de procéder.

La Maison des Jeunes de L'Islet-Nord t'invite à faire ses mots croisés portant sur les loisirs.



Vertical:

1. Activité consistant à rouler sur une planche à roulettes.
3. Culture de plantes et de fleurs.
4. Activité consistant à capturer des images à l'aide d'un appareil photo.
5. Activité consistant à bouger au rythme de la musique.
8. Activité consistant à créer des images en traçant des traits.
9. Activité sportive sur un vélo.
10. Préparation de plats.
12. Activité musicale consistant à produire des sons par la voix.

Horizontal:

2. Action d'aider les autres sans recevoir de rémunération en retour.
6. Activité de plein air consistant à dormir dans une tente.
7. Activité de création de textes ou d'histoires.
11. Activité consistant à appliquer une couleur sur une surface.

Énigme généalogique résolue par ADN : de Caron à Gagnon à Bélanger

PAR SYLVAIN LORD ET GILLES GAGNON

Jean-Baptiste Gagnon
1859-1939

Dans notre chronique de mai 2020, nous vous avions présenté l'énigme généalogique d'une famille Caron devenue Gagnon. Jean-Baptiste, né de parents inconnus le 17 avril 1859, est baptisé le lendemain à Sainte-Louise. Il épouse Marcelline Dupont sous le patronyme Caron le 8 septembre 1879. Ses enfants sont baptisés sous ce même nom jusqu'en 1886, puis sous celui de Gagnon par la suite. Sa mère naturelle, Priscille Caron, avait épousé François Gagnon, veuf, le 28 août 1865 à Sainte-Louise. Selon la tradition orale, François aurait reconnu tardivement que Jean-Baptiste était le fruit d'une relation illégitime entre Priscille et lui-même, survenue avant leur mariage. Le couple se connaissait depuis longtemps, ayant été voisins dans leur enfance à Saint-Roch-des-Aulnaies.

Gilles Gagnon, dont la famille est originaire de Saint-Damase-de-L'Islet, découvrait l'illégitimité de son arrière-grand-père il y a des années, lors de la construction de son arbre généalogique. Malgré l'aveu présumé de François, un doute subsistait. Pour en avoir le cœur net, il décida de passer un test génétique ADN-Y chez FamilyTree DNA. Cet examen permet de suivre le chromosome Y sur plusieurs générations et d'établir ainsi le lien patrilinéaire, contrairement aux tests d'Ancestry qui analysent seulement les liens autosomaux sur les générations proches. Le résultat fut pour le moins déconcertant : Gilles n'était biologiquement ni un Caron, ni un Gagnon, mais un descendant Bélanger, d'où l'énigme! Dans sa quête pour tenter de dénouer l'impasse, il fit appel à Dominic Gagnon, coadministrateur des Projets Québec ADN et Bélanger ADN-Y, ainsi qu'à Sylvain Lord, originaire de Saint-Damase et investi dans l'histoire de sa région. Nous travaillons dès lors de concert à la résolution de cette affaire.

Nos recherches permirent d'abord de confirmer que Priscille Caron était bel et bien la mère naturelle de Jean-Baptiste. Ensuite, l'analyse des résultats de Gilles, effectuée par Dominic, a permis de relier son ascendance à Jacques Bélanger (époux de Thérèse Pelletier), issu de la troisième génération du couple pionnier François Bélanger et Marie Guyon (François → Jacques → Jacques). Afin de déterminer de quelle branche Bélanger Jean-Baptiste pouvait provenir, il fallait procéder à des tests ADN sur des descendants vivants et volontaires, tout en éliminant ceux n'ayant pas vécu dans la région de L'Islet ou à proximité. D'autre part, les résultats du test de base (ADN-Y111) de Gilles indiquaient un lien génétique rapproché (test ADN-Y 67) avec un certain Paul Doyon, né en 1949 à Lewiston, au Maine, et adopté en 1953 par une famille Doyon originaire de Saint-Fabien-de-Panet et vivant à alors à Lewiston. Il devait ainsi être le fils présumé d'un Bélanger ayant un lien avec Gilles.

Deux premiers candidats, André et René Bélanger, acceptèrent de passer le test ADN-Y37, mais ils ne portaient pas la mutation recherchée. Nous avons finalement déniché un troisième candidat (privé) qui présentait une mutation tout à fait singulière commune à Gilles et Paul : celle du marqueur DSY393 avec la valeur distinctive 12, alors que celle-ci est de 13 pour la majorité des Bélanger. Ce troisième candidat descend de Jean-Marie jr, marié à Marguerite Pruneau en 1853 à Saint-Roch-des-Aulnaies, et fils de Jean-Marie sr et de Constance Bélanger, mariés en 1825. Pour poursuivre l'analyse et la comparaison génétique avec Paul et Gilles, nous avions besoin du meilleur test possible : le BIG-Y 700 de FTDNA pour les trois individus. Après de multiples démarches, nous avons pu contacter l'épouse de Paul à Dover, au Delaware, qui lui a fait passer un nouveau test. Nous avons ainsi pu établir une triangulation solide. Les résultats et l'analyse scientifique du laboratoire FamilyTree DNA ont montré que le premier ancêtre commun des trois candidats était né au début des années 1800. Notre recherche documentée nous a menés, nécessairement, au couple Jean-Marie Bélanger (1806-1856) et Constance Bélanger (1809-1860) de Sainte-Louise. Le couple a eu dix fils, dont sept nés entre 1830 et 1837. Ces derniers étaient potentiellement en mesure de concevoir un enfant avec Priscille Caron en 1858. Par conséquent, le père recherché est issu d'un de ces fils.

Notre recherche sur chacun de ces fils nous amène, par élimination, à conclure que Pierre-Ubazale est bien le père biologique de Jean-Baptiste Caron-Gagnon. Il avait 22 ans en 1858, soit le même âge que Priscille. Il avait fait l'acquisition d'une boutique de cordonnerie le 22 octobre 1858 et avait demandé à ce que les rentes promises par ses parents lui soient remises le même jour. Il cherchait à s'établir et avait besoin de fonds pour payer sa boutique. Pierre-Ubazale est décédé tragiquement le 7 décembre 1858 sans que nous en connaissions la cause exacte… accident, peine d'amour, poursuite ou… ? La preuve absolue ne peut être établie à 100% dans les circonstances, mais c'est plus qu'une présomption. L'énigme Caron-Gagnon-Bélanger est ainsi résolue!

Un dernier test ADN-Y37 a récemment été réalisé avec Réjean Gagnon, un petit cousin de Gilles, confirmant que leur arrière-grand-père commun était bel et bien Jean-Baptiste Caron-Gagnon. Quant à l'identification du père biologique de Paul Doyon, trois descendants du couple Jean-Marie Bélanger-Constance Bélanger ont émigré vers la fin des années 1800 : Pierre-Honoré et Thomas au Maine puis François-Xavier au Massachusetts. Les indices pointent vraisemblablement vers un descendant de Pierre-Honoré, marié à Sophie Poulin, à Fairfield près d'Augusta au Maine. Un de leurs descendants aurait pu avoir une relation illicite en 1948 avec Yvette Vallières, mère naturelle de Paul, que celui-ci a retracée de son vivant.

(Suite à la page suivante)

La généalogie par ADN permet de résoudre des cas complexes, mais elle n'est pas à la portée de tous. Elle demande des recherches laborieuses pour construire les arbres généalogiques, convaincre des candidats pour les tests génétiques et effectuer les analyses de données. Les entreprises de tests doivent être soigneusement choisies en fonction des renseignements recherchés. Lorsque nous construisons nos arbres généalogiques, il faut être prudent, car il y a des enfants illégitimes qui ont pris le patronyme de leur famille d'adoption. On estime qu'il y a entre 1.25% et 3.0% de naissances illégitimes, et celles-ci sont souvent cachées. Avant d'entreprendre de telles recherches, pensez-y bien : on peut résoudre des cas compliqués, mais on peut aussi invalider des lignées que l'on tenait pour acquises. Finalement, soyez patients : le présent cas a pris plus de cinq ans avant d'être résolu!

Le docteur L'Indienne : criminel ou légende de Saint-Jean-Port-Joli?

PAR ANICK LABONTÉ

L'histoire judiciaire du Québec compte plusieurs figures sombres devenues mythiques avec le temps. Parmi elles, le mystérieux docteur L'Indienne, associé à Saint-Jean-Port-Joli au début du XIX^{e} siècle, suscite encore fascination et interrogations.

En août 1829, le corps d'un colporteur est retrouvé sur les rives du fleuve Saint-Laurent, portant des blessures suspectes à la tête. Les soupçons se tournent rapidement vers un homme connu sous plusieurs noms, dont François Marois, qui se présentait comme médecin. Jugé coupable, il est condamné à mort et exécuté quelques semaines plus tard.

