

## Mme Berthe Desautels & Mme Maude Laverdière



## Deux Alexandrines décorées

Mot du maire, page 4  
Mot du C.A. de l'âge d'or, page 17

PIQUE-NIQUES  
CULTURELS 2025  
Page 7

CINÉMA PLEIN AIR  
Page 2

175<sup>E</sup> DE SAINT-  
ALEXANDRE  
Page 17



Une histoire  
de familles



www.saint-alexandre.ca 

Voir les nouvelles en pages 4 à 9

Pour vos  
assurances,  
ça vaut le coup  
de comparer.

beneva

© Beneva inc. 2023<sup>MD</sup> Le nom et le logo Beneva sont des marques de commerce de Groupe Beneva inc. utilisées sous licence.

Josée Boulanger  
Agente en assurance de  
dommages des particuliers\*  
450 376-7737  
assurancejoseeboulanger.com

\* Pour le compte  
de Beneva inc.,  
agence en  
assurance de  
dommages



## CINÉMA PLEIN-AIR

# PROGRAMME DOUBLE



## Une belle soirée Dès 20 h

Moana et Maui sont réunis trois ans plus tard pour un nouveau voyage aux côtés d'un équipage de marins improbables. Après avoir reçu un appel inattendu de ses ancêtres, Moana doit se rendre dans les mers lointaines de l'Océanie et dans des eaux dangereuses, perdues depuis longtemps, pour une aventure comme elle n'en a jamais connue.



## APPORTE TA CHAISE, TA DOUDOU ET TON CHASSE MOUSTIQUE

**AU PAVILLON DES LOISIRS BEAU TEMPS / MAUVAIS TEMPS**



# LeFlambeau

430 rue Bernard, Saint-Alexandre  
514-831-7885 • [leflambeaustalex@gmail.com](mailto:leflambeaustalex@gmail.com)

## L'équipe du journal

Infographiste : Etienne Simard

La Fabrique : Jacqueline C. Patenaude

L'Âge d'or : Louise Bonhomme et Gonnie Jetten

Bibliothèque : Réjean Messier

Membres ALSA : Daniel Daneau et Étienne Simard

## Tarification des publicités 2025

Format	Mensuel	Annuel (10 parutions)
Carte de visite	25 \$	200 \$
¼ page	40 \$	320 \$
Demi-page	60 \$	560 \$
1 page	100 \$	800 \$
Demi-page arrière	115 \$	920 \$

Tarif pour résidents de Saint-Alexandre

Extérieurs + 25%

Conception graphique en sus

### Petites annonces

Gratuites pour les moins de 18 ans

4 \$ : 50 mots et moins

## Échéancier pour le mois de juillet 2025

Le 15 juin 2025, tous les textes, photos, publicités et petites annonces doivent être envoyés à l'adresse courriel du Flambeau ou à la Municipalité.

Les textes et publicités déposés après cette date ou qui ne seront pas acquittés de leurs paiements ne seront pas publiés.

Modalité de paiement : L'argent doit accompagner le texte dans une enveloppe déposée dans la boîte du Flambeau au bureau de la Municipalité. Vous pouvez également envoyer votre texte par courriel à [leflambeaustalex@gmail.com](mailto:leflambeaustalex@gmail.com)

## Gens d'affaires et commerçants, faites-vous connaître

Le Flambeau vous offre la possibilité de vous faire connaître à peu de frais. Le Flambeau offre une nouvelle image, des articles des plus intéressants sans compter une visibilité incomparable à nos résidents.

Aidez-nous à faire connaître ce qui se passe chez nous, faites paraître une petite publicité dans le Flambeau. Tarifs avantageux pour les résidents de Saint-Alexandre. Date limite le 15 de chaque mois. La prochaine parution sera le 1<sup>er</sup> juillet 2025. Pour information : Daniel au 514 831-7885



## Sommaire

À la bibliothèque .....	13
Association des loisirs de Saint-Alexandre .....	2
Calendrier.....	12
Chic Bazar Alexandrin .....	17
Club de l'âge d'or .....	17
COMPO Haut-Richelieu .....	19
Échos de la municipalité .....	4-9
La Fabrique .....	17
Service des incendies .....	9
Urbanisme et réglementation.....	8
Votre pharmacien .....	10-11



