

Les premiers à appeler
après les pompiers!

Qualinet®

Le leader après sinistre

Unis contre la pauvreté

pages 4-5

Nos coopératives
forestières se démarquent

page 6

Rimouski-Forestville :
la relance a pris du retard

page 9

La rivière des Escoumins
sera restaurée

page 23

Photo APIC/HCN


SYNERVENTS
★★★★★
100+ avis
CLIMATISATION
CHAUFFAGE

**THERMOPOMPE
18 000 BTU**

3 040 \$

TAXES INCLUSES, APRÈS SUBVENTION

 **418-556-6239**

 **INSTALLATION
CLÉ EN MAIN**

 **10 ANS
GARANTIE
10 ANS**



Hisense

PARTENAIRE OFFICIEL
COUPE DU MONDE



MRC
La Haute-Côte-Nord

www.mrchcn.qc.ca

Le **Service de la gestion des matières résiduelles** informe les citoyens de l'horaire estival des écocentres, en vigueur dès maintenant !

Les Bergeronnes : vendredi et samedi, de 9 h à 16 h

Sacré-Cœur : vendredi et samedi, de 9 h à 16 h

Portneuf-sur-Mer : mardi au samedi, de 9 h 30 à 16 h

Reconnaissance à nos pompières et pompiers

Les 20, 21 et 22 avril derniers, une cérémonie de remise de diplômes et de médailles a eu lieu dans chacune des 6 municipalités regroupées au sein de notre Entente intermunicipale en sécurité incendie.



CASERNE 69 LES BERGERONNES



CASERNE 70 LES ESCOUMINS



CASERNE 71-72 LONGUE-RIVE



CASERNE 73 PORTNEUF-SUR-MER



CASERNE 74 FORESTVILLE



CASERNE 75-76 COLOMBIER



Nos pompières et pompiers ont été *chaleureusement remerciés* pour leur engagement au bénéfice de leurs concitoyennes et concitoyens.

Leurs loyaux services, les nombreuses heures de formation, leur courage et leur travail d'équipe ont été soulignés avec reconnaissance.

La mairesse de Forestville, aussi présidente de l'Entente, a procédé aux cérémonies en présence des maires des localités et accompagnée du directeur incendie Monsieur Martin Bouchard, de l'équipe permanente, des officiers, des brigades locales et leurs familles.



Que pensez-vous de l'accès aux soins de santé?

Un sondage en ligne et des consultations citoyennes publiques sont lancés pour mieux cibler les problèmes relatifs à l'accès aux soins de santé sur la Côte-Nord. Les organisateurs veulent un portrait des problématiques vécues par les citoyens et espèrent pouvoir influencer les décisions qui se prendront dans le futur.

Renaud Cyr

C'est la mission que s'est donnée la Table régionale des organismes communautaires et Corporation de développement communautaire (TROC-CDC) de la Côte-Nord, qui fera un condensé de toutes les réponses recueillies ce printemps autant en ligne qu'en personne.

Le questionnaire en ligne est disponible sur le site web de la TROC-CDC ainsi que sur ses réseaux sociaux. L'organisme enclenchera des rencontres citoyennes en personne ce printemps.

Mireille Boivin, responsable de la recherche et du développement communautaire à la TROC-CDC est en charge du projet. Elle fait savoir que l'initiative fait suite à un constat auprès de ses membres qui vivent de près les problématiques de l'accès aux soins.

«Dans les dernières années, les organismes communautaires nous rapportaient de plus en plus que leurs usagers avaient de plus en plus d'enjeux d'accès aux soins et que ça apportait beaucoup de détresse et d'appauvrissement à la population», raconte-t-elle.

Politique de déplacement

Mireille Boivin en convient, l'accès aux soins de santé dans notre région, ce n'est pas de la tarte.

«Quand on parle d'accès aux soins de santé sur la Côte-Nord, c'est comme appuyer sur un bouton. Tout le monde sait que c'est difficile et, automatiquement, on a beaucoup de témoignages», illustre-t-elle.

Elle indique avoir animé des groupes

de discussion en vue du présent projet de recherche l'hiver dernier, qui ont donné le ton pour la suite.

«Il y avait des choses qui ressortaient de façon plus importante, notamment la question des distances et des déplacements et la question financière en lien avec ces déplacements-là», révèle-t-elle.

Avec la politique de transport des usagers du Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) de la Côte-Nord, les gens devant se déplacer pour aller à des rendez-vous médicaux, examens ou traitements sont en mesure de se faire rembourser certains coûts.

Cependant les remboursements ont

« C'est la population qui est peut-être la mieux placée pour définir qu'est-ce qui serait la meilleure réponse aux enjeux d'accès aux soins de santé sur leur territoire. »

– Mireille Boivin

leur limite en fonction de l'endroit où l'on se trouve et où on va, et certaines localités sont situées à quelques heures du 200 kilomètres requis pour les remboursements.

«Par exemple, si on part de Tadoussac pour aller à Baie-Comeau, on se qualifie, mais pas en partant des Bergeronnes», illustre la responsable. Cette dernière met l'emphase sur le fait que remboursés ou non, les coûts de transport «peuvent faire un trou dans le budget».



Mireille Boivin et son équipe mèneront des consultations sur tout le territoire en plus du sondage en ligne. Photo Sarah-Jeanne Morency

«Certains déplacements ne se qualifient pas, mais ils impliquent quand même de manquer une journée de travail et de mettre de l'essence dans sa voiture. Il y a des coûts reliés à ça», précise Mme Boivin.

Prises de décision

Aux dires de Mireille Boivin, il n'y a pas de documentation sur l'accessibilité aux soins de santé sur la Côte-Nord «qui a été faite dans une perspective citoyenne».

«On commence avec quelque chose cette année, mais on s'attend à travailler sur ce projet de recherche pour les prochaines années. On est vraiment dans une amorce», annonce-t-elle.

La porte-parole se déplacera les 5 et 7 mai aux Bergeronnes et Forestville, ainsi que le 12 et 13 mai à Godbout et Baie-Comeau pour rencontrer les citoyens lors de soirées de discussions.

Elle et son équipe se rendront également la semaine d'après dans la MRC de Sept-Rivières, mais les dates ne

sont pas encore fixées.

«Notre postulat, c'est que c'est la population qui est peut-être la mieux placée pour définir qu'est-ce qui serait la meilleure réponse aux enjeux d'accès aux soins de santé sur leur territoire», affirme Mireille Boivin.

«Souvent, les problématiques se vivent beaucoup dans l'intimité et même parfois dans la honte. On trouve ça intéressant de s'offrir un espace pour se questionner ensemble et trouver des pistes de solution», ajoute-t-elle.

Elle estime qu'après un été d'analyse et d'interprétation de données, un rapport sera produit et sera présenté au CISSS de la Côte-Nord qui «a hâte de connaître les résultats».

Cette dernière précise d'ailleurs que la province sera en mode électoral lors de la sortie du rapport et de ses suggestions. «Il y a un *momentum* assez stratégique d'avoir des données nouvelles pour défendre l'accès aux soins de la population sur la Côte-Nord à ce moment-là», termine Mme Boivin.

Faire avancer la lutte contre la pauvreté

À l'approche des élections provinciales de 2026, une vingtaine de personnes se sont rassemblées à Forestville pour réclamer un changement de discours et des actions concrètes en matière de lutte contre la pauvreté.



Johannie Gaudreault
jgaudreault@journalhcn.com



Les participants sont allés s'exprimer devant le bureau du député Yves Montigny à Forestville. Photo courtoisie

Réunis toute la journée du 21 avril au sous-sol de l'église St-Luc, une vingtaine de participants ont pris part à l'activité Parlons de pauvreté, une initiative portée par le Collectif pour un Québec sans pauvreté dans le cadre de sa tournée préélectorale.

Organisée en collaboration avec la Table des groupes populaires de la Côte-Nord, le Regroupement des femmes de la Côte-Nord et l'Association pour la protection des intérêts des consommateurs Haute-Côte-Nord, la journée visait à faire émerger des revendications régionales et à

remettre la lutte contre la pauvreté au premier plan du discours politique.

Plus de 20 ans après l'adoption de la Loi visant à lutter contre la pauvreté et l'exclusion sociale, les organisateurs estiment que les progrès accomplis dans ce domaine sont minimes, dénonçant un manque de mesures structurantes et des reculs ayant fragilisé le filet social.

De passage sur la Côte-Nord, la co-porte-parole du Collectif, Marie-Ève Brunet, explique que cette initiative s'inscrit dans une vaste tournée à

traverser le Québec.

«On traverse l'ensemble des régions du Québec avec notre campagne sous le thème Le discours doit changer, parlons de pauvreté. Donc on est là pour proposer un discours alternatif au discours ambiant qu'on entend, qui est souvent teinté de demi-vérités, de préjugés ou carrément violent», affirme-t-elle.

Selon elle, il est essentiel d'aller à la rencontre des réalités régionales. «La pauvreté a de nombreux visages et les réalités de la Côte-Nord ne sont pas celles de Montréal ou de l'Abitibi.»

Des enjeux nord-côtiers

Parmi les préoccupations soulevées lors des échanges, certaines réalités propres à la région se sont démarquées, notamment l'accès aux services, le transport et l'utilisation des ressources locales.

«Ce qui ressortait beaucoup ici, c'est l'accès aux ressources de la région, les enjeux de transport, puis l'accès aux services en général», souligne Mme Brunet, tout en rappelant que certains enjeux, comme le logement, transcendent les régions.

liers de discussion en petits groupes, culminant par une action symbolique sur l'heure du dîner devant le bureau du député. Les participants ont alors pris la parole pour partager leurs réalités et leurs revendications.

« On est là pour proposer un discours alternatif au discours ambiant qu'on entend, qui est souvent teinté de demi-vérités, de préjugés ou carrément violent. »

– Marie-Ève Brunet

«On donne une place très importante aux personnes premières concernées, donc aux personnes en situation de pauvreté», insiste la co-porte-parole. «Le point culminant, c'est vraiment cette action politique où les gens se font voir et entendre.»



Le Collectif pour un Québec sans pauvreté était présent à Forestville le 21 avril pour entendre les réalités de la Côte-Nord. Photo Johannie Gaudreault

La journée s'est articulée autour d'ate-

Malgré les défis du milieu commu-

nautaire, notamment le manque de ressources et l'essoufflement, la mobilisation observée à Forestville a marqué les organisateurs.

«C'est une région incroyablement mobilisée, mobilisante, enthousiaste. On a rarement vu une région aussi rapide à vouloir se mobiliser et à se concerter pour continuer», note Mme Brunet.

Cette dynamique devrait se poursuivre dans les prochaines semaines, alors que d'autres actions sont déjà prévues.

Michel Savard, coordonnateur de la Table des groupes populaires de la Côte-Nord, se réjouit de la participation. «Les gens étaient vraiment motivés et mobilisés. Plusieurs enjeux importants ont été abordés. Ça a été une journée très appréciée», raconte-t-il.