Déjà connu des autorités pour une grave agression commise quelques années auparavant, Marois s'était évadé de prison avant de s'établir dans la région. Avec le temps, son identité se confond avec celle du docteur L'Indienne, personnage auquel la tradition populaire prête une auberge où des voyageurs auraient disparu.

La légende s'intensifie lorsqu'on évoque la découverte de plusieurs squelettes humains près de l'emplacement présumé de sa demeure, bien après sa mort. Toutefois, ces trouvailles restent mal documentées et pourraient s'expliquer autrement, notamment par l'existence ancienne d'un cimetière.

François Marois était-il un meurtrier en série? S'il est probable qu'il ait commis le meurtre pour lequel il fut exécuté, aucune preuve solide ne permet d'affirmer qu'il ait fait d'autres victimes. Il semble plutôt que ce fait divers se soit transformé, au fil des décennies, en une légende sombre profondément ancrée dans la mémoire collective.

Le Docteur L'Indienne
La sculpture, réalisée en 1964, est signée par Jean-Julien Bourgault. Le sculpteur a écrit à la main sous son œuvre: « pièce de bois provenant d'une écurie de la ville de Québec et datant de 250 ans ».

HIVER 1945 - LE QUAI DE SAINT-JEAN-PORT-JOLI PRISONNIER DES GLACES

PAR LES ARCHIVES DE LA CÔTE-DU-SUD

Si, pendant l'été, les rivages du fleuve Saint-Laurent sont enchanteurs, il en va autrement l'hiver où le froid règne en roi et maître. Cette photographie du quai de Saint-Jean-Port-Joli, prisonnier des glaces en 1945, rend l'impression d'impuissance devant les éléments naturels et nous fait attendre avec impatience le retour de la belle saison.

Photographie : Archives de la Côte-du-Sud

ALBERT LEGROS (1863-1946)
Troisième partie

PAR GASTON DESCHÊNES

Albert Legros poursuit la lignée des artisans Legros à Saint-Jean-Port-Joli.

Menuisier, charpentier, ébéniste, etc.

Fils de cordonnier, son grand-père Jean-Baptiste était le plus souvent identifié comme « menuisier », puis comme « charpentier » à son décès. Dans le recensement de 1851, comme si le recenseur était parti sur son élan, les cinq plus vieux de ses enfants (y compris Arthémise…) sont aussi marqués « menuisier ». Même Édouard qui a 9 ans !

Dans les registres des naissances, Lucien est désigné comme « menuisier » ou « ouvrier », mais, dans les recensements (1871-1901), il est le plus souvent inscrit comme « charpentier », sauf en 1851 où il est « horloger ».

Le métier d'Albert varie avec le temps dans les registres. Au XIXe siècle, il passe de « menuisier » à « mécanicien », à « charpentier », à « ouvrier » et même à « industriel » ; par la suite, on revient à « menuisier », mais, dans les recensements, c'est généralement « charpentier », de 1881 à 1931 (dernier recensement accessible), sauf en 1911 où on le dit « peintre ». À noter qu'on ne voit jamais, le titre de navigateur ou de marin dans ces documents.

Cette diversité illustre bien la polyvalence de cette lignée dont il faudrait étudier les réalisations avec plus de profondeur et on ne trouvera ici qu'un bref survol, un bien mince état des réalisations de ces trois hommes et de leurs frères.

Ses divers travaux

Dans son Mémorial, Arthur Fournier écrit que Lucien Legros avait, sur l'emplacement du quai, un chantier « où fut construit [sic] par lui, ses frères et leur vieux père [Jean-Baptiste] plusieurs bricks qu'ils allaient vendre ensuite en Europe. On y construisit aussi plusieurs belles goélettes qui furent également vendues un peu partout ; ce qui donnait à ce petit coin de nos rives un air d'activité qui était loin d'être désagréable ».

« Plusieurs », c'est vague. On sait malheureusement peu de choses sur la construction navale à Saint-Jean-Port-Joli. Dans Les goélettes à voile du Saint-Laurent (L'Islet-sur-mer, Musée maritime Bernier, 1982), Alain Franck a recensé les navires à voiles construits dans chaque village entre Montmagny et Rivière-du-Loup de 1860 à 1930. À Saint-Jean, il a compté 15 navires, soit 13 goélettes et 2 sloops (un navire muni d'un seul mât), dont un à Trois-Saumons, mais aucun brick. Y en a-t-il eu avant ? Franck s'appuie sur les enregistrements maritimes, mais est-ce qu'on a pu construire des navires sans les enregistrer ? Ça pourrait être le cas de navires de faible tonnage ou de navires disparus en mer avant d'être enregistrés, écrit-il. Aurait-on pu aussi exporter des bricks (qui sont de plus fort tonnage que les goélettes et beaucoup moins nombreux) sans les enregistrer ?

À Saint-Jean, la majorité des 15 navires ont été construits par Lucien Legros (sept) et son frère Gaspard (un). Il est possible qu'ils aient aussi participé à la construction de navires enregistrés par d'autres personnes (comme le marchand Burke) qui n'étaient pas les véritables constructeurs. Et nul doute que leurs enfants ont collaboré à leurs travaux.

Dans son Historique du chenal du sud dans l'estuaire moyen du Saint-Laurent, Jean Parent a ajouté six navires construits entre 1823 et 1856, soit deux goélettes et quatre brigantins, un navire qui n'a de voiles carrées qu'au mât de misaine alors que le brick en porte à ses deux mats. Un seul de ces brigantins est attribué à Lucien Legros, mais il a pu en construire d'autres, tel que mentionné précédemment. À noter que Jean Parent s'appuie sur les recherches de Paul

Terrien qui n'a pris en compte que les navires de plus de 100 tonneaux, ce qui exclut probablement plusieurs petits bâtiments.

Selon Arthur Fournier, le premier tronçon du quai fut construit « sous la direction de Lucien Legros, charpentier de navire » en 1877. En 1913, Legros est nommé « maître du quai » par le gouvernement fédéral ; le Soleil du 27 janvier laisse entendre que ce serait une récompense politique. C'était un observateur du fleuve, écrit l'abbé Verreault dans Terre de nos aïeux, les Verreault à Saint-Jean-Port-Joli : « Casquette de marin bien plantée sur la tête, barbe blanche en collier, voix forte et rocailleuse, c'est ainsi que j'ai connu l'ancêtre Lucien Legros, marin alors à la retraite et surveillant du fleuve lui aussi. »

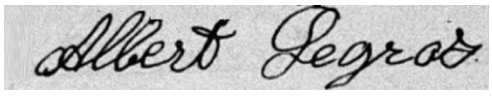
Vers 1895, une sorte de kiosque fut érigé dans le cimetière « au-dessus du Christ en croix afin de le préserver de la pluie ». Fournier ajoute que le plan de ce kiosque « fut dessiné par Albert Legros, artiste-menuisier, et exécuté par lui et Ernest Bernier, maître-menuisier […]. Ce léger et élégant ouvrage contribue à donner du relief à notre cimetière qui, aujourd'hui, est de l'avis de tous ceux qui le visitent l'un des plus beaux du bas de Québec ».

Albert Legros était parmi les menuisiers qui ont travaillé à la construction du couvent en 1903 ; son père, Lucien, était un des calfats.

En 1905, une banque est ouverte à Saint-Jean. Fournier précise : « Un grand comptoir vitré d'un travail très remarquable fait de merisier, frêne et noyer noir, dut [sic] à l'habileté et au bon goût de l'artiste-ébéniste […] Albert Legros, fut dressé à partir du mur de l'est, venant à l'ouest dépassant la porte d'entrée, puis faisant un coude à angle droit venait rejoindre le mur sud, et à cet endroit une porte de la même hauteur du comptoir s'ouvrait pour le passage du gérant et des commis ».

En 1922, Albert Legros, aidé de son fils Josaphat et de plusieurs autres journaliers, réalise le perron en asphalte de l'église et de la sacristie.

L'abbé Verreault écrit qu'Albert Legros « avait un talent remarquable pour la menuiserie. Il ajoutait aux travaux pour une clientèle nombreuse la fabrication d'au moins une chaloupe par année ».