Épandage de fumier liquide et solide

**AUSSI DISPONIBLE**  
TRANSPORT DE  
TERRE • PIERRE • SABLE  
PETITE PELLE POUR TRAVAUX  
105 St-Charles, St-Alexandre  
**450 347-7826**



### MOT DU MAIRE

Le samedi 10 mai avait lieu la Cérémonie de remise de Médaille de la Lieutenant-gouverneure dans la Catégorie aînés – Montérégie et la Catégorie étudiant, dans les installations de l'armée canadienne à l'aéroport de Saint-Hubert. Ces médailles furent remises par la Lieutenant-gouverneure l'Honorable Manon Jeannotte.

J'en parle, car deux Alexandrines ont reçu une médaille dans une des deux catégories. Celle des aînés a été remise à Mme Berthe Desaultels (Cadieux). Mme Desaultels s'est toujours dévouée pour la communauté, elle fait du bénévolat depuis 21 ans au Chic Bazar alexandrin où elle agit à titre de présidente depuis six ans. Son travail au centre en soins palliatifs à Saint-Luc apporte du réconfort accompagnant ainsi les gens et leur famille dans le moment difficile du deuil.

L'autre bénéficiaire est Mme Maude Laverdière. Mme Laverdière a reçu la médaille Catégorie étudiante de la lieutenant-gouverneure pour son implication comme bénévole dans son milieu étudiant et pour la promotion de la formation en science. Sa technique en procédés et qualité des aliments terminée, elle poursuivra sa formation dans ce domaine, mais au niveau universitaire.

Je salue et félicite ces deux personnes pour leurs implications et souhaite que leurs actions attirent d'autres gens. Une communauté comme la nôtre doit saluer et souligner l'implication bénévole si l'on veut augmenter la qualité de vie dans notre milieu.

Changeons totalement de sujet, au moment d'écrire ces lignes, la municipalité a octroyé le contrat pour la réfection d'une partie du rang Kempt, la plus abîmée, entre la rue St-Gérard et le 8<sup>e</sup> rang, enfin! Au parc Marie-Jeanne Frégeau, la patinoire couverte devrait être complétée pour la fin juin ce qui permettra au camp de jour d'en profiter si la météo est capricieuse. On vous invite à l'inauguration le 9 août prochain!

Bonne saison de culture à tous nos agricultrices et agriculteurs de notre communauté, bon été festif à toutes et tous !

*Yves Barrette, maire de Saint-Alexandre*

### HORAIRE DU BUREAU MUNICIPAL

En raison des congés fériés, le bureau municipal sera fermé durant les journées suivantes :



Le **mardi 24 juin** pour la Fête nationale.



Le **lundi 30 juin** pour la Fête du Canada.



### FAITS SAILLANTS DE LA SÉANCE

Une assemblée ordinaire du conseil municipal a réuni les élus de Saint-Alexandre le lundi 5 mai dernier. Lors de cette séance, les sujets suivants sont portés à l'attention des citoyens.

#### Semaine québécoise des familles

La Municipalité reconnaît l'importance de la famille par son slogan « Une histoire de familles » et s'engage à souligner la Semaine québécoise des familles qui se déroulera du 12 au 18 mai 2025. Cette semaine thématique vise à souligner l'importance de la famille. Elle rappelle également que les familles sont le socle du soutien et de l'entraide et qu'elles détiennent les clés d'une collectivité en santé.

#### Demande de commandite - Coopérative d'Initiation à l'Entrepreneuriat Collectif (CIEC)

La Municipalité offre une commandite de 250 \$ pour la CIEC 2025 du Carrefour Jeunesse-Emploi Comtés Iberville/Saint-Jean. Ce projet permettra aux jeunes de 13 à 17 ans du Haut-Richelieu d'expérimenter, durant le temps d'un été, l'entrepreneuriat et d'acquérir des compétences qu'ils pourront ensuite utiliser dans leur développement professionnel et de créer un lien d'appartenance avec leur communauté.

#### Octroi de contrat - Fauchage et débroussaillage des fossés 2025

Le conseil municipal octroie le contrat pour le fauchage et le débroussaillage des fossés municipaux à André Paris Inc. au montant de 13 653,29 \$ incluant les taxes.