Il mentionne notamment le sujet du partage de la richesse. «On dit qu'il faut créer de la richesse pour la partager. Mais elle est mal partagée», com-

mente celui qui croit que le Québec peut faire mieux pour ses citoyens.

Un autre enjeu qui a été soulevé par les participants : les ressources naturelles de la Côte-Nord qui ne profitent pas à la région.

«On a toutes les ressources, que ce soit les pêches, le bois, l'aluminium, l'énergie. On est tanné de se faire voler, que tout ça parte à l'extérieur, que les gens fassent du *fly-in fly-out* pour venir travailler là-dessus et qu'ils s'en retournent chez eux et que l'argent ne reste pas», explique M. Savard.

Vers un rendez-vous national

Les témoignages et revendications recueillis lors de cette tournée alimenteront les demandes qui seront portées sur la scène nationale en vue des élections de 2026. Le processus culminera lors d'un grand rassemblement prévu les 22 et 23 mai à Québec.



Une vingtaine de participants ont pris part à la journée Parlons de pauvreté. Photo courtoisie

«L'idée, c'est vraiment de faire entendre la force de ce mouvement-là et de ramener la pauvreté dans le discours politique et public», conclut Marie-Ève Brunet.

Pour les participants de Forestville, cette journée aura permis non seulement de partager leurs réalités, mais aussi de réaffirmer une volonté commune : celle de voir des changements concrets se traduire dans les politiques à venir.

EAU GRAND AIR

BAIE-COMEAU

présenté par

Norderra

2 au 4 juillet 2026

En vente maintenant

eaugrandair.com



Programmation complète



K. Maro



Kain



Jay Scott



Roxane Bruneau



Les Trois Accords



Québec Redneck Bluegrass Project

Un triplé de mérites pour la Haute-Côte-Nord

La Côte-Nord a compté sur tous les tableaux lors du congrès annuel de la Fédération québécoise des coopératives forestières (FQCF) en récoltant les trois mérites qui récompensent ce qu'il y a de mieux dans le monde des coopératives forestières.

Renaud Cyr

Le congrès annuel se tenait cette année à Rivière-du-Loup les 16 et 17 avril. Des représentants de la coopérative forestière La Nord-Côtière des Bergeronnes ainsi que du Groupe Boisaco étaient présents.

En plus d'être dans la salle, ils y ont remporté les mérites coopératif, excellence et relève. Et non, le jury n'a pas été payé préalablement pour cette belle coïncidence.

«On avait de belles candidatures à présenter et on est bien contents d'avoir eu les deux mérites», résume avec bonne humeur Julie Labille, responsable des communications pour le Groupe Boisaco.

Deux candidatures béton

Chez Boisaco, c'est le directeur général de Granulco, Karl Gauthier, et le président de Ripco, Benjamin Dufour, qui ont respectivement reçu les mérites coopératif et d'excellence.

Julie Labille le dit, le parcours de M. Gauthier a de quoi inspirer. «Il a contribué tout au long de sa carrière à développer énormément le Groupe Boisaco et les coopératives», raconte-t-elle.

Elle mentionne qu'il a participé à l'intégration des travailleurs de Granulco chez la coopérative des travailleurs forestiers de Sainte-Marguerite (COFOR), ainsi qu'à la création du groupe BNG éco modulaire.

Il a aussi participé à la création de Ripco, dont il a assuré la présidence pendant un certain temps. «Il a un parcours assez exemplaire dans l'organisation et il a contribué à faire rayonner les coopératives même au-delà des murs de Boisaco», se réjouit Mme Labille.

De son côté, Benjamin Dufour n'a pas chômé non plus depuis qu'il a commencé chez Boisaco en 1998.

Depuis 2023, M. Dufour occupe le poste de président de Ripco, la filière de litière équestre, et occupait le poste de directeur général de COFOR de 2012 à 2025.

«C'est quelqu'un de très assidu au travail, de très compétent et de très sérieux. Il connaît vraiment bien ses affaires et on pensait que c'était un



Alex Henry en compagnie du président de la FQCF, Stéphane Gagnon, et de Mélanie Cantin de Lussier. Photo Patric Nadeau

candidat tout à fait évident pour le présenter aux mérites», avance Julie Labille.

«C'est toujours extrêmement gratifiant et c'est une fierté de voir que nos travailleurs sont bien représentés. Ils étaient très émus», ajoute-t-elle.

Place à la relève

Pour le président de La Nord-Côtière, Alex Henry, le mérite relève arrive à point. «C'est une belle touche après quelques années de travail. C'est sûr que c'est plaisant à recevoir», laisse-t-il tomber.

Arrivé comme contrôleur financier en 2021, il est devenu administrateur de la coopérative en 2022.

En mai 2025, il a été élu président du conseil d'administration et il contribue activement à tous les projets de la coopérative en tant que gestionnaire et administrateur.

Parmi les derniers projets d'envergure de la coopérative, on y trouve l'acquisition du garage Jeannine Boulianne des Escoumins et la création du groupe BNG éco modulaire avec

Boisaco et Éric Gagnon.

«Au niveau de la coopérative, on tente toujours de développer des projets et on se fait souvent approcher pour en démarrer d'autres», dévoile M. Henry.

«On ne sait jamais ce qui va se passer avec la foresterie et le régime forestier, donc on veut s'assurer de la stabilité à long terme de La Nord-Côtière», précise le lauréat.



Le président de Ripco, Benjamin Dufour, a reçu le mérite d'excellence au congrès de la FQCF. Photo Facebook



Karl Gauthier du Groupe Boisaco a remporté le mérite coopératif au congrès annuel de la FQCF. Patric Nadeau

Un sondage sur le transport collectif et adapté

La MRC de La Haute-Côte-Nord tient un sondage sur le transport collectif et adapté sur son territoire afin de s'assurer de la satisfaction des usagers dans la nouvelle mouture du Programme d'aide financière du ministère des Transports et de la Mobilité durable (MTMD).

Renaud Cyr

Cette consultation se déroule en vue d'évaluer la satisfaction des usagers sur la courtoisie, l'attente et la planification dans le transport adapté et collectif.

«Le sondage est une exigence, il sera donc accessible en permanence sur notre site web», explique la conseillère aux communications pour la MRC, Marylise Bouchard.

Cette dernière indique que, dans une très forte proportion, ces déplacements étaient à des fins médicales.

La MRC a dénombré 4824 déplacements, qui s'appliquaient à différentes fins comme le travail, des services professionnels et les études pour ne nommer que celles-ci.

L'instance régionale étend également sur son territoire une offre de transport adapté pour favoriser l'intégration sociale, professionnelle et économique des personnes handicapées.

Malgré des coupures dans ses services plus tôt cette année, le Centre d'action bénévole (CAB) Le Nordest de Forestville a toutefois maintenu son offre de transport.

Les coûts de ces transports se sont chiffrés à 407 321 \$ en 2025. Ils étaient assumés à la hauteur de 139 369 \$ par les usagers.

Le reste était comblé avec 200 407 \$ en subventions et une mise de fonds de la part de la MRC et des municipalités de 128 229 \$.



Le sondage roulera en permanence sur le site web de la MRC. Photo Johannie Gaudreault



La MRC de La Haute-Côte-Nord invite les organismes admissibles à

SOUMETTRE UN PROJET

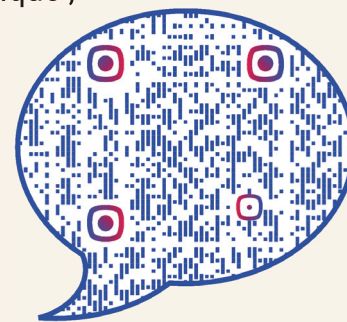
dans le cadre de l'Alliance pour la solidarité.

Les initiatives doivent s'inscrire dans les priorités établies notamment :

- La sécurité alimentaire ;
- Le logement ;
- La mobilité ;
- La lutte contre l'itinérance et la pauvreté ;
- L'inclusion sociale et numérique ;
- L'éducation ;
- Être réalisées sur le territoire de la MRC.

Le cadre de gestion et les formulaires requis sont accessibles sur le site Web de la MRC

<https://www.mrchcn.qc.ca/fr/developpement/developpement-social/>



LES PROJETS DOIVENT ÊTRE DÉPOSÉS AU PLUS TARD LE 15 MAI 2026

Pour toute information supplémentaire, Sophie Lavoie, conseillère en développement des communautés, au 418 233-2102, poste 233, ou par courriel à l'adresse suivante : sophie.lavoie@mrchn.qc.ca

Avec la participation financière de



En partenariat avec les Alliances pour la solidarité et le ministère de l'Emploi et de la Solidarité sociale

PLB Électrique s'installe sur la route 138

Fondée en 2020, en pleine pandémie, l'entreprise PLB Électrique poursuit sa progression avec l'inauguration officielle de ses nouveaux bureaux situés au 134, route 138 ouest, le 23 avril. Un jalon important pour cette jeune entreprise qui souhaite continuer de se développer sur la Côte-Nord.

Johannie Gaudreault

«On a commencé en 2020, l'année de la pandémie, en octobre. Au début, c'était Stéphane Ouellet et Pierre-Luc Bérubé, et je me suis joint pour faire la comptabilité et m'intégrer à l'entreprise», raconte Francis Tremblay, copropriétaire.

Jean-Félix Tremblay, neveu de Francis, s'est joint à l'équipe assez rapidement comme employé alors qu'il poursuivait ses études en électricité au CFP de Baie-Comeau. Depuis janvier 2025, il a pris la place de Stéphane Ouellet et est devenu le troisième actionnaire de la compagnie.

Depuis ses débuts, l'entreprise a su évoluer en s'adaptant aux besoins du marché. «On a une belle équipe», souligne M. Tremblay, en évoquant également la contribution de leur employé électricien, Richard Poitras, ainsi que le rôle de mentor joué par Pier-Luc Bérubé, dont l'expérience demeure un atout important pour l'équipe.

Un déménagement stratégique

Le projet de relocalisation ne date pas d'hier. Face à un manque d'espace et à la croissance des activités, l'acquisition d'un nouveau bâtiment s'est imposée comme une évidence. Et c'est l'ancien dépanneur appartenant à Mario Desbiens qui a été choisi.

«Ça faisait un moment qu'on voulait déménager. Avec tout le matériel, ça



PLB Électrique a ouvert ses nouveaux bureaux le 23 avril. On aperçoit Richard Poitras, employé, Pier-Luc Bérubé, fondateur et copropriétaire, Francis Tremblay, copropriétaire, et Jean-Félix Tremblay, copropriétaire. Photo Johannie Gaudreault

prenait plus de place. À un moment donné, on s'est dit que ça nous prenait une bâtisse à nous», explique Francis Tremblay.

L'investissement total, évalué à environ 350 000 \$, a permis à l'entreprise de s'offrir un espace adapté à ses besoins actuels et futurs. Les travaux ont été réalisés en grande partie grâce à un réseau de partenaires locaux, notamment pour la plomberie et les rénovations.