(À suivre)

La Côte-du-Sud port-jolienne, terre de légendes

PAR GENEVIÈVE OUELLET

SOURCE : Ouellet, G. (2008). La Côte-du-Sud port-jolienne, terre de légendes. Québec français, (150), 34–35

Un dossier sur les contes et légendes du Québec... Tout de suite, j'ai pensé aux figures légendaires qui ont bercé mon enfance : le Pilier de Pierre, la Coureuse des grèves, l'Anse aux sauvages, la maison du traître et autres quêteux « jeteux de sort »... Que d'images avaient meublé mon imaginaire! Je me suis revue, petite, en route pour le chalet, regarder défiler les panneaux en bordure de l'autoroute Jean-Lesage et nommer les villages entre Lévis et Saint-Jean-Port-Joli : Beaumont, Saint-Michel, Saint-Vallier, Berthier-sur-Mer, Montmagny, Cap-Saint-Ignace, L'Islet et Saint-Jean. Fière, j'osais même la suite : Saint-Roch-des-Aulnaies, Sainte-Anne-de-La-Pocatière, mais là s'arrêtait mon « savoir encyclopédique » et j'étais alors bien loin de me douter que la région de la Côte-du-Sud poursuivait sa route bien au-delà de la sortie 414, notre destination, et qu'elle se terminait à Saint-André-de-Kamouraska.

Un peu de géographie et d'histoire

Sise sur la rive sud du majestueux fleuve Saint-Laurent, la Côte-du-Sud s'étend de Beaumont à Saint-André-de-Kamouraska ; elle couvre aussi toutes les terres nichées au creux des Appalaches jusqu'aux frontières étatsuniennes et les îles du Saint-Laurent qui se situent entre ces deux villages riverains. En plus d'avoir été le berceau de nombreuses légendes québécoises, elle est intimement liée au développement du Québec : l'agriculture, la navigation commerciale et l'artisanat sont autant de cartes de visite laissées par ses habitants. Depuis le XVIIe siècle, son cœur bat au rythme des saisons et des marées qui teintent les histoires racontées au coin du feu par les « conteux ».

Un terreau fertile

La Côte-du-Sud a vu naître plusieurs auteurs qui ont couché sur papier ses légendes. Pensons à Louis Frechette (Pointe-Lévis), à Mgr Camille Roy (Berthier-sur-Mer), à l'abbé Henri-Raymond Casgrain (Rivière-Ouelle), à Joseph-Charles Taché (Kamouraska) ou à Philippe Aubert de Gaspé, père et fils. Bien que ces derniers soient nés à Québec, ils ont vécu à Saint-Jean-Port-Joli. L'un fut le dernier seigneur du village et l'autre profita du domaine familial pour se cacher, à la suite d'une altercation avec Edmund Bailey O'Callaghan à la Chambre d'Assemblée, et écrire ce que plusieurs considèrent comme le premier roman canadien-français, L'Influence d'un livre.

Grâce à eux nous sont parvenues les légendes de loup-garou, de la belle Rose Latulipe séduite par le diable lors d'une soirée dansante un Mardi gras, de la Corriveau voulant faire la fête avec les sorciers de l'île d'Orléans. Par contre, moins connues sont les légendes port-joliennes.

Le Pilier de Pierre

Situé à la hauteur de l'extrémité ouest de Saint-Jean-Port-Joli, près de l'Islet-sur-Mer, le phare du Pilier de Pierre a été inauguré en 1843, après qu'on l'eût construit de pierres importées d'Ecosse. Parmi les gardiens qui y ont travaillé se trouvent Jean-Émile Ouellet, mon grand-père. L'histoire familiale raconte qu'après y avoir passé une dizaine de jours, ce dernier rentra à la maison, heureux de retrouver les siens dont il s'était tellement ennuyé qu'il aurait laissé derrière une vingtaine de livres, lui qui n'était déjà pas gros, au Pilier à Pierre.

D'autres ont raconté que c'était plutôt parce qu'il avait eu peur, seul là-bas, en plein cœur du Saint-Laurent, qu'il avait perdu tout ce poids. Je préfère nettement la première version : à ce qu'on m'a raconté, mon grand-père n'était pas grand, mais courageux et narfé[1] comme pas un!

La Coureuse des grèves

On raconte que, pendant une vingtaine d'années, la Coureuse des grèves allait en été à la rencontre des marins étrangers sur les berges du village afin de leur offrir de quoi manger. De son panier en osier, elle sortait toutes sortes de plats, autant de mets fins pour sustenter les hommes après de longues journées de labeur. Bien qu'elle n'ait jamais quitté le domaine familial, on dit que sa maison, véritable caverne d'Ali Baba, « recelait des trésors : des robes de Chine et d'ailleurs, des bérets basques, du rhum de la Jamaïque, des parfums français...[2] » et que la jeune femme « connaissait des danses étrangères et pouvait nommer les ports de nombreux pays du monde[3] ». Apparemment, son père, ancien marin en haute mer, lui avait raconté ce qu'il avait vu lors de ses nombreux voyages.

Depuis qu'il avait rendu l'âme, sa fille passait ses longues soirées d'hiver à se bercer, le regard perdu dans la mer qu'elle apercevait de sa fenêtre, tel que l'avait fait avant elle son père. L'été, à la tombée du jour, elle se rendait sur les grèves rejoindre les marins des quatre coins du globe, « qui avaient pris l'habitude de s'arrêter en mer pour rencontrer la Coureuse des grèves de Saint-Jean-Port-Joli[4] ». Un automne cependant, alors que les grandes marées étaient pourtant arrivées, la Coureuse des grèves continua de se rendre sur les rivages, jusqu'au soir où, appelée par le cor de brume d'un navire, elle disparut à jamais. Les gens disent qu'elle serait partie vers les « Vieux Pays » avec l'équipage de ce navire.

L'Anse aux Sauvages

Le littoral de Saint-Jean-Port-Joli est constellé de plusieurs anses parmi lesquelles se trouve, entre le cœur du village et l'anse à Caronette, l'Anse Sauvage, autrefois appelée l'Anse aux Sauvages. On dit qu'il y a longtemps y vivaient des Amérindiens qui avaient nommé le lieu « la Grande Bouche ». Un jour, une femme arriva au village accompagnée d'un enfant. La femme, vêtue misérablement, semblait usée par l'épuisement et les épreuves, ses traits étaient marqués d'une profonde tristesse. L'étrangère et l'enfant s'arrêtèrent bientôt devant la maison, abandonnée par ses précédents occupants, qui se trouvait dans l'anse, et s'y installèrent.

Pendant plusieurs jours, des gens du village leur firent parvenir de quoi manger, ce qui permit à la mère et à son fils de subsister plusieurs mois. La femme, fière et digne, cherchait tout de même du travail auprès des villageois, qui s'empressaient de lui en donner, car elle semblait avoir de la difficulté à accepter l'aumône. S'acquit tant des divers travaux de broderie et de couture qu'on lui donnait, elle demeurait mystérieuse : nul ne connaissait son origine ni son nom. La fin de l'été approchait lorsqu'un soir les signes annonciateurs d'un orage se manifestèrent. Une lourdeur enveloppa soudain la campagne devenue silencieuse. Bientôt, un vent violent surgit,

faisant craquer la maison de l'anse où l'étrangère et son fils avaient élu domicile. L'air chaud et souffre emplit le ciel grondeur, souvent déchiré par les éclairs de plus en plus menaçants. Les eaux du fleuve heurtèrent avec furie les rivages et vinrent se fracasser sur les escarpements. Une pluie diluvienne se mit à tomber, parfois mêlée de grêle fracassante, alors que le tonnerre distribuait généreusement ses foudres.

Ce fut une des pires tempêtes que la région connut. Le lendemain, le jour se leva dans un ciel d'une pureté insolente. Alors que le soleil asséchait la campagne port-jolienne, l'enfant se réveilla et découvrit sa mère, à genoux dans le coin de la chambre : elle avait été foudroyée alors qu'elle implorait la clémence du ciel. Pendant longtemps, les gens de la place qui passaient devant la Grande Bouche par les temps d'orages se signèrent d'une croix, en souvenir de l'étrangère, afin de protéger l'Anse aux Sauvages de la foudre.

La maison du traître

La maison natale de mon père se situe à l'extrémité est du village de Saint-Jean-Port-Joli, la dernière avant la route Elgin et l'Anse Saint-Jean. Construite vers 1740, elle a longtemps été surnommée « la maison du traître ». On raconte qu'en 1759, lorsque les Anglais, en route pour Québec, incendièrent la presque totalité de la Côte-du-Sud sur leur passage, ils épargnèrent la maison familiale parce qu'ils y avaient reçu le couvert. L'histoire ne dit cependant pas si les propriétaires avaient eu ou non le choix de servir ainsi les ennemis. La même chance épargna d'ailleurs le moulin du Port-Joly et l'église de Beaumont.