#### Octroi de contrat - Lignage des rues municipales 2025

Le conseil municipal octroie le contrat à Marquage Signalisation Rive-Sud B.A. Inc. pour le lignage des chemins municipaux au montant de 6 576 \$ incluant les taxes.

#### Embauche de deux employés saisonniers aux travaux publics

Après un affichage de poste afin d'embaucher deux employés pour l'été 2025 aux travaux publics, le conseil municipal a officialisé l'embauche d'Émile Duval et d'Émilien Deraps.

#### Octroi de contrat - Caméras de surveillance de la patinoire extérieure couverte

Le conseil municipal octroie le contrat pour l'installation de caméras de surveillance à la patinoire extérieure couverte et dans le bâtiment accessoire à Groupe Sécurité Alarma pour un montant de 10 481 \$ plus les taxes applicables.

## SUITE DES FAITS SAILLANTS DE LA SÉANCE

### Octroi de contrat - Préparation de plans d'aménagement et de plantation d'un parc mellifère

Pour donner suite au *Plan pour la conservation des milieux naturels et de la biodiversité de la Municipalité de Saint-Alexandre*, des discussions sont en cours avec Bell Canada pour aménager un parc mellifère sur le terrain de la tour de télécommunications situé sur la rue Saint-Gérard. Le conseil municipal octroie le contrat à Nature Action Québec pour la préparation de plans d'aménagement et de plantation du parc mellifère pour un montant de 7 424 \$. Ce projet sera financé par le Fonds vert de Saint-Alexandre.

### Embauche de deux cantinières pour la saison estivale 2025

Le conseil municipal a officialisé l'embauche de Victoria Rijo Denicourt et Lou Rousseau-Bouchard à titre de cantinières pour la saison estivale 2025.



### Prochaines séances ordinaires du conseil municipal

**Lundi 2 juin, lundi 7 juillet,  
lundi 4 août et mardi 2 septembre**

## INSCRIPTION AU TOURNOI DES RUES

Le samedi 22 juin prochain, les résidentes et les résidents de Saint-Alexandre sont invités à prendre part à une compétition amicale d'un tournoi de balle donnée. Les équipes seront créées à partir des inscriptions qui sont obligatoires. Les joueurs habitant une même rue sont regroupés dans la même équipe, plusieurs rues peuvent être jumelées afin de former des équipes d'environ 12 joueurs.

- Ouvert pour tous, vous n'avez pas besoin d'être un athlète
- Vous devez être âgé de 13 ans et plus
- Inscription obligatoire d'ici le 14 mai via le site internet municipal ou en scannant le code QR
- Réservé aux résidents de Saint-Alexandre, preuve de résidence nécessaire
- Gratuit



Vous avez des questions sur les activités de loisirs de la municipalité? Contactez le Service des loisirs, de la culture et des communications au : 450 346-6641, poste 1341.

## PROPRETÉ AU PARC

### Attention aux bouteilles de verre

La Municipalité tient à rappeler aux citoyens qu'il est interdit de consommer des breuvages dans des contenants en verre dans le parc. Ce rappel est malheureusement nécessaire chaque année, car les employés municipaux sont souvent contraints de ramasser des débris de verre au sol. Il est important de respecter cette interdiction, pour maintenir la propreté du parc, mais également pour prévenir des blessures. La majorité du parc est fréquenté par des enfants, soyons vigilants pour eux.



### Avis aux propriétaires de chien

La Municipalité souhaite rappeler aux propriétaires de chien qu'il est de leur responsabilité de ramasser les excréments de leur animal en tout temps et en tout lieu. Que ce soit au parc canin, sur les bordures de rues ou sur un terrain privé, personne n'aime retrouver cette substance nauséabonde sous son soulier. Il est également bon de rappeler que **votre chien doit être en laisse en tout temps** (sauf dans le parc canin) et que **les chiens sont interdits dans les parcs et terrains de loisir**.

Faites preuve de respect envers vos concitoyens, ramassez les excréments de votre animal à l'aide d'un sac et jetez-le dans la poubelle!



VENEZ DÉCOUVRIR

# L'exposition collective

DES APPRENTIS ARTISTES DE ST-ALEXANDRE



SAMEDI 14 JUN  
DE 13 H À 17 H

À L'ÉGLISE SAINT-ALEXANDRE  
447 RUE SAINT-DENIS

CAFÉ ET COLLATIONS SERONT SERVIS!