PLB Électrique dessert une clientèle variée, tant résidentielle que commerciale, avec quelques incursions dans le secteur industriel. L'entreprise intervient principalement entre Baie-Trinité et Sacré-Cœur, mais n'hésite pas à élargir son territoire lorsque les occasions se présentent.

«On touche à un peu de tout. On fait surtout du commercial et du résidentiel, mais il nous arrive aussi de faire des contrats à l'extérieur, comme à Chicoutimi l'été passé», mentionne Jean-Félix Tremblay, jeune copropriétaire de 21 ans.

Malgré un carnet de commandes bien rempli, le principal défi demeure le recrutement de main-d'œuvre qua-



Les nouveaux bureaux sont mieux adaptés aux besoins de l'entreprise en électricité qui a été fondée en octobre 2020. Photo Johannie Gaudreault

lifiée, une réalité bien connue dans le secteur.

Regarder vers l'avenir

Avec cette nouvelle adresse, PLB Électrique souhaite consolider sa présence dans la région et poursuivre sa croissance. Des projets sont déjà en réflexion, bien que les détails demeurent confidentiels pour le moment.

«On regarde toujours les opportunités. Notre objectif, c'est d'évoluer et de continuer à faire travailler notre monde», témoigne Francis Tremblay.

Reconnaissante envers sa clientèle, l'équipe invite d'ailleurs la population à venir découvrir ses nouvelles installations.

«On veut dire merci à tous ceux qui nous ont fait confiance depuis le début et les inviter à venir nous voir au 134, route 138 ouest.»

Traverse Rimouski-Forestville

Un peu de retard pour la relance



Le navire pour la relance de la traverse Rimouski-Forestville est maintenant la propriété du promoteur rimouskois. Photo courtoisie

L'entrepreneur Louis-Olivier Carré s'est officiellement porté acquéreur du nouveau bateau responsable de lier Forestville à Rimouski. Si tout se passe bien les premières traversées devraient avoir lieu en août.

Renaud Cyr

Le navire Perseas se fait encore doré dans un port en Grèce. L'homme d'affaires Louis-Olivier Carré des Industries Rilec estime que ce dernier quittera vers le Canada au mois de juin.

«Idéalement, on voudrait que le bateau parte de là le 15 juin pour qu'il arrive le 15 juillet au pays», révèle-t-il.

«Présentement, il y a des travaux qui se font sur le bateau et c'est en continu. Quand il va arriver ici, il va rester une quinzaine de jours de travaux à effectuer sur le bateau», ajoute-t-il.

Encore si tout se passe bien, les traversées devraient commencer dans les premiers jours du mois d'août et se terminer en octobre, pour un peu plus de deux mois d'activité.

«On parle dans le meilleur des mondes et on est en train de travailler là-dessus», affirme Louis-Olivier Carré.

Québec travaille le dossier

Pour permettre aux camions d'embarquer sur le navire, l'entrepreneur avait approché le gouvernement pour des investissements de mise aux normes des infrastructures portuaires.

«On travaille avec eux. On attend que ça débloque. Les analystes travaillent au dossier et tout ce qui devait être déposé a été déposé», affirme M. Carré.

Pour le moment, les infrastructures à Rimouski et Fores-

ville permettent aux automobiles, aux camionnettes, aux fourgonnettes ainsi qu'à certains véhicules de faire le pont entre le navire et le quai.

«Pour cette année, il va y avoir une hauteur maximale et on va accepter les véhicules tant qu'ils ne la dépassent pas», explique Louis-Olivier Carré.

«Quand on va avoir les réponses du gouvernement, on va pouvoir accueillir tout ce qui est de plus grande dimension comme de grosses roulottes et des camions», précise l'entrepreneur.

Ce dernier explique que les gens pourront avoir accès à un système de réservation pour embarquer ainsi que se présenter sur place.

«Ça fait beaucoup de choses en même temps, mais on s'y attendait. On va y aller une étape à la fois», laisse tomber M. Carré.

«On ne lâchera pas! Je pense qu'on a réussi à prouver ça depuis le début», termine-t-il.



Louis-Olivier Carré et Micheline Anctil. Photo Ville de Forestville

SERVICES PROFESSIONNELS

Vaste choix de pièces d'auto et de pneus
Produits d'énergie solaire



379, route 138, Les Escoumins | 418 233-2805



LES AGENCES
D'ASSURANCES DE
LA CÔTE-NORD INC.



418 233-3636 | 800 563-6634



Welleston
Bouchard ltée

Les Bergeronnes Sacré-Cœur
418 232-6222 418 236-9166
72a, rue Principale, Les Bergeronnes GOT 1G0

RESTAURANT

Brewage gratuit!

À l'achat d'une pizza

9 po = 1 canette
11 po = 2 canettes
13 po = 3 canettes
15 po = 4 canettes

Recevez un breuvage gratuit à l'achat d'un repas sélectionné!
*Voir liste de repas et breuvages sélectionnés sur place.

Surveillez nos publicités et notre page Facebook!

Coronet
HOTEL • MOTEL
Restaurant

401, route 172 Nord, Sacré-Cœur • 418 236-9444

Le Haute-Côte-Nord

VOUS VOULEZ ÊTRE VU ICI

CONTACTEZ :

Bianka Chassé

418 587-2090 poste 2210

bchasse@editionsnordiques.com



Mieux identifier les personnes à secourir

Les pompiers de Sacré-Cœur sont maintenant capables d'identifier les personnes à mobilité réduite (PMR) à évacuer lors d'interventions grâce à des autocollants et un système mis à jour. Tous les résidents concernés peuvent demander à s'inscrire.

Morgane Busson
Initiative de journalisme local

Vous êtes un citoyen de la municipalité de Sacré-Cœur et votre mobilité est réduite? Saviez-vous que vous pouviez vous identifier auprès du service de sécurité incendie pour aider les pompiers lors des interventions?

La préventionniste, Jasmine Dufour, a lancé cette initiative en mars. «C'est le Comité MADA (municipalité amie des aînés) qui demandait des choses pour les personnes âgées, donc j'ai réfléchi au fait que les personnes

âgées avaient des difficultés à évacuer lors d'incendies.»

Les demandeurs doivent remplir un court formulaire et sont ensuite rentrés dans le système du service de sécurité incendie. «Je fais un tableau avec toutes les personnes à mobilité réduite en indiquant la limitation, l'adresse et la localisation de la chambre à coucher», explique Mme Dufour.

Cette initiative concerne les personnes âgées, les enfants, les personnes autistes ou tout individu qui aurait une mobilité réduite.

La liste complète est disponible dans les camions d'intervention et la centrale d'alarme indique aux pompiers lorsque des PMR doivent être évacuées. «C'est automatique, dès qu'ils reçoivent un appel, ils savent qu'il y a une personne à mobilité réduite. Les adresses sont indiquées dans le

système», ajoute la préventionniste.

Jasmine Dufour profitera des visites résidentielles pour faire connaître ce service auprès de la population. «J'en ai parlé sur les réseaux sociaux, mais beaucoup ne sont pas au courant, donc je vais apporter des autocollants et des formulaires pour que les personnes puissent les remplir sur place», affirme-t-elle.

Ménage de printemps

Jasmine Dufour rappelle que les permis de brûlage sont obligatoires. «On veut éviter de partir inutilement en intervention à chaque appel pour un feu extérieur», indique-t-elle.

Elle ajoute que ces permis sont gratuits et qu'ils empêchent les feux à ciel ouvert lors des interdictions émises par la SOPFEU.



Différents autocollants sont disponibles selon les situations des citoyens concernés. Photo Jasmine Dufour

Quand je regarde un coucher de soleil, je dis, merci pour la vie

transplant
québec

Merci de partager vos intentions à vos proches
ditesle.ca

Des visites à domicile pour prévenir les incendies

Le Service de protection des incendies de la municipalité de Tadoussac exécutera ses visites de prévention des incendies annuelles. De mai à octobre, les pompiers feront la vérification des éléments de sécurité aux domiciles des citoyens.



Morgane Busson
mbusson@lemanic.ca

INITIATIVE DE JOURNALISME LOCAL

Les citoyens de Tadoussac ne vont pas tarder à recevoir la visite des pompiers afin de vérifier si les règles de sécurité sont appliquées.

- Si vous avez un appareil à combustion ou un garage annexé, installez un avertisseur de monoxyde de carbone.

Ce qui sera vérifié :

- Les avertisseurs de fumées ;
- Les avertisseurs de monoxyde de carbone ;
- Tout autre élément de sécurité lié à la sécurité incendiaire.

«Ce n'est pas juste des conseils préventifs, c'est aussi une réglementation. On pourrait légalement donner un constat d'infraction si ce n'est pas respecté, mais on ne le fait pas», précise Robin Lepage.

Le directeur et préventionniste du service incendies mentionne que Tadoussac offre le service des premiers répondants depuis plus de 20 ans.

«Les gens sont formés et vont être appelés sur des appels médicaux en attente des paramédics. C'est vraiment notre fierté parce qu'il y a peu de services de premiers répondants sur la Côte-Nord», rappelle-t-il.

«Il doit y avoir minimalement un avertisseur de fumée par étage dans les résidences. C'est un règlement municipal», prévient le directeur et préventionniste du service incendies de Tadoussac, Robin Lepage.

Malgré plusieurs années de prévention et de visites, les pompiers constatent que peu de propriétaires ont un détecteur de monoxyde de carbone. «C'est une lacune très présente à Tadoussac», relate le préventionniste.

Pourtant, les accidents liés aux intoxications causés par le monoxyde de carbone ne sont pas rares. «On a de plus en plus d'interventions qui y sont reliées, donc on essaie de mettre l'accent là-dessus.»

Quels sont les bons gestes à adopter ?

- Changez les piles des avertisseurs lors des changements d'heure ;
- Vérifiez les avertisseurs de fumée tous les mois ;



D'après Robin Lepage, les intoxications au monoxyde de carbone surviennent principalement en raison d'une méconnaissance, d'une mauvaise utilisation ou d'un mauvais entretien des appareils. Photo Alain Gauthier photographe



Des visites à domicile sont prévues par le service de protection des incendies de la municipalité de Tadoussac. Photo Facebook

riviereescoumins.com/restauration

SÉANCE D'ÉCHANGES

Projet de
**Restauration de la
Rivière des Escoumins**
20 mai 2026
Centre culturel Manakashun
1, rue du Quai, Essipit

16 h à 20 h Stations thématiques animées par les experts en visite libre
18 h 30 Présentation du projet

<p>Historique et importance de la rivière</p>	<p>Objectifs : pourquoi restaurer ?</p>	<p>Restauration à grande échelle</p>	<p>Travaux : une première au Québec</p>	<p>Suivi du saumon</p>
---	---	--------------------------------------	---	------------------------

Venez rencontrer les experts, poser vos questions et en apprendre plus sur les prochaines étapes du projet!

Partenaires : Corporation de Gestion de la Rivière à Saumon des Escoumins (CGRSE), Conseil de la Première Nation des Innus Essipit, Minerai de fer Québec (MFQ), Municipalité des Escoumins, Organisme des bassins versants de la Haute-Côte-Nord (OBVHCN), Université du Québec à Chicoutimi (UQAC), WSP, ZEC Nordique

Six vies changées par deux donneurs

Rares, mais déterminants. Sur la Côte-Nord, quelques dons d'organes suffisent à transformer des vies, dans une réalité où l'éloignement exige une logistique bien rodée.