La vieille « jeteuse de sorts »

Mon grand-oncle Adrien n'avait jamais cru aux histoires de ces « mauvais » quêteux qui passaient de village en village en jetant des sorts à ceux qui leur refusaient l'aumône, jusqu'au jour où il fut témoin d'un tel événement. Selon ses dires, par un été torride, alors qu'il travaillait avec quelques-uns de ses cousins à refaire la toiture chez une de ses tantes à Beaumont, une vieille femme s'arrêta pour « demander à coucher ». La tante offrit à la quêteuse un peu d'argent tout en s'excusant de ne pouvoir la recevoir : la maison était surpeuplée vu que la présence de ces quelques neveux venus en renfort pour terminer la toiture et elle se voyait mal la contraindre à coucher dans la grange. La vieille, en colère, murmura alors ce qui semblait être un sort menaçant les membres de la famille de quelque malheur que nul ne prit au sérieux sur le coup.

Mais plus jamais on ne réussit à cuire un pain comme il se doit, alors qu'auparavant, personne n'en avait jamais raté la cuisson. En les sortant du four, les pains « à fesses » avaient toujours l'air de chefs-d'œuvre, mais une fois qu'on les tranchait, le centre n'était jamais cuit.

La malédiction aurait suivi l'oncle Adrien jusqu'à Saint-Jean-Port-Joli, car, dès qu'il regagna la maison familiale, les femmes de la maisonnée eurent toujours de la difficulté à cuire leurs pains par temps humide. Et Adrien n'eut d'autre choix que d'admettre que les sorts des « mauvais quêteux » étaient diablement efficaces.

Une empreinte identitaire réelle

Certaines légendes familiales racontées ici trouvent des échos dans d'autres familles sud-côtoises. Quant aux autres, elles imprègnent encore aujourd'hui le quotidien de Saint-Jean-Port-Joli. « La Coureuse des grèves » n'est plus seulement légende, mais aussi un restaurant dont la renommée dépasse depuis longtemps les frontières de la Côte-du-Sud, « L'Anse Sauvage » offre depuis plusieurs années des chalets à louer aux nombreux estivants.

Un certain mystère entoure toujours le Pilier à Pierre et la réputation de la maison du traître n'a pas empêché la vente de cette dernière lorsque mon oncle Réal est décédé en 1999. Au contraire, les acheteurs, passionnés, ont entrepris de redonner à la vieille maison qui a appartenu à la famille pendant au moins quatre générations son lustre d'antan et les légendes ont permis à plusieurs d'entre elles de s'enraciner. « Car, ultimement, une histoire régionale est fondamentalement un lieu d'affirmation et de confirmation des appartenances distinctes à un milieu[5] ». Voilà sans doute un des plus beaux legs que mon père, Gabriel, ait pu me donner. Grâce à lui, j'ai un profond point d'ancrage à l'anse Saint-Jean, où naîtra peut-être un jour, qui sait, une autre légende port-jolienne.

Notes

1. Se dit de quelqu'un qui est fort, qui a du nerf, malgré sa faible constitution.
2. Jean-Claude Dupont, Légendesdes villages, Éditions J.-C. Dupont, Sainte-Foy, 1987, p. 43.
3. Loc. cit.
4. Loc. cit.
5. Alain Laberge [dir.], Histoire de la Côte-du-Sud, Québec, Institut québécois de recherche sur la culture, coll. « Les régions du Québec », 1993, p. 15.

Vos droits face aux créanciers et aux agences de recouvrement

PAR JOSÉ ROBERGE, SYNDIC AUTORISÉ

Avoir des retards de paiement ou vivre une période d'endettement peut être source de stress important. Lorsque les appels se multiplient ou que des agences de recouvrement interviennent, il est essentiel de savoir une chose : même dans une situation financière difficile, vous avez des droits, et les créanciers doivent respecter des règles strictes.

Un cadre légal bien défini
Avant de confier un dossier à une agence de recouvrement, un créancier doit obligatoirement vous transmettre un avis écrit vous accordant un délai de 30 jours pour régler la dette. Ce n'est qu'à l'expiration de ce délai qu'il peut entreprendre d'autres démarches, comme le recours à une agence de recouvrement ou, dans certains cas, des procédures judiciaires.
Les créanciers ne peuvent donc pas agir de manière arbitraire ou précipitée.

Votre entourage doit être protégé
Votre situation financière est confidentielle. Une agence de recouvrement n'a pas le droit de contacter vos proches, sauf dans des cas très précis :

- si une personne s'est portée caution pour votre dette ;
- si l'agence ne dispose pas de vos coordonnées (un seul contact est alors permis) ;
- si elle a tenté de vous joindre sans succès, elle peut laisser un message, mais sans harceler votre entourage.

Aucune information ne peut être divulguée à votre famille, vos amis ou votre employeur sans votre consentement.

Le respect n'est pas optionnel
Même si vous devez de l'argent, vous avez droit à un traitement respectueux. **Les menaces, l'intimidation, le langage agressif ou les appels répétés à des heures déraisonnables sont interdits.** Si vous estimez que vos droits ne sont pas respectés, vous pouvez déposer une plainte auprès de l'Office de la protection du consommateur.

Certains biens sont protégés
Contrairement à certaines croyances, un créancier ne peut pas saisir tous vos biens. Le Code civil du Québec prévoit que plusieurs biens essentiels à la vie quotidienne sont insaisissables, notamment :

- les vêtements et la nourriture ;
- les électroménagers essentiels ;
- dans certaines situations, un véhicule nécessaire à l'exercice de votre travail.

Même lorsqu'un huissier est impliqué, des limites claires doivent être respectées.

S'informer : une première protection
Connaître ses droits permet de mieux se protéger et de réduire la pression. Plusieurs ressources fiables existent pour obtenir de l'information claire et à jour, notamment sur le site du Gouvernement du Canada, qui explique le fonctionnement et les obligations des agences de recouvrement.

En période d'endettement, vous n'êtes pas sans recours. S'informer, garder son calme et chercher de l'aide au bon moment peuvent faire toute la différence, et vous permettre de reprendre le contrôle, une étape à la fois.

👉 ***Si vous vous reconnaissez dans cette situation, sachez qu'il est possible de briser le cycle des dettes. Contactez un syndic autorisé pour en discuter et découvrir quelle solution est la mieux adaptée à votre réalité***

RE/MAX
ÉLÉGANCE
Agence immobilière
franchisé indépendant et autonome de Re/Max Québec
418.598.6031

Avis à la population

PAR ÉLISE LEBLANC, OFFICE DU TOURISME DE LA MRC DE L'ISLET

L'Office du tourisme de la MRC de L'Islet informe la population que son bureau physique de **Tourville est fermé depuis le 31 décembre 2025**.

Veuillez également prendre note de la **nouvelle adresse postale** :

MRC de L'Islet
34, rue Fortin
Saint-Jean-Port-Joli
(Québec) G0R 3G0

Pour toute question ou demande d'information, il est possible de communiquer au **418 598-3076** ou par courriel à **info@tourismelislet.com**.

Clinique TCNF
Traitement chiropratique et neurologie fonctionnelle
Dr Richard Turmel
Chiropraticien, BSc. D.C.
Fellow of the International Board of Functional Neurology (FIBFN)
Fellow of the American Board of Brain Injury and Rehabilitation (FABBIR)
Diplomé de l'American Chiropractic Neurology Board (DACNB)
T 418 598-7476
www.cliniquetcnf.com

Marcher, bouger, respirer : un geste simple aux effets puissants

PAR MARC-ANDRÉ TREMBLAY, ENTRAINEUR ET EXPERT EN RÉADAPTATION PHYSIQUE

Dans un quotidien souvent marqué par la vitesse, les écrans et les obligations, il est facile de reléguer l'activité physique au second plan. Pourtant, marcher et bouger régulièrement demeurent parmi les gestes les plus simples, **accessibles et efficaces pour préserver notre santé, tant physique que mentale**. Nul besoin de performances sportives ni d'équipement coûteux : le mouvement, dans sa forme la plus élémentaire, est déjà un puissant allié.

Marcher quotidiennement contribue à maintenir une **bonne santé cardiovasculaire**, à **réguler la pression artérielle** et à **améliorer la circulation sanguine**. Quelques pas de plus par jour favorisent aussi le contrôle du poids, renforcent les muscles et les articulations, et aident à préserver la mobilité à long terme. Pour les personnes plus âgées, la marche régulière réduit le risque de chutes en améliorant l'équilibre et la coordination. Pour les plus jeunes, elle installe des habitudes de vie saines qui portent leurs fruits sur toute une vie.