ENTRÉE GRATUITE

## AVANCEMENT DES TRAVAUX AU PARC MARIE-JEANNE-FRÉGEAU

L'arrivée du mois de juin signifie que les travaux de la surface multifonctionnelle couverte tirent à leur fin. Durant les prochaines semaines, les travaux qui seront effectués seront moins visibles, puisqu'il s'agit principalement de l'électricité et de l'intégration des accessoires sportifs.

Il est important de noter qu'à la fin des travaux, il restera l'aménagement paysager à faire entourant la structure. Il se pourrait donc, selon la température, que le terrain adjacent soit non praticable. Les citoyens sont donc invités à aider l'équipe des travaux publics en respectant les zones délimitées lorsqu'ils circuleront dans le parc.



## DES NOUVELLES DES CROQUES-LIVRES

Vive l'été! Vive la saison des vacanciers!

En cette période, les livres sont davantage au rendez-vous. En pique-nique, sur le bord d'une piscine ou d'une plage, ce sont de précieux moments pour s'évader.

Nous avons donc besoin de nouveautés pour tous les âges. Bonne lecture et bon échange à vous tous.

Les croque-livres  



## CASIER CONNECTÉ - BOXUP

L'arrivée de la saison estivale est l'occasion idéale pour les citoyens de tout âge de découvrir le contenu de la BoxUp. Cet outil, installé au parc Marie-Jeanne-Frégeau, offre la possibilité aux utilisateurs d'emprunter du matériel de loisir gratuitement en quelques étapes faciles :



1. Avec l'aide d'un téléphone intelligent, télécharger l'application grâce au code QR se trouvant sur la boîte BoxUp.
2. Suivre les instructions de création d'un compte d'utilisateur.
3. Grâce à la position géographique, il sera possible de sélectionner la boîte BoxUp située dans le parc Marie-Jeanne-Frégeau et avoir accès aux 6 casiers de matériel.
4. Le prêt se termine lorsque matériel est remis dans la boîte et que l'utilisateur prend une photo de celui-ci avec l'application.

Cette initiative a été rendu possible grâce à Circonflexe prêt-à-bouger, Loisir et Sport Montérégie ainsi que le Gouvernement du Québec.



## PICKLEBALL JUNIOR DURANT L'ÉTÉ

En collaboration avec Mrgence Pickleball, la municipalité offrira des cours de pickleball pour les jeunes cet été! Ce programme s'adresse à tous les enfants qui désirent en apprendre plus sur ce sport grâce à un entraîneur certifié présent. Les jeunes participants apprendront les différents règlement ainsi que les techniques de base dans une ambiance ludique pour apporter du plaisir dans les apprentissages reçus.

Tous les lundis du 7 juillet au 11 août  
(6 semaines)

7-9 ans : 17 h 30 à 18 h 30 - 95 \$

10-12 ans : 18 h 30 à 19 h 30 - 95 \$

13-16 ans : 19 h 30 à 21 h - 115 \$



Pour plus d'informations et pour procéder à l'inscription à la saison estivale 2025, les citoyens sont invités à se rendre au <https://mrgencepickleball.com/pages/camp-pickleball-junior>.

## PROGRAMMATION PIQUE-NIQUES CULTURELS 2025

4 JUIN



16 JUILLET



20 AOÛT



17 SEPTEMBRE



À 19 H SUR LE PERRON DE L'ÉGLISE

## SOIRÉE D'INFORMATIONS AUX PARENTS



MARDI 17 JUIN À 18 H  
PAVILLON DES LOISIRS

Venez poser vos questions et  
rencontrer l'équipe d'animation

## SAINT-ALEXANDRE ACCUEILLERA UNE PARTIE DE SOCCER LE 28 JUIN

En collaboration avec l'organisme l'Ancre et la municipalité d'Henryville, la municipalité de Saint-Alexandre accueillera un tournoi de soccer interculturel le 28 juin prochain. La population alexandrine est invitée à assister à cette joute amicale qui sera agrémentée d'un spectacle de danse à la mi-temps et d'un service alimentaire!