Anne-Sophie Paquet-T.
aphtheriault@lemanic.ca

À la veille de la Semaine nationale du don d'organes et de tissus, le bilan 2025 de Transplant Québec rappelle une réalité peu connue : les donneurs sont rares. «C'est 1 % de tous les décès en centre hospitalier», résume le directeur des soins infirmiers et du soutien aux établissements chez Transplant Québec, Sylvain Lavigne.

Au Québec, 196 donneurs ont permis 617 transplantations l'an dernier. Sur la Côte-Nord, deux donneurs ont été recensés en 2025. Leur geste a permis de transplanter six personnes. «Un seul donneur peut sauver jusqu'à huit vies», souligne M. Lavigne.

Une réalité régionale bien encadrée

En région éloignée, comme sur la Côte-Nord, le processus repose d'abord sur l'identification des donneurs potentiels dans les hôpitaux. «Notre rôle se situe principalement à cette étape», explique Cyndie Brisson-Breton, conseillère-cadre aux programmes-services à la Direction médicale du CISSS de la Côte-Nord.

Une fois un cas repéré, les équipes communiquent avec Transplant

Québec, qui prend le relais. «Ils accompagnent les équipes et coordonnent la suite», précise-t-elle.

«*Quand les volontés sont claires, ça facilite énormément les choses.*»

– Sylvain Lavigne

Les prélèvements ne sont toutefois pas réalisés sur place. Les donneurs sont généralement transférés vers des centres spécialisés, notamment à Québec. «C'est plus de logistique, mais ça n'empêche pas le don», insiste M. Lavigne.

Même si les volumes demeurent faibles en région, l'impact est majeur. «Si on en identifie un seul, ça a une portée large pour plusieurs personnes», rappelle Mme Brisson-Breton.

Au 31 décembre, six personnes de la Côte-Nord étaient en attente d'une transplantation, un chiffre qui équivaut au nombre de transplantations réalisées pour des patients de la région en 2025. Les organes, eux, sont attribués à l'échelle provinciale, selon l'urgence et la compatibilité.



Chaque donneur d'organes peut sauver jusqu'à huit vies et améliorer la qualité de vie de plusieurs autres grâce au don de tissus. Photo iStock

Clarifier notre décision

Selon Transplant Québec, neuf personnes sur dix se disent favorables au don d'organes. Pourtant, les volontés ne sont pas toujours connues au moment critique, et ce, même si la carte d'assurance maladie est signée pour le don d'organes.

«Quand les volontés sont claires, ça facilite énormément les choses», souligne Sylvain Lavigne. À défaut, la décision revient aux proches.

Parmi les défis identifiés, l'organisation souhaite simplifier l'accès au consentement, notamment par la

création d'un registre unique, et poursuivre la formation du personnel pour éviter de «manquer» des donneurs potentiels.

Au-delà des chiffres, le don d'organes s'inscrit dans des moments de grande intensité humaine. «Ça permet souvent de mettre une petite lumière dans une situation très noire», observe Sylvain Lavigne.

D'ailleurs, des échanges anonymes entre familles de donneurs et receveurs sont aussi possibles. «Les gens expriment à quel point ça a changé leur vie», conclut-il.

Vous avez une information à nous rapporter ?

UN SCOOP ?

Une situation à dénoncer?

Contactez nos journalistes

☎ 418 587-2090

Johannie Gaudreault p. 2304

Renaud Cyr p. 2305

Assemblée générale de la Caisse

Lors de l'assemblée générale annuelle des membres de la Caisse, tenue le **14 avril dernier** à Sacré Cœur, un montant total de **19 250 \$** a été remis en dons aux organismes présents, témoignant de l'engagement de la Caisse envers sa communauté.

L'événement a également permis de souligner d'importants jalons d'ancienneté et d'engagement, tant au sein de l'équipe que du conseil d'administration.



Les directions des écoles primaires du secteur et de la polyvalente des Berges reçoivent un montant remis par Guerthy Dufour, administratrice.



La soirée a aussi été l'occasion de reconnaître l'engagement au sein du conseil d'administration de Janic Boivert (5 ans), ainsi que de Yan Chamberland (9 ans) et Serge Hovington (28 ans), qui ont tous trois conclu leur mandat d'administrateur.



Les représentants des clubs de l'âge d'or reçoivent un montant de 312,50 \$ chacun, remis par Jean Bouchard, administrateur.



Michel Truchon, directeur général par intérim, et Serge Hovington, président, remettent un cadeau à Pauline Lavoie (5 ans de service) et à Amélie Therrien (15 ans de service). Nathalie Tremblay (20 ans de service), qui devait également être honorée, était absente.



Une grande partie des employés de la Caisse étaient présents lors de l'assemblée générale annuelle de la Caisse



Les membres du conseil d'administration et les administrateurs sortants, soulignés pour leur engagement.



Les représentantes du Repère des arts et de Ressource Parentant reçoivent chacune un montant de 625 \$, remis par Stéphanie Caron, administratrice.



Les représentants de Soccer Sacré Cœur, du club de patinage artistique, de Soccer Les Escoumins et de l'Association de hockey de la HCN reçoivent un montant remis par Noémie L'Heureux, administratrice.



Les représentantes des Maisons des jeunes reçoivent chacun un montant de 500 \$, remis par Pierre Léonard, administrateur.



Les représentantes des Cercles de fermières reçoivent chacune un montant de 312,50 \$, remis par Hélène Deschênes, administratrice.



Guillaume Lavoie, réélu par acclamation pour un deuxième mandat, remet un montant de 500 \$ aux représentants de la fabrique des quatre municipalités.

7 107 Membres

Actif de **376,9 M \$**

764 k \$ en retour aux membres et à la collectivité dont **557 k \$** en ristournes

Excédents d'opération de **7 M \$**

Excédents avant ristournes aux membres de **3,1 M \$**

Bottin des organismes

418 587-6877
 Service : Entretien ménager, lessive, course, préparation de repas et présence surveillance.

MAISON GILLES-CARLE LONGUE-RIVE

Coopérative de solidarité d'aide à domicile HCN
581 320-6877
 Service : Donner du répit au proche aidant 24/24 et 7/7.

CSAD HCN/MGC LR | 418 587-6877 / 581 320-6877
 directiongenerale@csadhcn.ca

Le seul organisme communautaire famille du secteur ouest de la Haute-Côte-Nord

Centre de services à la famille
 Santé Canada
 Chevaliers de Colomb
 Ordre des SRV
 Boisaco
 Brunet plus

Ressource Parents
 La famille Une force à soutenir

RENSEIGNEZ-VOUS!
 418 233-3320
 info@ressourceparents.org
 Rejoignez-nous sur Facebook!

Assure le respect et la défense des droits des travailleurs et travailleuses de la Côte-Nord.

ACTION CHÔMAGE Côte-Nord

Tél. : **581 323-1100**
 456B, rue Principale, Portneuf-sur-Mer G0T 1P0
 www.actionchomagecotenord.com

SANTÉ MENTALE QUÉBEC
 Côte-Nord

Promouvoir. Soutenir. Outiller.

4D, boul. des Îles, Port-Cartier
 418 766-4476 | 1 800-363-4476
 Courriel : smqcn@telus.net

Nouveau point de service !
 24A, route 138 O, Forestville
 418 587-3953

Maison d'aide et d'hébergement pour les femmes et enfants victimes de violence conjugale

Maison d'Amie d'Elle

SERVICES GRATUITS ET CONFIDENTIELS
 UN LIEU SÉCURITAIRE ET ACCUEILLANT
 24h / 24 h · 418 587-2533

- Hébergement sécuritaire
- Rencontre externe et/ou téléphonique aux victimes, aux proches et aux professionnels
- Sensibilisation et prévention à la population, aux professionnels et au scolaire.

Le 2ordest
 CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE
 fca dq
 Fédération des centres d'action bénévole du Québec

Au coeur de vos besoins!

- ◆ Centre de jour (aînés)
- ◆ Transport
- ◆ Secrétariat
- ◆ Popote roulante
- ◆ Friperie
- ◆ Frigo alimentaire
- ◆ Travailleur de milieu
- ◆ Centre de jour Le Mur-mûre (santé mentale)

9, 11^e rue Forestville (Québec) G0T 1E0
 Téléphone : **418 587-4226** | Télécopieur : **418 587-6101**

ACCOMPAGNEMENT AUX MEMBRES DE L'ENTOURAGE

L'ANCRAGE

Soutien et accompagnement aux membres de l'entourage d'une personne vivant une problématique de santé mentale

Nous pouvons vous aider!
418 295-2090
 info@ancragebc.ca | ancragebc.ca
 625, boul. Lafèche #1.801, Baie-Comeau

CES ESPACES SONT À VENDRE
CONTACTEZ NOS CONSEILLERS

418 587-2090 POSTE 2210
 BCHASSE@EDITIONSNORDIQUES.COM

Une pièce de théâtre sur le travail invisible

L'Alliance des femmes de Sacré-Cœur présentera une pièce de théâtre à la salle multifonctionnelle des Escoumins le 8 mai, avec une distribution 100 % locale et bénévole.

Renaud Cyr

Habituee au théâtre et aux pièces plus courtes, l'Alliance des femmes de Sacré-Cœur a décidé d'y aller fort avec la pièce *Môman travaille pas, a trop d'ouvrage!*, qui dure plus d'une heure.

«À la base, ça nous avait été demandé par les femmes. À chaque Journée internationale des droits des femmes, on jouait des petites pièces et, à un moment donné, elles nous avaient dit qu'elles aimeraient faire une plus longue pièce. C'est comme ça que c'est venu l'idée», détaille Claudie Hovington, une des organisatrices communautaires de l'organisme.

La pièce écrite, montée et présentée pour la première fois en 1975 par le Théâtre des cuisines, traite du travail ménager des femmes et de l'épuisement qu'il provoque.

«C'était encore très d'actualité en 2025 quand on l'a monté. Ça concerne tout le travail que les femmes font en plus de leur emploi et on n'a rien changé dans le texte», souligne Mme Hovington.

La pièce devait être présentée aux Escoumins en 2025, mais les bénévoles ont manqué de temps pour la mener à terme.

Des centaines d'heures bénévoles

Avec ses 14 actrices âgées de 14 à 80 ans, ses thèmes sérieux et ses moments drôles, la pièce avait été bien appréciée lorsqu'elle a été présentée à Sacré-Cœur.



La pièce de théâtre sera présentée à la salle multifonctionnelle des Escoumins le 8 mai. Photo TVR7

«Honnêtement, le monde ont adoré ça. Même le Festival de la chanson de Tadoussac nous a contactés pour se produire durant le festival», révèle l'organisatrice communautaire.

Plus de 300 heures de bénévolat ont été nécessaires pour concrétiser ce

projet théâtral. Les actrices travaillent sur la pièce depuis le mois de janvier.