Les bienfaits ne sont pas uniquement physiques. L'exercice, même modéré, agit comme un véritable **régulateur émotionnel.** Marcher permet de **diminuer le stress**, d'**apaiser l'anxiété** et de **favoriser un meilleur sommeil**. Le simple fait de prendre l'air, de respirer profondément et de s'éloigner momentanément des écrans offre un espace de recentrage souvent sous-estimé. Plusieurs études démontrent d'ailleurs que l'activité physique régulière contribue à **réduire les symptômes de dépression et à améliorer la concentration et la mémoire.**

Il est aussi important de rappeler que l'exercice n'a pas à être synonyme de contrainte. Marcher peut se faire seul, pour réfléchir ou se ressourcer, mais aussi en bonne compagnie, favorisant ainsi les échanges et le lien social. Une promenade de quartier, un détour à pied pour faire une commission ou une marche en nature sont autant d'occasions de bouger sans pression. L'essentiel est la constance, non l'intensité.

Adopter une routine active, aussi modeste soit-elle, envoie un message clair : prendre soin de soi n'est pas un luxe, mais une responsabilité. Dans une société où les problèmes de santé liés à la sédentarité sont en hausse, remettre le mouvement au cœur de nos habitudes devient un choix à la fois personnel et collectif.

Marcher, c'est avancer. **Avancer** vers une meilleure santé, une plus grande clarté d'esprit et un équilibre de vie plus durable. Parfois, le premier pas est aussi le plus important.

Crédit photo : ChatGPT

Le coût de la vie augmente : mieux manger sans exploser son budget

PAR ANICK LABONTÉ

Depuis quelques années, le coût de la vie au Québec grimpe à un rythme soutenu, et l'alimentation est l'un des postes de dépenses les plus touchés. On estime que le panier d'épicerie a augmenté d'environ 30 %, une réalité qui oblige de nombreux ménages à revoir leurs habitudes. Dans ce contexte, mieux consommer devient un véritable outil de gestion financière, sans pour autant sacrifier la qualité ni le plaisir de bien manger.

Miser sur la planification et les bons outils

La planification demeure la pierre angulaire d'un budget alimentaire maîtrisé. Établir un menu hebdomadaire, dresser une liste d'épicerie et s'y tenir permet de limiter les achats impulsifs, souvent responsables de dépassements. Les circulaires et applications de comparaison de prix sont également précieuses pour cibler les meilleures aubaines, mais encore faut-il les utiliser avec discernement.

Les programmes de récompenses constituent aussi un levier intéressant, à condition d'en faire un usage stratégique. Des programmes comme **PC Optimum**, **Scène+**, **Moi** ou **Air Miles** permettent d'accumuler des points échangeables contre des rabais ou des produits gratuits. Toutefois, il est important de se rappeler qu'une offre bonifiée en points ne signifie pas toujours le meilleur prix. Acheter un produit plus cher simplement pour accumuler des récompenses peut, à long terme, coûter davantage.

Se méfier des fausses économies

Les grandes surfaces donnent parfois l'illusion d'offrir les meilleurs prix en tout temps. Or, certains formats familiaux ou promotions « spéciales » ne sont pas toujours avantageux lorsqu'on compare le prix au kilo ou au litre. Prendre quelques secondes pour analyser ces données permet d'éviter bien des pièges. Les marques maison, souvent moins coûteuses et de qualité équivalente, représentent également une option judicieuse.

Privilégier les produits frais et locaux, surtout l'été

Durant la saison estivale, les produits frais et locaux sont non seulement plus savoureux, mais souvent plus abordables. Les marchés publics, kiosques de producteurs et paniers de légumes offrent des aliments de qualité à des prix compétitifs, tout en soutenant l'économie locale. De plus, ces produits se prêtent bien à des recettes simples, réduisant le recours aux aliments transformés, généralement plus chers et moins nutritifs.

Réduire le gaspillage pour maximiser chaque dollar

Enfin, lutter contre le gaspillage alimentaire est essentiel. Cuisiner les restes, congeler les surplus et transformer les aliments en fin de vie en soupes, sauces ou plats mijotés permet de rentabiliser pleinement chaque achat. Une meilleure organisation du réfrigérateur et du congélateur contribue aussi à limiter les pertes. Face à la hausse du coût de la vie, adopter de bonnes habitudes alimentaires n'est plus une option, mais une nécessité. En combinant planification, esprit critique et choix éclairés, il est tout à fait possible de manger sainement, intelligemment et à moindre coût, même dans un contexte économique plus exigeant.

Fraudes par téléphone et sur Internet : mieux les reconnaître pour mieux s'en protéger

PAR SYLVAIN BOURDEAU, PROGRAMMEUR ANALYSTE

Aujourd'hui, le téléphone, le courriel et les réseaux sociaux font partie de notre quotidien. Ils nous permettent de rester en contact avec nos proches, de payer des factures, de recevoir des nouvelles et de nous informer. Malheureusement, ces outils sont aussi utilisés par des personnes mal intentionnées qui cherchent à tromper, inquiéter ou manipuler afin de soutirer de l'argent ou des informations personnelles. Les aînés sont souvent ciblés, non pas par manque d'intelligence, mais parce que les fraudeurs jouent sur la confiance, les émotions et le sentiment d'urgence.

L'une des fraudes les plus connues est la **fraude dite du « grand-parent »**. Le principe est simple, mais redoutablement efficace. Une personne reçoit un appel d'un individu qui prétend être un petit-enfant ou quelqu'un appelant en son nom. La voix est parfois émotive, pressée, bouleversée. On vous dit qu'il y a eu un accident, une arrestation ou un grave problème et que de l'argent est nécessaire immédiatement. Le fraudeur insiste souvent pour que vous n'en parliez à personne. Il mise sur la peur et l'amour que vous portez à votre famille pour vous faire agir rapidement.

Un moyen très efficace de se protéger contre ce type de fraude est d'instaurer un mot de passe familial. Il s'agit d'un mot ou d'une courte phrase connue seulement des membres de la famille. En cas d'appel urgent, vous pouvez demander ce mot de passe pour vérifier l'identité de votre interlocuteur. Si la personne ne peut pas le donner, il faut immédiatement douter de l'appel. Ce simple réflexe permet de reprendre son calme, de réfléchir et d'éviter bien des drames. Parler de cette stratégie avec ses enfants et petits-enfants est un excellent geste de prévention.

L'hameçonnage par courriel est une autre fraude très fréquente. Vous avez peut-être déjà reçu des messages vous disant : « Votre courriel sera fermé dans deux jours », « Votre compte a été compromis » ou encore « Action urgente requise ». Ces courriels semblent souvent provenir de banques, de compagnies connues ou de services gouvernementaux. Ils contiennent un lien sur lequel on vous demande de cliquer pour régler le problème. En réalité, ce lien mène vers un faux site qui sert à voler vos mots de passe ou vos informations personnelles.

Il est important de se rappeler qu'aucune entreprise sérieuse ne vous demandera vos renseignements confidentiels par courriel. En cas de doute, il vaut mieux ne rien faire, supprimer le message et, au besoin, contacter directement l'organisme concerné à l'aide d'un numéro officiel que vous connaissez déjà.

Les appels frauduleux liés aux cartes bancaires sont également en hausse. Dans ces cas, le fraudeur prétend que votre carte a été piratée ou utilisée frauduleusement. Il peut se faire passer pour un employé de banque ou même pour un policier. Parfois, il va jusqu'à dire qu'un agent se déplacera chez vous pour récupérer votre carte ou vos documents.

Il faut savoir qu'aucune banque ni aucun service policier ne fonctionne ainsi. Jamais on ne vous demandera de remettre votre carte, votre numéro personnel ou de l'argent à une personne qui se présente chez vous.

Pour mieux se protéger, il est fortement recommandé d'activer la double authentification sur ses comptes importants, notamment le courriel et Facebook. Cette mesure ajoute une protection supplémentaire : en plus du mot de passe, un code temporaire est exigé pour se connecter. Même si quelqu'un découvre votre mot de passe, il ne pourra pas accéder à votre compte sans ce code.

Enfin, il ne faut jamais hésiter à parler de ces situations. La fraude fonctionne souvent parce que les victimes se sentent gênées ou coupables. Pourtant, personne n'est à l'abri. En discutant ouvertement avec sa famille, ses amis et ses proches, on contribue à prévenir d'autres tentatives et à protéger toute la communauté.

Prendre son temps, vérifier l'information et ne jamais céder à la pression sont les meilleurs réflexes à adopter. La prudence demeure votre meilleure alliée.

Crédit image : Canva

Concours de Pâques – À vos crayons!

À l'occasion de Pâques, *L'Attisée* invite tous les enfants à laisser aller leur créativité!

Nous lançons un concours de coloriage spécialement pour eux.