## RECHERCHE DE COMMANDITAIRES POUR LA FÊTE NATIONALE

Le comité organisateur 2025 de la Fête nationale du Québec à Saint-Alexandre, composé d'élus et d'employés municipaux, est à la recherche de partenaires financiers afin d'offrir aux citoyens alexandrins des célébrations participatives, audacieuses et rassembleuses.

Pour plus d'informations ou pour confirmer un soutien financier, contactez la direction du Service des loisirs, de la culture et des communications de la Municipalité de Saint-Alexandre au 450 346-6641 poste 1341 ou par courriel au [atremlay@saint-alexandre.ca](mailto:atremlay@saint-alexandre.ca).

## Fête nationale du Québec

MARDI 24 JUIN DÈS 17 H

Parc Marie-Jeanne-Frégeau (440, rue Bernard)

### PROGRAMMATION 2025

#### Animation familiale

Jeux gonflables, jeux de kermesse, jeux géants,  
zone 0-5 ans, personnages ambulants,  
station de tatouages temporaires

#### Activités protocolaires

Discours des élus, hommage au drapeau,  
discours patriotique et vin d'honneur

#### Spectacle de PL Belval

#### Spectacle de jongleurs de feu

Infos : 450 346-6641 • Facebook/municipalitesaintalexandre

### URBANISME ET RÉGLEMENTATION



#### RAPPEL IMPORTANT : STATIONNEMENT

La municipalité rappelle aux résidents ainsi qu'à leurs visiteurs et leurs entrepreneurs qu'il est **interdit** de se stationner sur les **bandes multifonctionnelles réservées aux usagers actifs** (piétons, cyclistes ou autres) en tout temps, notamment sur les rues ou portions de rues suivantes :



- Saint-Charles (en direction sud);
- de la Chute (en direction ouest);
- Boulais (en direction sud);
- Saint-Gérard (en direction sud);
- Montée de la Station (en direction nord) entre les rues de la Chute et Saint-Denis.



Des avertissements écrits seront distribués par les employés municipaux et des contraventions pourront être données par la Sûreté du Québec pour tous ceux contrevenant à ce règlement.

#### FAUCHAGE ET DÉBROUSSAILLAGE

Les terrains vacants doivent être fauchés entre le 15 juin et le 15 juillet de chaque année. Une deuxième coupe est recommandée au cours du mois d'août afin d'éviter la propagation d'herbe à poux et ainsi améliorer la qualité de vie des citoyens de la municipalité.



#### GESTION DE L'EAU DURANT L'ÉTÉ

Les belles journées du printemps approches et avec elles, l'augmentation de l'utilisation de l'eau, notamment pour l'arrosage, le nettoyage des véhicules et le remplissage des piscines. Afin de préserver nos ressources, il est important de respecter la réglementation en vigueur (règlement 19-347) :

**L'arrosage manuel** des jardins, des potagers et des plantes est autorisé en tout temps.

**L'arrosage automatique** et tuyaux poreux est permis de 20 h à 23 h, en fonction du jour (pair ou impair selon le numéro civique).

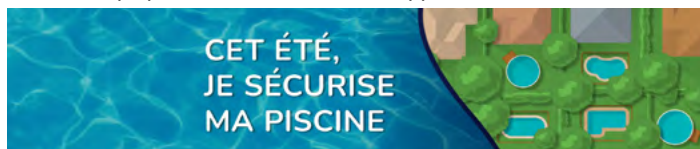
**Le lavage de voiture** est autorisé avec un seau ou un boyau équipé d'une fermeture.

**Le remplissage des piscines** est interdit de 5 h à 20 h, sauf pour l'installation de nouvelles piscines.

#### VISITE DES INSPECTEURS MUNICIPAUX

##### Piscines

Afin d'appliquer le *Règlement sur la sécurité des piscines résidentielles*, les inspecteurs municipaux continueront de faire la visite de toutes les propriétés possédant une piscine durant les prochains mois afin de vérifier la conformité de celle-ci. Les piscines non-conformes recevront un avis ainsi qu'un rapport détaillé expliquant les modifications à apporter.



##### Abris temporaires

L'installation d'un abri d'auto temporaire est autorisée entre le **15 octobre et le 15 avril**. Après cette période, tout élément d'un abri d'auto temporaire doit être enlevé (toile et structure en acier). Un avis d'infraction sera être envoyé à tous les résidents qui ne se conforment pas au règlement.