«Beaucoup de personnes qui l'ont vu à Sacré-Cœur reviennent la voir aux Escoumins. Ça va être une belle soirée», fait savoir Claudie Hovington.

Du 9 au 12 juillet 2026

Festival St-Marc – Pardu Dans L'Bois 2026

Judi 9 juillet
Dédé Fortin avant Les Brumes : 19 h à 20 h 30
Dany Nicolas : 21h à 22 h 30
Nordik Soundsystem : Heure variable

Vendredi 10 juillet
Capitaine Salaud : 18 h à 19 h 15
Soirée Signature 1923 : 20 h à 21 h 30
L'Expédition
(Hommage aux Cowboys Fringants) : 22 h à 24 h
Nordik Soundsystem : Heure variable

Samedi 11 juillet
BlackOZ : 18 h à 18 h 30
The Dams : 19 h à 19 h 45
Killing Daisies : 20 h 30 à 21 h 45
Groovy Aardvark : 22 h 30 à 24 h
Nordik Soundsystem : Heure variable

Dimanche 12 juillet
Déjeuner des hangovers
Ayotte démonte sa tente roulotte
Pimp ton camping Concours
et activités festives

stmarcpardu.com

PIMP TON CAMPING!
Concours & Activités festives!

Les bénévoles, ces héros de l'ombre



Johannie Gaudreault

jgaudreault@journalhcn.com

CHRONIQUE

À l'occasion de la Semaine de l'action bénévole 2026, il est difficile de ne pas ressentir à la fois de la gratitude... et une certaine inquiétude.

Cette 52^e édition, portée par la Fédération des centres d'action bénévole du Québec (FCABQ), s'articule autour du thème «Mission bénévolat!». Une formule qui tombe juste. Parce qu'aujourd'hui, s'impliquer, donner de son temps, soutenir les autres, c'est devenu, littéralement, une mission.

Une mission qui commence souvent modestement. Une idée simple : aider. Être là. Faire une différence. Mais lorsque cette idée se multiplie, portée par des centaines de personnes dans une même région, elle devient une force collective. Un moteur silencieux, mais indispensable.

Sur la Côte-Nord, cette force prend mille visages. Celui de la bénévole qui prépare des repas pour des aînés isolés. Du retraité qui s'implique dans un conseil d'administration. De l'étudiant qui donne un coup de main lors d'un événement. Ou encore de cette personne qui, simplement, prend le temps d'écouter.

«L'action bénévole, c'est cette mission commune qui nous unit et nous met en marche. Ensemble, nous faisons bouger les choses.»

Ces mots de la FCABQ résonnent particulièrement ici. Parce que dans une région vaste, où les ressources sont parfois limitées, le bénévolat ne vient pas en appui au système : il en est une composante essentielle.

Mais cette mission a un coût.

Les organismes le constatent de plus en plus : recruter est difficile. Retenir l'est encore plus. Les mêmes épaules portent souvent les

mêmes responsabilités, année après année. L'essoufflement guette. Et la relève, elle, tarde à se manifester.

Ce n'est pas un manque de générosité. C'est une réalité de société. Des horaires chargés, une pression économique accrue, un équilibre de vie plus fragile. S'engager devient un luxe que plusieurs croient ne plus pouvoir se permettre.

Et pourtant.

Qu'on tende la main, qu'on partage un savoir, qu'on écoute ou qu'on bâtit, chaque geste devient un levier de changement.

Le bénévolat ne demande pas l'impossible. Il demande du possible. Un peu de temps. Un peu d'attention. Un peu d'humanité.

Car au fond, le bénévolat dépasse l'individu. Il s'inscrit dans une chaîne invisible, mais solide, qui relie les gens entre eux. Une chaîne qui soutient, qui élève, qui transforme. Une chaîne qui, sans bruit, maintient nos communautés en vie.

Alors oui, cette semaine est une célébration. Mais elle doit aussi être un signal.

Un rappel que ces femmes et ces hommes sont essentiels. Qu'ils méritent reconnaissance, soutien... et relève.

Parce qu'une mission partagée ne peut reposer éternellement sur les mêmes épaules.

Et si, cette année, on décidait d'embarquer?

Pas pour sauver le monde.

Mais pour continuer, ensemble, à en prendre soin.

LE BÉNÉVOLAT SUR LA CÔTE-NORD EN CHIFFRES*

2 ORGANISMES
implication moyenne
par bénévole

60 %
impliqués en
culture et loisirs

11 HEURES/MOIS
temps consacré en
moyenne

54 %
recrutés par le
bouche-à-oreille

15,7 ANS
durée moyenne
d'engagement dans une vie

36 %
le principal frein est le
manque de temps

80 %
jugent le bénévolat essentiel
à une société équilibrée

*Source : Portrait régional des bénévoles et du bénévolat 2025 — Réseau de l'action bénévole du Québec



Les bénévoles s'impliquent pour une cause qui leur tient à cœur, que ce soit l'environnement, la santé, la culture ou le sport. Photo Pixabay

En tournée sur la Côte-Nord

Billy Tellier se questionne sur ses choix

Être une bonne personne, faire des choix, bien élever ses enfants et subir de la pression de partout; voici les réflexions qu'aborde l'humoriste Billy Tellier dans le spectacle qu'il viendra présenter sur la Côte-Nord du 29 avril au 2 mai.

Karianne Nepton-Philippe

Il commence sa tournée nord-côtière de son troisième one-man-show *Kicker la ruche* à Sept-Îles le 29 avril. Le lendemain, il sera de passage à Port-Cartier et s'arrêtera à Baie-Comeau le 1^{er} mai. Son séjour se termine avec Forestville le 2 mai.

«La tournée... partir de la maison, laisser les enfants, c'est tellement difficile», lance-t-il en riant, sur un ton humoristique pensant au bonheur de s'offrir des «vacances» sur la Côte-Nord.

Les enfants et les choix

Au cœur de son spectacle, l'humoriste se permet de plaisanter sur les choix qu'il fait dans la vie, surtout en lien avec ses enfants.

«J'ai un numéro sur les matins. J'ai travaillé 12 ans à la radio le matin et j'ai arrêté pour passer mes matins avec mes enfants. Au final, très mauvaise idée, il ne faut jamais passer ses

matins avec ses enfants!»

Ses choix viennent aussi avec de la pression, qui arrive de partout. «On le voit en tant que parent. On n'arrête pas de nous dire que dépendamment de ce qu'on choisit pour nos enfants, on va peut-être les traumatiser plus tard. Et Internet veut aussi nous dire quoi faire avec nos enfants», confie-t-il.

Peut-on faire ceci? Peut-on faire cela? Ce sont les questions qui façonnent son quotidien et qu'il a décidé d'inclure dans ses numéros. Il mentionne aussi se demander si c'est positif d'être une bonne personne.

«J'ai décidé d'être une bonne personne parce qu'on m'a dit qu'il fallait être une bonne personne dans la vie. Mais, quand on regarde les nouvelles dans le monde, on voit que les méchants gagnent», dit-il, toujours avec ses enfants en tête. «À 43 ans, je me demande si j'ai fait les bons choix à venir jusqu'ici», résume-t-il.

Le titre de son spectacle évoque d'ailleurs la peur de faire les mauvais choix par pression. «C'est ma peur de me tromper, ma peur de ne pas aller dans le bon sens.»



L'humoriste Billy Tellier sera en tournée sur la Côte-Nord du 29 avril au 2 mai. Photo Eric Myre

Se reconnaître en famille

Son *one-man-show* contient beaucoup de thèmes familiaux qui, selon l'humoriste, vont chercher directement les gens dans leur quotidien.

«Je passe par les choix de la vie, donc c'est évident que ça implique la famille. Je crois que ça rejoint beaucoup les gens, ces batailles qu'on a au quotidien», raconte Billy Tellier. «Ça fait du bien de se reconnaître, d'enlever une pression. On rit, on décroche et ça fait du bien. On crée aussi des moments en famille», souligne-t-il ensuite.

Outre ses expériences dans la parentalité, l'humoriste parle aussi ouvertement pour la première fois sur scène de sa mère et de sa relation avec elle.

Ses histoires l'amènent aussi à parler de son couple et du côté positif du «vieux couple» ou encore de ce qu'il ne choisit pas dans la vie. «Par exemple, je suis somnambule et c'est là que je vis la plupart de mes expériences», laisse-t-il tomber, racontant la fois où il a fait un massage cardiaque à sa conjointe qui dormait.

Place au spectacle pour les danseurs de Forestville

(JG) Danse contemporaine, hip-hop, ballet, il y en avait pour tous les goûts au spectacle de fin d'année de l'Académie de danse de Forestville. Même la danse country a eu son moment de gloire sur la scène du Pavillon des arts, les 25 et 26 avril.

C'était la première fois que des cours de danse en ligne se donnaient à l'Académie de danse de Forestville cette année. Grâce à la professeure Myriam Deschênes, trois jeunes filles ont pu porter leurs bottes et leur chapeau de cowboy pour leur chorégraphie annuelle.

Dix adultes ont aussi suivi la formation, sans monter sur scène. Le nombre d'élèves était limité en raison de la grosseur du local utilisé, mais dès l'automne, l'Académie pourra en accueillir davantage. La demande est bel et bien là pour ce type de danse qui est en vogue depuis quelques années.

Au total, 58 danseurs âgés entre 4 et 50 ans se sont inscrits dans 10 groupes de danse pour la saison 2025-2026. Une belle fierté pour l'organisme qui les a remerciés pour leur talent et leur dévouement.

«Derrière ce spectacle, on retrouve un grand nombre d'heures de pratique», a rappelé la professeure de danse, Stéphanie Lessard. Le thème de la représentation était *Crescendo*. Plus les chorégraphies se succédaient, plus l'intensité grimpait.

Parmi les moments forts : la danse mère-fille de Stéphanie et Anaïs, les petites danseuses guerrières de la K-Pop et le sens du rythme de la troupe.



Pour la première fois, des cours de danse country western se sont donnés à des jeunes et moins jeunes. Photo Johann Gaudreault

Par la pensée, vous restez près de nous



Lors du décès d'un être cher, d'un parent ou d'un ami.

Faites un don à la Fondation du Centre de santé des Nord-Côtiers
TOUS LES DONNÉS RECUEILLIS serviront à l'achat d'équipements pour les pavillons de Bergeronnes, Escoumins et Forestville.
DONS EN LIGNE : fondationcsnc.org



Les dons peuvent aussi être dédiés aux secteurs :

- hospitalier (hôpital Le Royer)
- oncologie (cancer)
- hébergement et soins de longue durée (Centres N.-A.-Labrie et Boisvert)
- protection de la jeunesse

Un don à la mémoire d'un être cher à la **Fondation de votre centre de santé : un geste de COEUR ... pour la SANTÉ des gens qui demeurent!**

Cartes de dons disponibles dans les salons funéraires ou sur le site Web : fondationssmanicouagan.com ou par téléphone : 418 589-3701, poste 302293

Pour planifier vos arrangements préalables

Pour vous accompagner lors d'un décès

Pour un soutien au deuil



COOPÉRATIVE FUNÉRAIRE
HAUTE-CÔTE-NORD
MANICOUAGAN

cfhcn.ca • 418 589-2570

De Tadoussac à Baie-Trinité

Avis de décès



Solange Côté
1946-2026

À l'Hôpital Le Royer, le 16 avril 2026, à l'âge de 80 ans, est décédée madame Solange Côté, fille de feu madame Georgette Quinn et de feu monsieur Rosaire Côté. Elle demeurait à Baie-Comeau.