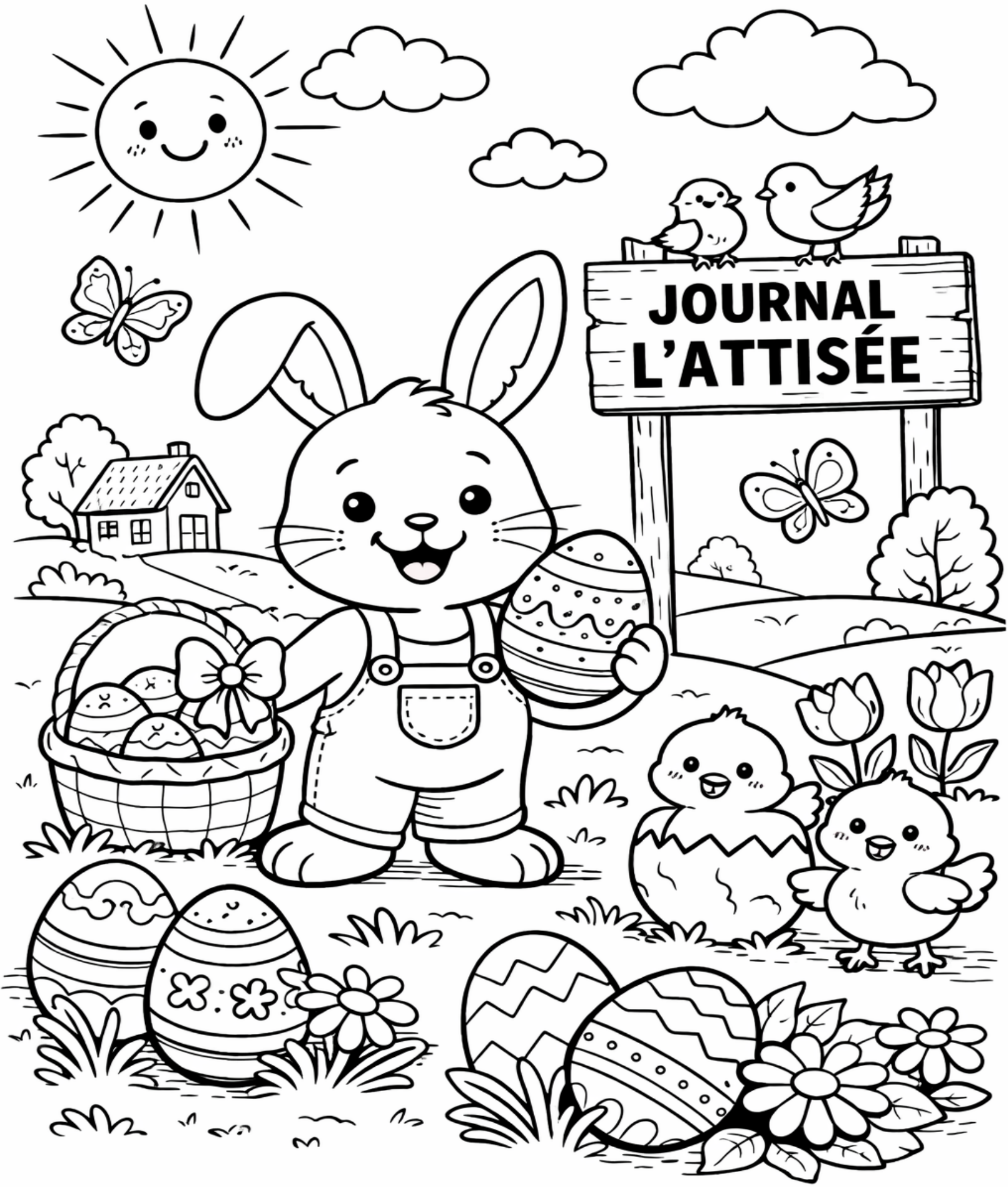
Les enfants sont invités à colorier le dessin de Pâques **joint au journal à la page 39**, puis à nous faire parvenir leur œuvre pour courir la chance de gagner une surprise.

Pour participer, il suffit de :

- prendre une photo ou numériser le coloriage complété;
- l'envoyer par courriel à journal.attisee@hotmail.com ou
- le transmettre via la messagerie Facebook du journal en scannant le code QR →

N'oubliez pas de compléter les informations en bas du dessin.

Nous avons très hâte de découvrir vos magnifiques créations colorées!
Bonne Pâques et bon coloriage à tous!



Nom de l'enfant : _____ **Courriel :** _____

Âge de l'enfant : _____ **Nom du parent ou tuteur :** _____

Concert de l'Ensemble vocal « Chœur Joly »

PAR MICHAEL SCHMOUTH

C'est sous la présidence d'honneur de M. Mathieu Rivest, député de Côte-du-Sud et au profit de la Fabrique de St-Jean-Port-Joli, que l'Ensemble vocal Chœur Joly présentera son tout nouveau concert intitulé **À VOS AMOURS!** à **l'église de St-Jean-Port-Joli le samedi 14 février 2026, à 15h00**. (Remis au lendemain en cas de mauvaise température)

Les amoureux de belle musique, de poésie et de patrimoine et les amoureux tout court ne voudront pas manquer ce concert de la St-Valentin présenté par l'Ensemble vocal Chœur Joly qui, pour l'occasion, sera dirigé par Mme Josée Fortin, compositrice, harmonisatrice et cheffe de chœur de grande renommée et récipiendaire de l'Ordre du mérite choral du Québec.

Cet événement bénéfice rassemblera la communauté port-jolienne et des environs autour d'un même élan de solidarité pour soutenir les travaux d'entretien que notre très belle église classée aux biens culturels du Québec exige pour sa conservation.
Faites plaisir à celui ou celle que vous aimez en lui offrant ce concert de la St Valentin.

Les billets sont en vente aux endroits suivants : Au presbytère de St-Jean-Port-Joli, aux boutiques Conter fleurette et La Fée Minine de Saint-Jean-Port-Joli, auprès des choristes au numéro 418 508-1447 et à l'entrée le jour du concert.

Offre d'emploi
Gérant(e) de ferme (Élevage de poulets)

Le Centre d'emploi agricole de la Chaudière-Appalaches recherche un gérant(e) pour une ferme avicole bien établie et située dans la région de L'Islet. L'exploitation compte 60 000 poulets répartis dans trois poulaillers installés sur le site de la ferme. L'équipe en place est expérimentée et motivée à transmettre son savoir. Plusieurs perspectives d'évolution sont envisageables et l'employeur recherche une personne passionnée, prête à s'investir comme si la ferme était la sienne.

Responsabilités principales
Vous serez responsable de la gestion complète de la ferme et de toutes les opérations quotidiennes, notamment :

- Gestion de l'élevage des poulets, suivi de leur croissance et détection des anomalies ou signes de maladies
- Gestion de l'inventaire de moulée et des approvisionnements
- Exécution des tâches selon la production et les protocoles établis
- Application des règles de biosécurité et d'assainissement
- Gestion de l'entretien des bâtiments, des équipements et des aires de travail
- Opération de la machinerie

Profil recherché

- Permis de conduire valide (Classe 3, un atout – occasionnel)
- Autonomie, polyvalence et débrouillardise
- Habiletés manuelles et bonne forme physique
- Bonnes connaissances technologiques
- Personne calme, posée et consciencieuse
- Expérience en production animale : un atout
- Aisance à observer, analyser et être à l'écoute de la volaille

Conditions de travail

- Poste permanent, temps plein, avec une fin de semaine sur deux (à discuter)
- Salaire : à discuter selon l'expérience
- Bonus de rendement
- Hébergement disponible sur le site de la ferme

Vous êtes le candidat idéal si…
Vous souhaitez évoluer dans une entreprise où la qualité du travail est reconnue et où la charge de travail est équilibrée pour favoriser votre réussite.

Pour postuler : CEA de Chaudière-Appalaches - Saint-Georges
2550, 127e Rue à Saint-Georges (Québec) G5Y 5L1
Téléphone : 418 228-5588 ceachaudiereappalaches@upa.qc.ca
ou contacter M. Benoit Ouellet au 418 241-8403

Jeu 1 : Brouillamini
Le plus beau voyage d'ici-bas, c'est celui qu'on fait l'un vers l'autre.