##### Entretien des terrains

Tout propriétaire de terrain et de terrain vacant doit s'assurer que son terrain soit exempt de broussailles, de mauvaises herbes et de tout amas de débris, ferrailles ou détritus. Le beau temps est maintenant arrivé, une attention particulière devrait être portée à la propreté et au bon entretien des propriétés.

#### DES RÉNOVATIONS PRÉVUES CET ÉTÉ? AVEZ-VOUS VOTRE PERMIS?

Une majorité des travaux à domicile nécessitent un permis ou un certificat (construction d'un cabanon, aménagement d'une galerie, changement de toiture ou de fenêtres, pose d'un plancher, etc.).

Lorsque vous avez des travaux à effectuer, vous devez demander un permis **AVANT** d'entreprendre les travaux, et ce, **au moins 30 jours avant le début**. Le permis est valide pour une période d'un an.

Pour toute question concernant la réglementation municipale, les permis et les certificats, il est possible de contacter le Service de l'urbanisme au 450 346-6641, poste 4 ou par courriel au [inspectrice@saint-alexandre.ca](mailto:inspectrice@saint-alexandre.ca).



## C'est le temps des BBQ!

L'utilisation du barbecue au propane comporte des risques importants de blessures, d'explosion et d'incendie. Il faut donc savoir comment l'utiliser, l'entretenir et l'entreposer en toute sécurité.

### Vérification du barbecue avant le premier usage de la saison :

- Nettoyer l'intérieur et l'extérieur de l'appareil, ainsi que les pièces mobiles.
- Asperger les raccords d'eau savonneuse afin de déceler la présence de fuites.
- Faire remplacer les pièces défectueuses si des bulles se forment lors de l'ouverture du gaz; ces bulles confirment qu'il y a une fuite.
- Remplacer les bonbonnes défectueuses ou âgées de plus de 10 ans. Ne jamais les jeter au rebut, car elles pourraient exploser.

### Quoi faire si la bonbonne prend feu :

- Si le feu se situe à la sortie du robinet de la bonbonne, s'éloigner rapidement et composez le 9-1-1. Ne pas tenter d'éteindre le feu.

Soyez prudents et *Bon appétit!*

### Utilisation du barbecue :

- Ne jamais utiliser un barbecue à l'intérieur.
- Laisser un mètre (3 pi) entre le barbecue et la structure ou le mur
- Surveiller en permanence un barbecue en fonction. Afin d'éviter les brûlures, ne laisser personne s'amuser autour et ne le déplacer pas lorsqu'il est allumé.
- Éteindre l'appareil en fermant d'abord le robinet de la bonbonne et ensuite, une fois la flamme éteinte, les boutons de contrôle.

### Quoi faire si le barbecue prend feu :

- Fermer le robinet de la bonbonne, si possible.
- Fermer le couvercle pour étouffer le feu.
- Composer le 9-1-1.
- Ne pas tenter d'éteindre le feu avec de l'eau. Utiliser un extincteur portatif approprié, comme celui à poudre de type ABC.
- Faire inspecter le barbecue par un professionnel avant de le réutiliser.

## RAPPEL DE SÉCURITÉ - FEUX D'ARTIFICES

L'utilisation des pièces pyrotechniques à risque restreint est autorisée aux conditions suivantes :

- L'utilisateur doit être âgé de dix-huit (18) ans ou plus, sauf dans le cas des capsules pour pistolets-jouets;**
- Le terrain doit être libre de tout matériau ou débris, de façon à éviter les risques d'incendie;**
- La vitesse du vent ne doit pas être supérieure à 30 km/heure;**
- Le terrain doit mesurer une superficie minimum de trente mètres (30 m) par trente mètres (30 m) dégagée à cent pour cent (100%);**
- La zone de lancement et de dégagement doit être à une distance minimum de quinze mètres (15 m) de toute maison, bâtiment, construction et champ cultivé.**

**PERMIS REQUIS**  
à la municipalité

Règlement municipal 23-400

# La mastite



## Bonjour chers Alexandrins et chères Alexandrines

Nous vous souhaitons une grande et chaleureuse «bienvenue!» dans la plus récente édition de la «Chronique Santé Pharmaceutique» la plus populaire de Saint-Alexandre! Ce mois-ci, nous parlerons de la mastite. Si votre amoureuse souffre d'une mastite, souvenez-vous qu'il ne s'agit pas d'une variété de billes. Ce n'est pas le moment de ressortir vos « perroquets » ou « œil de chat » et d'aller creuser un trou dans la cour.