La famille vous accueillera à :

La Coopérative funéraire Haute-Côte-Nord-Manicouagan
788, boulevard Blanche, Baie-Comeau (Québec) G5C 2B5

Le vendredi, 1^{er} mai 2026, jour des funérailles, à compter de 11 h.

Le service religieux sera célébré à Baie-Comeau le vendredi, 1^{er} mai 2026 à 14 h en la cathédrale Saint-Jean-Eudes.

Elle laisse dans le deuil ses enfants : Sébastien (Jenny) et Marie-Pier (Robin) nés de son union avec feu Joseph Imbeault; ses petits-enfants Danika et Anthony; ses sœurs : Célyne (Jean-Guy), feu Louise et Jeanne-Mance (Miville) ainsi que ses neveux, nièces, cousins, cousines et ami(e)s.

À plus de 80 ans, elle continuait d'enseigner aux jeunes de l'école Nussim à Pessamit, convaincue que chaque élève mérite une chance. Sa passion pour l'éducation était plus forte que le temps. Son héritage restera vivant dans le cœur de tous ceux qu'elle a guidés.

Vos témoignages de sympathie peuvent se traduire par un don à : La Fondation des maladies du cœur et de l'AVC
www.coeuretavc.ca

Les services professionnels ont été confiés à :



COOPÉRATIVE FUNÉRAIRE
HAUTE-CÔTE-NORD
MANICOUAGAN

788, boul. Blanche, Baie-Comeau

Tél. : 418 589-2570

cfhcn.ca

HCN EN DIRECT/BEL ÂGE

MERCI DE VOTRE COLLABORATION!

INFO JUSTICE CÔTE-NORD

Vous vivez une situation problématique, vous avez des inquiétudes, vous posez des questions d'ordre juridique; Info Justice Côte-Nord est là pour vous! Notre mission est d'offrir un soutien juridique accessible, humain et adapté aux besoins des citoyens de la région. En plus de fournir de l'information juridique, notre équipe de juristes pourra vous orienter vers les différentes ressources et vous soutenir. N'hésitez pas à nous contacter ou à venir nous voir !!! Info Justice Côte-Nord offre aussi des séances d'information juridique de groupe. Nous invitons donc les organismes communautaires de la région à nous contacter pour planifier une séance d'information dans leur organisation.

Le droit, c'est à la portée de tous !

Pour nous joindre :
cotenord@info-justice.ca
581 826-0088 ou
sans frais 1 844-960-7483

FORESTVILLE

Église Saint-Luc

Samedi 2 mai 16 h : Renouvellement des promesses de mariage.

Bienvenue à tous les couples !

FADOQ

Vous êtes invités à participer à nos activités : Bingo, cartes et baseball poche, le mercredi 13 h 30 à 15 h local de la FADOQ. Quilles : mardi à 13 h Complexe Guy-Ouellet.

Pickleball : mardi, jeudi, vendredi de 9 h 30 à 11 h Complexe Guy-Ouellet.

Palet américain (shuffleboard) : mercredi 13 h 30 à 15 h 30 Salle Horizon (sous-sol de l'église). Bienvenue à tous nos membres !

COLOMBIER

Église Sainte-Thérèse de Colombier

Dimanche 3 mai 9 h : Renouvellement des promesses de mariage.

Bienvenue à tous les couples !

FADOQ

Tous les premiers dimanches du mois, nous avons un déjeuner. Les activités de baseball poche et de pétanque ainsi que les soirées de cartes du samedi soir sont commencées. Bienvenue à tous !

SAINT-MARC-DE-LATOURE

Chapelle Saint-Marc-de-Latour :

Dimanche 3 mai 11 h : Renouvellement des promesses de mariage.

Bienvenue à tous les couples !

PORTNEUF-SUR-MER

Église Sainte-Anne

Dimanche 3 mai 16 h : Renouvellement des promesses de mariage.

Bienvenue à tous les couples !

LONGUE-RIVE

FADOQ

Le Club FADOQ de Longue Rive a le plaisir de vous inviter à une soirée dansante qui aura lieu le 2 mai, à compter de 20 h. Gina sera à la musique pour vous faire danser sur des rythmes de ligne, country et pop. Endroit : 530, rue Principale

Bienvenue à tous ! Venez faire la fête et vous amuser !



SACRÉ-CŒUR

FADOQ

Grande soirée fête des Mères et des Pères ! Joignez-vous à nous le samedi 9 mai dès 18 h à la Maison de l'âge d'or Joie de vivre de Sacré Cœur pour un souper dansant plein de joie et de bonne humeur ! Richard Foster et ses musiciens feront vibrer la salle et vous feront danser toute la soirée ! Coût: 30 \$ par personne. Réservations auprès de Reine Gauthier : 418 236 9109

Paiement requis lors de la réservation

Nous souhaitons vous informer que les activités de la FADOQ se termineront le 10 mai.

Nous vous remercions de votre belle participation tout au long de la saison ! Nous aurons le plaisir de vous retrouver dès septembre. Bon été à tous !

ESCOUMINS

FADOQ

Dernier BRUNCH de la FADOQ Escoumins le 3 MAI 2026 pour clore la saison

Toute la population des environs est bienvenue. Centre Claudette Roussel 8 h 30 à MIDI.

Info : 418-514 3908 ou 9361

CERCLE DES FERMIERES

Le Cercle des Fermières des Escoumins vous invite chaleureusement à son bingo d'artisanat, qui se tiendra le 4 mai 2026 à 19 h, au Centre multifonctionnel. Cette activité de financement vise à soutenir les actions du Cercle des Fermières tout en offrant une soirée agréable et divertissante.

Les coûts sont abordables : 1 livret au coût de 6 \$, 2 livrets pour 10 \$, ainsi qu'une Bonanza à 2 \$. Comme toujours, de nombreux et beaux prix seront à gagner tout au long de la soirée.

Un casse-croûte sera offert sur place pour votre confort. Nous vous invitons à venir en grand nombre et à partager ce beau moment de plaisir et de solidarité au profit de notre communauté

SECTEUR BEST

LA POPOTTE ROULANTE - LES DELICES MAISON

Désire vous informer de son NOUVEAU numéro de téléphone : 581 322-3006

Choisissez un menu proposé qui sera livré à votre domicile.

Au plaisir de vous servir !

À TOUS LES ORGANISMES COMMUNAUTAIRES DE LA HAUTE-CÔTE-NORD

Vous devez faire parvenir vos informations à bchasse@editionsnordiques.com ou au 418 587-2090, poste 2210 avant le mercredi midi de la semaine précédant la sortie du journal.

AVIS ET EMPLOIS

Le comité de Bénévoles Sacré-Cœur vous invite à son assemblée générale spéciale qui aura lieu le 20 mai 2026 à 13 h à la salle de l'âge d'Or. Suivra, à partir de 13 h 30, l'assemblée générale annuelle. Bienvenue à toutes et à tous !



CANADA
PROVINCE DE QUÉBEC
MUNICIPALITÉ RÉGIONALE DE
COMTÉ DE LA HAUTE-CÔTE-NORD

L'AN DEUX-MILLE-VINGT-SIX,
LE TROISIÈME JOUR DU MOIS D'AVRIL

VENTE D'IMMEUBLES POUR DÉFAUT DE PAIEMENT DES TAXES AVIS PUBLIC



AVIS PUBLIC est, par les présentes, donné par la Municipalité Régionale de Comté de La Haute-Côte-Nord, corporation municipale constituée en vertu de la Loi sur l'aménagement et l'urbanisme (RLRQ, c. A 19.1), ayant son siège social au 26, rue de la Rivière, Les Escoumins, Québec, G0T 1K0, représentée par Élise Guignard, directrice générale et greffière-trésorière de cette municipalité régionale de comté que les immeubles ci-après désignés seront vendus à l'enchère publique, conformément au Code municipal du Québec (RLRQ, c. C-27.1) article 1022 et suivants, en la salle du conseil de la MRC située au 26, rue de la Rivière, Les Escoumins, Québec, G0T 1K0, le jeudi 11 juin 2026 à 10 heures de l'avant-midi pour défaut de paiement des taxes municipales, scolaires et/ou autres impositions dues sur ces immeubles, si ces taxes ne sont pas payées avec les frais encourus avant la vente.

Ces immeubles seront vendus sans aucune garantie légale, notamment de contenance, de qualité du sol et de bâtiment; ils sont acquis aux risques et périls de l'acheteur et sujets à toutes servitudes actives ou passives, apparentes ou occultes qui pourraient les affecter. Il incombe aux intéressés d'effectuer toutes les vérifications nécessaires auprès de la municipalité concernée avant de se porter acquéreur d'un immeuble.

Le prix de l'adjudication et les frais de chacun de ces immeubles seront payables immédiatement au moment de l'adjudication, soit en argent comptant, par chèque visé, traite bancaire ou mandat-poste.

Les personnes qui désirent participer à cette vente doivent y assister en personne, sur place. Pour acquérir un immeuble le jour de la vente, elles devront présenter des pièces d'identité avec photo.

Veillez noter que les immeubles acquis dans le cadre de la vente d'immeubles pour non-paiement des taxes sont assujettis à un droit de retrait pendant une période d'un (1) an suivant la date d'adjudication (art. 1057 et suivants du Code municipal du Québec).

► MUNICIPALITÉ DE COLOMBIER

Matricule : 95050-0514-02-9666 Dossier : 2026-427
Propriétaire : Claude Lavoie
Adresse de l'immeuble : 439, rue Principale, Colombier (Québec) GOH 1P0

Taxes municipales :	Taxes scolaires :	Total :
4 429,39 \$	0,00 \$	4 429,39 \$

DÉSIGNATION : Un immeuble connu et désigné comme étant le lot 5 736 840 du cadastre du Québec, circonscription foncière de Saguenay, le tout avec bâtisses dessus construites, circonstances et dépendances dont notamment les immeubles portant le numéro 439, rue Principale, Colombier, province de Québec, GOH 1P0.

Matricule : 95050-0514-13-4233 Dossier : 2026-431
Propriétaire : France Robitaille et Ridha Bel Hadj Miled
Adresse de l'immeuble : 445, rue Principale, Colombier (Québec) GOH 1P0

Taxes municipales :	Taxes scolaires :	Total :
5 833,36 \$	0,00 \$	5 833,36 \$

DÉSIGNATION : Un immeuble connu et désigné comme étant le lot 5 736 843 du cadastre du Québec, circonscription foncière de Saguenay, le tout avec bâtisses dessus construites, circonstances et dépendances dont notamment les immeubles portant le numéro 445, rue Principale, Colombier, province de Québec, GOH 1P0.