Jeu 2 : Pyramides
1. étatiser 2. attiser 3. satire 4. taies 5. aise 6. Ise 7. se 8. s 9. si 10. sir 11. sari 12. sitar 13. tapirs 14. pirates 15. pactiser

Jeu 3 : Double sens
1. orange 2. bouquin 3. manœuvre 4. chèvre 5. larme 6. espace 7. mémoire 8. mode 9. parallèle 10. physique 11. tour 12. tour

LUNAGI DÉCOR

Découvrez les duvets d'oies pour votre confort

- Légèreté
- Haut gonflement
- Évacuation d'humidité

Lucie Duval
Designer
Service à domicile

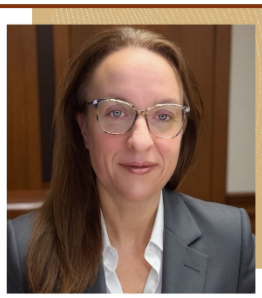
307, route de l'Église, Saint-Jean-Port-Joli
lunagi@videotron.ca - **418 598-9932**
Cellulaire : **418 941-9932**

Anick Labonté
Adjointe exécutive à distance
Spécialiste en coordination administrative

Augmentez votre efficacité avec une adjointe exécutive à distance

AU SERVICE DES ENTREPRISES DEPUIS 2008

418 291-6205



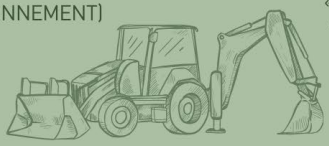
PROJETS Marchon

DÉNEIGEMENT :
COMMERCIAL ET RÉSIDENTIEL SECTEUR
SJPJ ET SES ENVIRONS

CONTACT
TRISTAN MARCHON
819-696-4346
CAMILLE MARCHON
514-475-7918
PROJETSMARCHON@GMAIL.COM

EXCAVATION :
- ÉTANG, FOSSÉ, TRANCHÉE
- MISE À NIVEAU DU TERRAIN
- PRÉPARATION DE TERRAIN POUR CONSTRUCTIONS VARIÉES
- SYSTÈME DE DRAINAGE

PAYSAGEMENT:
- PAVAGE (ALLÉE, TERRASSE, STATIONNEMENT)
- ÉMONDAGE
- ENTRETIEN PAYSAGER
- MURET DE SOUTÈNEMENT
- ET PLUS ENCORE...!



« [...] *Tristan Marchon? Ah! C'est un inventeur, il trouve toujours des solutions pour réparer à peu près n'importe quoi avec des matériaux réutilisés en priorité. Il nous arrive toujours avec une idée à moindre coût.* »
-Mme Dutronc, une cliente satisfaite

André Ouellet Service

Réparation d'électroménagers à domicile

Le pro de l'électro

Réparateur autorisé :
Frigidaire • Bosh • Kenmore • Huebsch • Speed Queen
G.E. Whirlpool • LG • Maytag • Samsung • etc.

Pièces et services pour toutes marques de :
Réfrigérateur • Lave-vaisselle • Laveuse, sécheuse
Cuisinière • Congélateur

andreouelletservice.ca info@andreouelletservice.ca **418 234-3388**

GARAGE DESCHÊNES & Fils

CAA QUÉBEC Recommandé

86, avenue De Gaspé Est,
Saint-Jean-Port-Joli
418 598-3828

Clé Verte

REMORQUAGE COURTE ET LONGUE DISTANCE
RÉPARATIONS GÉNÉRALES

Bougies, filtre de cabine, antigel, huile, freins, alignement, suspension, échappement, pneus, injection électronique, pare-brise, entretien air climatisé

CARTE FIDÉLITÉ • CAA QUÉBEC (3% sur réparation)

VOTRE GARAGE INDÉPENDANT RECOMMANDÉ CAA
MERCI DE VOTRE CONFIANCE

Gérard-Raymond
ROBICHAUD
EXCAVATION
GÉNÉRALE • AGRICOLE • FORESTIÈRE
MARTEAU HYDRAULIQUE • LASER SUR PELLE
DISTRIBUTEUR ÉCOFLO
235 - 24, chemin Tour du Lac
St-Aubert (Québec)
G0R 2R0
Tél.: 418 598-3050
Cell.: 418 248-7710
Fax: 418 598-7830
Licence: RBQ 8332-8518-32

ÉGLISE SAINT-JEAN-PORT-JOLI

Messes : Dimanche 10h30 Mercredi 9h
Visite exposition des personnages de la crèche, après les messes.
Pour un groupe, appelez à 418 598-3023
Bienvenue à tous, paroissiens et visiteurs !
Visitez notre site : https://www.eglisesaintjeanportjoli.com
Courriel : stjean@esap.ca

OFFRE D'EMPLOI : Commis de bureau à la Fabrique

- Poste à temps partiel, 18 heures/semaine
- Divers tâches dont répondre aux demandes écrites ou verbales
- Rémunération à discuter. - Date d'entrée en fonction : dès que possible

Compétences et qualifications

- - Formation en bureautique (années d'expérience s'il y a lieu).
- - Bonne connaissance des outils informatiques et les applications Microsoft, etc...

Faire parvenir votre curriculum-vitae par courriel: stjean@esap.ca
Bureau : 418 598-3023 Cellulaire : 418 291-5070
Heures de bureau : lundis et mardis de 9h à 16h
Fabrique Saint-Jean Port-Joli 2, place de l'Église
Saint-Jean Port-Joli, QC, G0R 3G0

APPEL D'OFFRES : ENTRETIEN DES TERRAINS

La Fabrique de la Paroisse de Saint-Jean Port-Joli demande des offres pour l'**entretien des terrains des cimetières**. En résumé, les travaux consistent à : Tondre le gazon, autour des monuments et près des clôtures (intérieur et extérieur), ainsi que sur les terrains vacants, ramasser l'herbe, ramasser les feuilles au printemps et à l'automne et tous autres travaux nécessaires.
Voir document complet au bureau de la fabrique au 2, Place de l'église, Saint-Jean-Port-Joli (heures de bureau lundis et mardis entre 9 h et 16 h) - **Date limite jeudi 19 février 2026 à 16h.**

APPEL D'OFFRES : ENTRETIEN DES TERRAINS ÉGLISE, PRESBYTÈRE

La Fabrique de la Paroisse de Saint-Jean Port-Joli demande des offres pour l'**entretien des terrains de l'église et du presbytère.** En résumé, les travaux consistent à :
-Tondre le gazon, ramasser l'herbe, ramasser les feuilles au printemps et à l'automne et tous autres travaux nécessaires.
Voir document complet au bureau de la fabrique. 2, Place de l'église, Saint-Jean-Port-Joli (heures de bureau lundis et mardis entre 9 h et 16 h) - **Date limite jeudi 19 février 2026 à 16h**.

CONCERT DE L'ENSEMBLE VOCAL « CHŒUR JOLY »

C'est sous la présidence d'honneur de M. Mathieu Rivest, député de Côte-du-Sud et au profit de la Fabrique de St-Jean-Port-Joli, que l'Ensemble vocal Chœur Joly présentera son tout nouveau concert intitulé **À VOS AMOURS!**
À l'église de St-Jean-Port-Joli le samedi 14 février 2026, à 15h00.

(Remis au lendemain en cas de mauvaise température)

Les billets sont en vente aux endroits suivants :
Au presbytère de St-Jean-Port-Joli, aux boutiques Conter fleurette et La Fée Minine de St-Jean-Port-Joli, auprès des choristes au numéro 418 508-1447 et à l'entrée le jour du concert.

POUR PLUS AMPLES INFORMATIONS :
ASSEMBLÉE DE LA FABRIQUE SAINT-JEAN PORT-JOLI
2, Place de l'Église, Saint-Jean Port-Joli, QC, G0R 3G0
Bureau : 418-498-3023 Cell. : 418-291-5070

CENTRE SOCIOCULTUREL GÉRARD-OUELLET

JUSTE XAVIER : 4 et 5 février à 19h
Xavier, un avocat trans, revoit sa famille à Noël pour la première fois depuis sa transition. Entre l'enthousiasme de son père, son flirt naissant avec Ariane, et sa relation tendue avec sa mère et ses sœurs, ce réveillon, pas si traditionnel, sera l'occasion de retrouvailles hautes en couleurs

LES FURIES : 11 et 12 février 19h
Avec ses héroïnes intenses et imparfaites, **LES FURIES** est la première comédie sportive québécoise au féminin. À Waterloo, l'arrivée d'une équipe de hockey semi-pro masculine expulse les ligues féminines amateures de l'aréna. Pour se venger de leur temps de glace perdu, une joueuse de hockey impulsive et une octogénaire impitoyable, ex-championne de derby, recrutent les laissées-pour-compte de la ville afin de fonder une équipe clandestine de roller derby. Avec l'aide du Cercle de fermières, elles prouveront que le sport féminin peut soulever les foules et que la sororité est un puissant acte de résistance.

TROIS AMIES : 18 et 19 février à 19h
Joan n'est plus amoureuse de Victor et souffre de se sentir malhonnête avec lui. Alice, sa meilleure amie, la rassure : elle-même n'éprouve aucune passion pour Eric et pourtant leur couple se porte à merveille ! Elle ignore qu'il a une liaison avec Rebecca, leur amie commune... Quand Joan décide finalement de quitter Victor et que celui-ci disparaît, la vie des trois amies et leurs histoires s'en trouvent bouleversées.