## DÉFINITION

Il y a des blocages qui peuvent être plus dérangeants que d'autres. Nous y sommes confrontés chaque jour:

- Un blocage de la circulation;
- Un blocage pendant que vous performez une pièce de théâtre;
- Un blocage provenant de la ligne offensive des Eagles au Super Bowl.

La mastite est un blocage des canaux lactifères dans le sein, d'où s'écoule le lait. Cela provoque enflure et douleur. Il s'agit d'une inflammation courante du sein chez la femme qui allaite. Jusqu'à 1 femme sur 5 vivra ce douloureux blocage. Il

peut y avoir présence d'infection dans les canaux, mais ce n'est pas toujours le cas. Voici les principaux symptômes à surveiller:

- Présence d'une bosse ou d'une région dure sur le sein;
- Peau tendue, rougeur, chaleur;
- Lait qui sort plus difficilement, baisse de production;
- Fièvre, frissons, courbatures, fatigue.

## FACTEURS DE RISQUE

Il y a d'abord plus de risque de mastite s'il y a un mauvais drainage, par exemple s'il s'écoule une longue période entre les tétées ou s'il y a surproduction par rapport au besoin du bébé. Une mastite peut aussi se déclencher à la suite d'une infection du sein ou d'une blessure (ex.: mamelon endommagé). Une maman fatiguée ou stressée est aussi plus à risque.

## TRAITEMENT

C'est dans cette section qu'on parlera des fameuses feuilles de chou! Chaudes? Froides? Traditionnelle ou crémeuse? Les opinions diffèrent. Selon le CHU Sainte-Justine, à qui nous faisons confiance pour avoir le dernier mot, la feuille

de chou (ou autre forme de compresse) devrait être appliquée «froide» sur la mastite après chaque tétée et pendant environ 15 minutes. Ainsi, contrairement à votre blocage au tricot, la chaleur est à éviter dans le cas d'une mastite, car elle peut augmenter l'inflammation. Un analgésique ou un anti-inflammatoire peut aussi vous être recommandé par le pharmacien. Il est aussi recommandé de ne pas diminuer ou cesser l'allaitement. Le lait n'est pas dangereux pour le bébé et on veut éviter que l'épisode de mastite se complique davantage. Comme il s'agit d'un blocage de la circulation du lait, on veut que le mouvement reprenne au plus vite pour compléter le drainage. La maman sera encouragée à allaiter plus souvent ou à tirer son lait. Un petit massage lors de l'allaitement peut aussi aider à la grande libération.

## QUAND CONSULTER

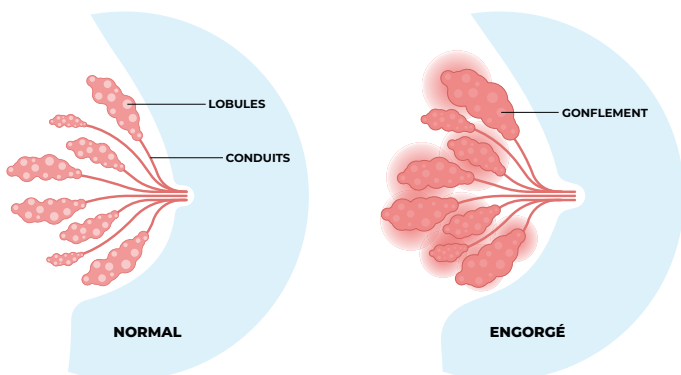
Il sera recommandé de consulter si une fièvre dure plus de 24h ou si l'état de maman se dégrade rapidement. Un traitement par antibiotique peut être prescrit s'il y a présence d'infection.

## PRÉVENTION

Il faut tout d'abord éviter les vêtements trop serrés ou un sevrage d'allaitement trop rapide. On peut aussi prévenir la mastite grâce à de bonnes habitudes de vie, particulièrement avec du repos et une bonne hydratation.