Matricule : 95050-9910-77-7422 Dossier : 2026-432
Propriétaire : Sébastien Tremblay
Adresse de l'immeuble : 685, route 138, Colombier (Québec) GOH 1P0

Taxes municipales :	Taxes scolaires :	Total :
5 964,73 \$	70,87 \$	6 035,60 \$

DÉSIGNATION : Un immeuble connu et désigné comme étant le lot 6 394 468 du cadastre du Québec, circonscription foncière de Saguenay, le tout avec bâtisses dessus construites, circonstances et dépendances dont notamment les immeubles portant le numéro 685, route 138, Colombier, province de Québec, GOH 1P0.

Cet immeuble est sujet à une servitude en faveur de Dany Tremblay publiée au Registre foncier du Québec sous le numéro 26 309 309.

► MUNICIPALITÉ DE PORTNEUF-SUR-MER

Matricule : 95040-0888-15-0404 Dossier : 2026-436
Propriétaire : Nicole Fournier
Adresse de l'immeuble : 653, rue Morin, Portneuf-sur-Mer (Québec) G0T 1P0

Taxes municipales :	Taxes scolaires :	Total :
7 553,12	112,21	7 665,33

DÉSIGNATION : Un immeuble connu et désigné comme étant le lot 3 807 585 du cadastre du Québec, circonscription foncière de Saguenay, le tout avec bâtisses dessus construites, circonstances et dépendances dont notamment les immeubles portant le numéro 653, rue Morin, Portneuf-sur-Mer, province de Québec, G0T 1P0.

► MUNICIPALITÉ DE TADOUSSAC

Matricule : 95005-6438-46-9055 Dossier : 2026-441
Propriétaire : Yolande Caron
Adresse de l'immeuble : Route 138

Taxes municipales :	Taxes scolaires :	Total :
439,89 \$	0,00 \$	439,89 \$

DÉSIGNATION : Un immeuble connu et désigné comme étant le lot 4 679 557 du cadastre du Québec, circonscription foncière de Saguenay, le tout sans bâtisse, sis sur la route 138, à Tadoussac, province de Québec, G0T 2A0.

Cet immeuble est situé dans une zone exposée aux glissements de terrain (NA1), ainsi que dans une zone inondable de récurrence 0-20 ans.

EN FOI DE QUOI, j'ai apposé mon seing et le sceau de la Municipalité Régionale de Comté de La Haute-Côte-Nord, ce septième jour d'avril de L'AN DEUX-MILLE-VINGT-SIX (2026) à notre chef-lieu aux Escoumins.

Élise Guignard, MBA, CPA
Directrice générale et greffière-trésorière



AFFICHAGE DE POSTE

Titre du poste : Directeur général/Directrice générale
Rejoignez une équipe dévouée et passionnée au cœur de la communauté !

Engagé depuis plus de 40 ans, le CAB Le Nordest, un bâtisseur d'entraide par l'action bénévole, situé à Forestville et desservant les territoires de Tadoussac à Colombier, est à la recherche d'un.e Directeur.ice général.e, une personne visionnaire, inspirante et mobilisatrice pour guider sa mission de promouvoir l'action bénévole dans tous les secteurs où les besoins communautaires se font sentir, de mobiliser les gens vers des objectifs à long terme.

En tant que Directeur.ice général.e vous dirigerez une équipe engagée comportant près de 10 personnes autour de laquelle gravitent plusieurs bénévoles et travaillerez sous la gouvernance du conseil d'administration pour mettre en œuvre la vision et les objectifs stratégiques de l'organisation.

VOS RESPONSABILITÉS CLÉS

- Responsable de la planification et coordination générale
- Responsable de la gestion interne (gestion des ressources humaines, gestion financière, gestion des ressources physiques et matérielles)
- Responsable de la promotion de l'organisme et des relations extérieures

VOS COMPÉTENCES ET QUALIFICATIONS

- Une formation universitaire en gestion ou tout autre domaine pertinent;
- Expérience significative dans la gestion d'organisation à but non lucratif, de préférence dans le domaine des services communautaires;
- Expérience avec les clientèles vulnérables, connaissance du réseau de la santé et/ou du milieu communautaire;
- Excellentes aptitudes en communication verbale et écrite, démontrant une aptitude à interagir efficacement avec divers intervenants;
- Leadership éprouvé avec une capacité à inspirer et à mobiliser les équipes;
- Enthousiasme et esprit de collaboration favorisant le travail d'équipe;
- Excellente maîtrise de la langue française et connaissance de la langue anglaise.

NOUS VOUS OFFRONS UN ENVIRONNEMENT DE TRAVAIL DYNAMISANT ET UNE ÉQUIPE DE QUALITÉ AYANT FAIT SES PREUVES POUR VOUS SUPPORTER!

- Date d'entrée en fonction : dès que possible
- Poste permanent à temps plein
- Salaire à partir de 63 700 \$, selon l'expérience
- Un régime de retraite pour votre avenir financier.

Si vous êtes prêt.e à être la personne bâtisseuse d'entraide, à diriger une équipe dévouée, à favoriser le changement positif et à contribuer à la construction d'une communauté plus forte, nous aimerions en savoir plus sur vous !

Passez à l'action et manifestez votre intérêt directement à Lily Imbeault, présidente du conseil d'administration ou par courriel au cab@lenordest.org au plus tard le 30 avril 2026.

Rejoignez-nous dans cette aventure pour faire la différence !

AVIS ET EMPLOIS



**Je rachète vos
jeux et consoles**
SIMPLE ET RAPIDE!
418 297-9523

APPEL DE CANDIDATURES

Conseil d'administration Centre de services scolaire de l'Estuaire.

Le Centre de services scolaire de l'Estuaire invite les résidents de son territoire à poser leur candidature pour l'un des deux (2) postes disponibles de représentant des membres de la communauté à son conseil d'administration pour un mandat débutant le 1^{er} juillet 2026.

Les postes disponibles sont les suivants :

Poste disponible

Personne âgée de 18 à 35 ans

Durée du mandat

3 ans, soit jusqu'au 30 juin 2029

Personne ayant une expertise en matière de gouvernance, d'éthique, de gestion des risques ou des ressources humaines

3 ans, soit jusqu'au 30 juin 2029

Modalités de mise en candidature

Une candidature est proposée obligatoirement au moyen du formulaire de mise en candidature que vous trouverez dans la section « Organisation » sous l'onglet Conseil d'administration du site internet du CSSE. Le formulaire doit être rempli et transmis au Secrétariat général **au plus tard le 22 mai 2026 midi**, à l'adresse électronique Maxime.St-Pierre@cssestuaire.gouv.qc.ca.

*Tous les critères d'éligibilité sont indiqués dans le formulaire de mise en candidature.

Processus de désignation

La nomination des administrateurs issus de la communauté se fera par cooptation par les membres parents d'un élève et par les membres issus du personnel lors d'une séance convoquée par la direction générale du centre de services scolaire et tenue au plus tard le 11 mai 2026.

Pour plus de détails sur les fonctions du conseil d'administration et le rôle d'un administrateur d'un centre de services scolaire, nous vous invitons à contacter Me Maxime St-Pierre, secrétaire général, au 418 589-0806 poste 4822 ou par courriel à l'adresse précitée.

DONNÉ à Baie-Comeau, ce 19^e jour du mois de mars deux mille vingt-six.

Maxime St-Pierre
Secrétaire général

Québec



TESSIER /

MÉCANICIEN D'ÉQUIPEMENTS LOURDS

L'entreprise Tessier Itée est un chef de file en gestion de projets de levage clés en main au Québec et dans le Grand Nord canadien. Spécialiste du hors norme maritime et industriel, l'entreprise a son siège social à Baie-Comeau et possède des bureaux à Sept-Îles et Labrador City.

LE POSTE

- Entretien, maintenance, réparation et inspection de la flotte : grues, chargeurs, camions, tracteurs, semi-remorques, fardiers, etc.
- Déplacements possibles sur différents sites et chantiers.
- Salaire et avantages sociaux compétitifs.
- Primes de déplacement et indemnités journalières selon la convention collective.
- Le poste est basé à notre atelier mécanique de Pointe-aux-Outardes.

LE PROFIL RECHERCHÉ

- Minimum de 1 à 3 ans d'expérience.
- DEP en mécanique d'engins de chantier, formation pertinente (ASP) ou formation et expérience équivalente.
- Esprit d'équipe, sens des responsabilités, sens de l'observation et engagement.
- Nous offrons la formation et l'accompagnement sur place.



Transmettez-nous votre curriculum vitae à :
jean.pierre.amyot@tessier.desgagnes.com
ou pour information, communiquez au : 418 282-7899



Pour tout
savoir

Le **Haute-Côte-Nord**

Des femmes apprendront à se protéger

Des ateliers de légitime défense pour femmes feront escale sur la Côte-Nord du 19 au 24 mai, entre Sacré-Cœur et Baie-Comeau. Organisée par Lumière Boréale CALACS de Baie-Comeau, la tournée sera animée par Ellie Autodéfense, une entreprise de Drummondville qui sillonne le Québec depuis près de 10 ans.

Anne-Sophie Paquet-T.

Derrière Ellie Autodéfense, il y a un couple, Jean-François-Éric Isabel et Cindy Girard. Lui possède plus de 25 ans d'expérience en arts martiaux et, elle, a contribué à revoir l'approche pour l'ancrer davantage dans la réalité des femmes.

«Le couple est venu en premier, la *business* après», résume Jean-François-Éric Isabel.

L'entreprise est née d'un constat. Selon lui, plusieurs cours offerts aux femmes étaient trop proches des arts martiaux ou du sport, sans être réellement adaptés à leurs besoins. Avec Cindy Girard, il a voulu construire une approche plus simple, plus accessible et plus humaine.

«Chaque femme, peu importe sa condition, a la capacité de se protéger», affirme-t-il.



Jean-François-Éric Isabel et Cindy Girard offriront des ateliers de légitime défense sur la Côte-Nord. Photo Ellie Autodéfense

Les ateliers, offerts aux filles et aux femmes, ne visent pas seulement à apprendre à frapper ou à se dégager. L'entreprise préfère parler de légitime défense, en intégrant aussi la notion de cadre légal, de limites personnelles, de communication et de sécurité. «Nous, ce qu'on enseigne, c'est de la légitime défense», précise-t-il.

La journée se veut progressive. Les participantes sont amenées à vivre des exercices physiques, mais aussi à prendre conscience de leur force, de leur espace et de leur capacité à dire

«Chaque femme, peu importe sa condition, a la capacité de se protéger.»

– Jean-François-Éric Isabel

non. «On ne crée rien chez les personnes. On ouvre des portes», image l'entraîneur.

L'approche repose sur quelques mouvements simples, répétés dans différents contextes. Mais derrière le geste, Ellie Autodéfense cherche aussi à toucher quelque chose de plus profond.