Bonjour et bonne et heureuse année à vous toutes, chères Fermières,
Le 10 janvier dernier marquait une date toute spéciale : la **journée officielle de la fondation du Cercle des Dames Fermières de Saint-Jean-Port-Joli**. Eh oui, **100 ans d'histoire, de savoir-faire et de solidarité** ! Cet anniversaire sera souligné en mai prochain. Les détails vous seront communiqués dans les mois à venir par *L'Attisée* et les autres médias.
Notre **prochaine réunion mensuelle** aura lieu le **13 février à 13h30**, au **local no 19, situé au 308, rue Verreault**.
Au programme : Exposition de **couvertures pour bébé, linges à vaisselle, arts culinaires**, **couture** (le projet de courtepointe se poursuit les mardis après-midi), **tricot**.
Si le cœur vous en dit et que vous souhaitez vous joindre à nous, vous pouvez passer directement au local ou communiquer avec **Camille Devaux**, vice-présidente, au **514 473-6727**.
Au plaisir de vous retrouver nombreuses et de partager ensemble ces beaux moments qui font la richesse de notre Cercle.

Programmation des activités

Activités culturelles :

Déjeuner FADOQ, vendredi le 13 février dès 9h au restaurant La Coureuse des Grèves. Inscription auprès de Madame Noëlla Lemieux.

Souper-spectacle Saint-Valentin, dimanche le 15 février à 18h à L'Auberge des Glacis, 46 route Tortue, l'Islet. Souper trois services en compagnie du groupe de musique POLLUX BAND. Venez célébrer avec nous cette belle fête de l'amour et de l'amitié ! Inscription auprès de Madame Noëlla Lemieux.

· Dîner cabane à sucre, vendredi le 10 avril à l'Érablière Nathalie Lemieux, Saint-Pascal.
Le départ se fera à 10h30 à la Maison communautaire Joly. Vous pouvez apporter votre vin. Inscription, Noëlla Lemieux

Musique pour aînés, dans les résidences et pour les fêtes spéciales selon la demande. Info : Pierre Couture.

Activités de mise en forme :
Vie active à la Maison Communautaire Joly. Nouvelle formule. Gratuit et ouvert à tous. Pour toute demande d'informations, veuillez communiquer avec monsieur Pierre Couture.

50 ans et en forme : Il reste encore quelques places pour la session d'hiver 2026 dans le groupe 11h10, Faites vite ! Pour toute demande d'informations et inscription, contactez madame Geneviève Caron.

Activités santé et bien-être :
Yoga FADOQ. Il reste encore quelques places pour la session d'hiver 2026 pour le cours du jeudi soir 17 h 15. Faites vite ! Les cours auront lieu à la Maison Communautaire Joly pour les groupes du mercredi et à la bibliothèque municipale pour les groupes du jeudi. Pour toute demande d'informations et inscription, contactez Geneviève Caron.

Yoga sur chaise FADOQ
Les cours auront lieu à la Maison Communautaire Joly. Pour toute demande d'informations et inscription, contactez Geneviève Caron.

Danse orientale pour aînés : Début des cours à confirmer. Suivez notre page Facebook du club FADOQ et les informations dans l'Attisée.
Les cours auront lieu à la Maison Communautaire Joly au local de danse Chantal Caron. Pour toute demande d'informations et inscription, contactez Johanne De Kinder.

Techniques d'apprentissage vocal: Pour informations et inscription, contactez Pierre Couture ou Nicole Biron.

COORDONNÉES :
Noëlla Lemieux: 418 598-3712 **Pierre Couture :** 418 607-3831
Geneviève Caron : 418 291-6994
Johanne De Kinder : 418 598-1935 **Nicole Biron :** 418 598-7990

Horaire de février 2026

Cueillette et tri de denrées, dépannages, préparation de repas, jardinage, tous les jours du lundi au vendredi.

Soupes communautaires :
au 27, ave de Gaspé ouest, Saint-Jean-Port-Joli, les mercredis **4, 11, 18, et 25 février**;
dans la Salle communautaire à Tourville, les mercredis **4, 11, 18, et 25 février**;
dans la salle communautaire à Saint-Damase, jeudi, le **5 février**, de 11h à 14h.

Dîner communautaire, à Tourville dans la salle communautaire, vendredi le **20 février**;
au 27 avenue de Gaspé ouest, Saint-Jean-Port-Joli, vendredi le **27 février**.

Points de service
Comptoir d'aide alimentaire:
27, ave de Gaspé ouest, Saint-Jean-Port-Joli
962 rue des Trembles, Tourville (Bureau municipal)
15 rue du Collège, Saint-Adalbert
Pour prendre rendez-vous 418 358-6001
Communo-frigo : 27, ave de Gaspé ouest, Saint-Jean-Port-Joli
962 des Trembles, Tourville (Bureau municipal)
48 Chemin de Taché est, Saint-Marcel (à l'arrière du bureau municipal)

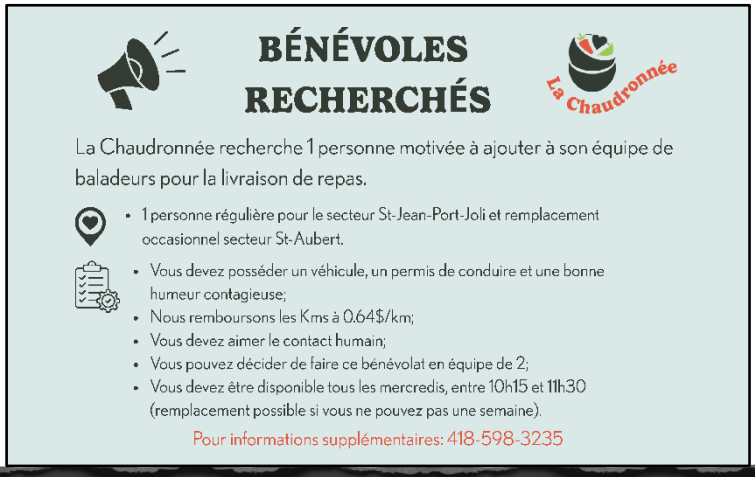
Friperie de Fil en Bouton, 318, rue Verreault, Saint-Jean-Port-Joli, local 24

Horaire de février 2026

Le samedi 10 janvier ouvert de 9h30 à 11h30

Les **mercredis 4, 11, 18, et 25 février;** de 9h30 à 11h30 et de 13h30 à 16 h. et les **jeudis 5, 12, 19 et 26 février** ouvert de 13h30 à 16 h.

Tous les jours du lundi au vendredi, déposez vos dons de vêtements au local, à l'intérieur de la Maison Joly, deuxième étage, en face du local 24



MENU POPOTE ROULANTE FÉVRIER 2026

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
01	02 Mijoté de porc à l'orange	03	04 Pavé de saumon sauce échalotes et vin blanc	05	06 Boulettes à la chinoise	07
08	09 Pain de viande	10	11 Linguines sauce crémeuse aux crevettes	12	13 Boeuf à la mode	14
15	16 Poulet cacciatore	17	18 Pâté chalet	19	20 Cannellonis au tofu	21
22	23 Hamburger Steak	24	25 Pâté chinois	26	27 Poulet à la King	28

Informations et commandes
418-598-3235

La Chaudronnée

Menu et repas par
Manu atelier culinaire

Maison funéraire
De la Durantaye et Fils inc.

Cap-Saint-Ignace 418 246-5337
L'Islet 418 247-5571 / 247-5733
Saint-Jean-Port-Joli 418 598-3093
Et paroisses environnantes
Sans frais : 1 877 598-3093

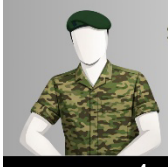
Une présence ... rassurante!

Maison funéraire
C. Lavoie et Fils

18, du Foyer Sud, St-Pamphile
et paroisses environnantes
Tél.: 418 356-3822
Sans frais: 1 888 430-3822

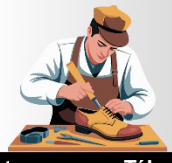
Pour une approche humaine.
Pour un personnel à l'écoute de vos besoins dans le respect et la discrétion.
Services funéraires professionnels et préarrangements.

Confections Chouinard
Vêtements chics et chaussures pour hommes



SPÉCIALITÉS
- Vêtements et chaussures de travail
- Surplus d'armée

Les Toiles Y. Cacon



Cordonnerie
Réparations de tous genres

4, rue Principale Ouest à Saint-Aubert Tél. : 418 598-6411

Jouer avec le téléphone.
Il y a souvent une option sans écran.
Québec.ca/ÉcranJeunes