«Je peux te dire mille fois que tu es forte. Je vais te le faire vivre», lance M. Isabel.

Au fil des années, le duo a donné des formations un peu partout au Québec, notamment auprès d'organismes de femmes, de milieux scolaires, de maisons d'hébergement, de CALACS, de CAVAC et de groupes liés au réseau de la santé. Des formations ont aussi été offertes dans des communautés autochtones et nordiques.

Sur la Côte-Nord, la tournée de mai passera notamment par Sacré-Cœur, Forestville, Pessamit et Baie-Comeau.



Les ateliers s'adressent généralement aux participantes de 14 ou 16 ans et plus, selon les groupes, et se déroulent sur une journée complète d'environ sept heures. Photo iStock

Les deux entraîneurs seront présents ensemble, comme c'est toujours le cas dans leurs ateliers.

Pour Jean-François-Éric Isabel, les retombées dépassent souvent le cadre d'une situation d'agression. Il raconte avoir vu des femmes repartir avec une posture différente, parfois dans leur vie personnelle, parfois au travail. «Ce qui ressort beaucoup, c'est l'appropriation de soi», dit-il.

L'objectif, insiste-t-il, n'est pas de faire peur, mais de donner des outils. Leur mantra résume l'esprit de la démarche, soit «plus forte aujourd'hui», lance-t-il.

Les personnes intéressées doivent communiquer avec Lumière Boréale CALACS de Baie-Comeau pour connaître les modalités d'inscription.



Roulotte 2019 Hideout 32BHTS **Prix : 32 000 \$**

- Très propre
- Aucune infiltration d'eau
- Cuisinette extérieure
- Auvent et stabilisateurs électriques
- 3 extensions
- Balayeuse centrale
- 2 chambres fermées (grande chambre d'enfant)
- Batterie neuve
- Joints refaits en 2025

Pour plus d'information : 418 293-6973

Le Comité ZIP en difficulté financière

Privé de ressources financières suffisantes, le Comité ZIP de la rive nord de l'Estuaire met ses opérations sur pause pour une durée indéterminée.

Johannie Gaudreault

Actif depuis plus de 30 ans en protection et mise en valeur du fleuve Saint-Laurent, l'organisme annonce la suspension de ses activités à compter de la semaine du 27 avril. Il évoque une «fermeture économique», conséquence directe de difficultés financières devenues insurmontables au cours des dernières semaines.

«C'est une décision extrêmement difficile, mais inévitable dans le contexte actuel», affirme le président du Comité ZIP RNE, Philippe Boudreau. «Malgré les efforts du conseil d'administration et de l'équipe, la situation financière ne permet plus de maintenir les activités.»

Cette annonce entraîne des répercussions immédiates dans la région. Les sept employés ont été informés d'une mise à pied pour une durée indéterminée, tandis que l'avenir même de l'organisation apparaît désormais incertain.

Au fil des ans, le Comité ZIP RNE s'est imposé comme un incubateur de talents, offrant des expériences de travail à de nombreux jeunes professionnels, notamment issus du programme TACH du Cégep de Baie-Comeau.

Depuis sa création, près d'une centaine d'entre eux ont fait leurs premières armes au sein de l'organisme, avant de poursuivre leur carrière dans des institutions majeures comme Hydro-Québec, le réseau de l'éducation ou divers ministères provinciaux.

Au-delà de son rôle formateur, l'orga-



Le Comité ZIP de la rive nord de l'Estuaire est voué à la protection, à la restauration et à la mise en valeur du fleuve Saint-Laurent sur la Haute-Côte-Nord et dans la Manicouagan. Photo Facebook

nisme occupait une place stratégique dans la concertation régionale en matière d'environnement. Il intervenait notamment dans la protection et la restauration des habitats côtiers, la lutte contre l'érosion des berges et la sensibilisation du public.

Sa fermeture survient à un moment charnière, alors qu'une Table de concertation régionale doit être mise en place dans le cadre du Plan Saint-Laurent. Le Comité ZIP RNE risque ainsi de perdre l'occasion de jouer un rôle central dans ce nouveau chantier.

La situation s'inscrit dans un contexte plus large de fragilité pour les organismes environnementaux. L'enveloppe de financement de base du Comité ZIP n'a pas été indexée au fil des années et le retrait récent du

soutien fédéral a accentué la pression financière.

Pourtant, des efforts avaient été déployés pour diversifier les revenus, notamment avec l'activité Plonge pour le Saint-Laurent, tenue le 18 avril au Parc Nature de Pointe-aux-Outardes, qui a permis de récolter plus de 4 000 \$. Une somme jugée insuffisante pour assurer la survie de l'organisme.

Face à cette impasse, le Comité ZIP RNE lance un appel à la mobilisation. «Nous souhaitons informer nos partenaires en toute transparence et espérons qu'une mobilisation permettra d'assurer l'avenir de l'organisation. Toute forme de soutien sera la bienvenue», souligne Philippe Boudreau.

Philippe Boudreau, président du Comité ZIP de la rive nord de l'Estuaire, et Éliane Légo, directrice générale, lors de l'activité Plonge pour ton Saint-Laurent qui a permis d'amasser 4 000 \$. Photo Morgane Busson

Organisme de concertation voué à la protection, à la restauration et à la mise en valeur du fleuve Saint-Laurent sur la Haute-Côte-Nord et dans la Manicouagan, le Comité ZIP RNE laisse derrière lui un héritage important, aujourd'hui menacé par un manque de ressources financières.

LES MARIÉES

Prediction des marées pour sept jours
LIEU : FORESTVILLE

2026-04-29 (MER)			2026-04-30 (JEU)			2026-05-01 (VEN)			2026-05-02 (SAM)			2026-05-03 (DIM)			2026-05-04 (LUN)			2026-05-05 (MAR)		
HAE	(A)	(PI)	HAE	(A)	(PI)	HAE	(A)	(PI)	HAE	(A)	(PI)	HAE	(A)	(PI)	HAE	(A)	(PI)	HAE	(A)	(PI)
01:19	3.730	12.2	01:56	3.929	12.9	02:32	4.083	13.4	03:07	4.181	13.7	03:41	4.207	13.8	04:16	4.148	13.6	04:52	4.011	13.2
07:42	0.591	1.9	08:23	0.536	1.8	09:02	0.541	1.8	09:40	0.582	1.9	10:17	0.647	2.1	10:53	0.741	2.4	11:30	0.875	2.9
13:46	3.644	12.0	14:22	3.629	11.9	14:57	3.559	11.7	15:32	3.446	11.3	16:09	3.313	10.9	16:47	3.173	10.4	17:27	3.034	10.0
19:52	0.816	2.7	20:24	0.790	2.6	20:54	0.790	2.6	21:24	0.829	2.7	21:54	0.908	3.0	22:27	1.012	3.3	23:03	1.122	3.7

Les travaux de déboisement se termineront bientôt et ceux dans le lit de la rivière commenceront en juillet.
Photo Gabriel Holden Rousseau

La consultation avant les travaux

La restauration de la rivière des Escoumins entrera cet été dans la première phase des travaux. L'Organisme des bassins versants (OBV) de la Haute-Côte-Nord organise une séance d'information le 20 mai à Essipit dans le but d'informer la population et de la tenir au courant pour la suite des choses.



Renaud Cyr
rcyr@journalhcn.com

L'OBV en a dédié du temps pour la restauration de la rivière des Escoumins, affectée par des années de drave lors du siècle dernier.

Habitat naturel du saumon atlantique, la rivière a pourtant connu de bonnes altérations au fil des années qui ont modifié son tracé et son écoulement.

L'organisme a pu compter sur l'aide d'un comité de suivi réunissant des experts scientifiques pour planifier ses interventions.

Les partenaires du milieu ont aussi été de la partie, dont la Corporation de gestion de la rivière à saumon des Escoumins, le Conseil de la Première Nation des Innus Essipit, la Municipalité des Escoumins, l'Université du Québec à Chicoutimi (UQAC), WSP et la ZEC Nordique.

« Cette approche collaborative permet d'assurer une démarche rigoureuse et adaptée aux réalités locales. Chaque partenaire contribue à la réussite du projet par son expertise scientifique, sa connaissance du territoire, son encadrement technique ou sa participation à la mobilisation du milieu », laisse entendre la chargée de projet

pour l'OBV, Catherine Emond.

Travaux

C'est en juillet que débiteront les travaux, qui seront réalisés dans le secteur de la Côte-à-Cossette qui se trouve à une dizaine de kilomètres en amont de la baie des Escoumins.

Ces travaux visent à redonner de l'espace au cours d'eau, à diversifier les écoulements et à restaurer la circulation naturelle de l'eau et des sédiments afin d'améliorer les habitats aquatiques, notamment ceux du saumon atlantique.

« Il y a eu un peu de déboisement qui a été fait à l'automne dernier et les travaux en rivière vont vraiment commencer en juillet », révèle Catherine Emond.

La phase 1 de la Côte-à-Cossette constitue le premier tronçon d'intervention d'une démarche qui s'étendra sur trois secteurs, visant à restaurer progressivement le lit d'écoulement naturel de la rivière.

La suite

L'OBV convie donc la population à venir échanger lors d'une soirée de discussion où la première phase du projet sera présentée au public.

« On va montrer où sont les travaux des phases 2 et 3, mais on n'expliquera pas en profondeur les travaux de ces phases-là, car c'est un projet qui est long dans le temps », dévoile toutefois Catherine Emond.

« Si jamais on a besoin de faire des modifications en cours de route, ça va nous permettre aussi de nous ajuster », complète-t-elle.

Elle indique qu'après chaque phase, il y aura un suivi biologique des populations de saumons atlantiques et un suivi des paramètres sédimentaires qui se dérouleront environ aux trois ans.

« Pour les saumons, on va regarder après pour voir s'il y a une différence dans les populations et voir si les différents travaux vont avoir eu un impact », mentionne Mme Emond.

En 2022, 2024 et 2025, des suivis des saumons atlantiques juvéniles ont été réalisés par l'OBV.

« Chaque fois, on en a trouvé en bonne quantité. Il y a donc un côté recrutement qui est présent », précise le biologiste pour l'OBV, Xavier Plante.

« Ça se peut que les travaux viennent bonifier la quantité de juvéniles dans le temps, donc là-dessus on est confiants », ajoute-t-il.



Des suivis de populations ont permis de constater qu'il y avait une bonne présence de saumons atlantiques juvéniles dans la rivière. Photo iStock

Des solutions
imaginatives
et efficaces
pour tous
vos besoins
en imprimés



Votre vision
notre créativité

Une soumission en moins de
48 heures et un service
personnalisé pour un
clé en mains
sans souci.

Dépliant | Flyer | Cahier spécial
Rapport annuel | Brochure | Menu
Journal | Emballage cartonné

Graphisme | Impression | Distribution
Rédaction | Plan de communication

INNOVATION | INSPIRATION | ENGAGEMENT | EXPÉRIENCE

AGENCE
LaTypo.
CRÉATIVE

www.latypo.net

Forestville | 418 587-2090 poste 2228 | mthomas@latypo.net