C'est tout pour ce mois-ci! Si vous êtes sur scène et que vous oubliez toutes vos répliques, nous ne pourrons pas faire grand chose pour vous aider durant ce blocage. Mais si vous avez plus de questions sur les particularités de la mastite, cela nous fera grand plaisir.

## MASTITES



À bientôt!

*David le pharmacien*

## David Rousseau Pharmacien propriétaire

Affilié à























433, rue St-Denis, St-Alexandre-d'Iberville  
**450 376-2322**


### Heures d'ouverture


Lundi au mercredi 9h à 18h  
Jeudi et vendredi 9h à 19h  
Samedi 9h à 17h





# JUIN - 2025


Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
1	2 19h30 	3 	4 18h30 à 20h30 	5	6 	7 10h30 à 12h00 
8 	9	10 <b>GROS REBUS</b> 	11 	12 	13 	14 
15	16	17 	18 	19	20 	21 
22 	23	24 	25 	26	27 	28 
29	30					


  
Séance du conseil


  
Bibliothèque


  
Espace Famille

  
Messe de 9h00

  
Compost

  
Ordures

  
Recyclage

  
Soirée Ados 12-17 ans

## Une succursale et un service offert près de chez vous

Qu'il soit question de relève, de croissance, d'achat d'équipement ou de quota, nos experts spécialisés en agriculture présents à Saint-Alexandre sont en mesure de comprendre vos besoins.

### Service aux entreprises Agricoles Montérégie Ouest

- › William Vallée, agr.  
450 204-6543 | williamb.vallee@bnc.ca
- › Marc Boulanger  
450 357-0445 | marc.boulanger@bnc.ca
- › Nina Bienz, agr.  
514 231-9260 | nina.bienz@bnc.ca

433A, rue Saint-Denis, Saint-Alexandre  
450 346-3182 | Succursale.04432@bnc.ca

[bnc.ca/agricole](https://bnc.ca/agricole)





## À LA BIBLIOTHÈQUE

par Réjean Messier

**VOICI LA LISTE DES NOUVEAUX TITRES ACQUIS AU COURS DU DERNIER MOIS! RETROUVEZ LES LISTES COMPLÈTES DES NOUVEAUTÉS DE L'ANNÉE SUR LE SITE WEB DE LA MUNICIPALITÉ!**

### DOCUMENTAIRES

Allumé !	Fortin, David
Almanach d'un comté des sables	Leopold, Aldo
Code Labeume, Le	Gagnon, Karine
Dans mon jardin	Fortier, Jean-Martin
Indomptable mammouth, L' : De l'assurance-maladie à...	Sioui, Marie-Michèle
Mon cœur a su me guider	Fournier, Jeanick
Portée par le vent	Blais, Edith
Protéger son potager : Des ravageurs et des maladies	Michaud, Lili

### ROMANS/THÉÂTRE :

Amour sous les cocotiers	Gervais, Stéphanie
Bien d'autrui tu ne prendras, Le	Charland, Jean-Pierre
Bulletin spécial, 2 : Même les cœurs solides peuvent se...	Cloutier, Geneviève
Cinquième balcon, Le	Rivard, Julie
Fragrancia	Richardot, Paul
Grâces du presbytère, Les	Bergeron, Claire
Kiara, diamant écorché par le sang, t. 3	Diaz, Hazel
Lendemain qui chantent, Les	Arnaldur Indridason
Meurtre et buffet à volonté	Labonté-Chartrand, M.
Minuit à l'ombre	Rankin, Ian
Note de passage, La	Picard, Pascale
Où, je me veux	Pilote, Marcia
Paris-Hollywood	Mury, Cécile
Petite nature	Leblanc, Perrine
Poussières d'anges	Bidégare, Valérie
Prof, La	McFadden, Freida

Regard des autres, Le	Brouillet, Chrystine
Salauds	G., Sylvie
Temps des sucres, Le	Desjardins, Martine
Tout ce qui reste	Aubry, Suzanne
Très catastrophique visite du zoo, La	Dicker, Joël
Valérie en terre inconnue	Hudon, Marie-Eve

### Dans mon jardin : Récoltez enfin l'abondance <sup>1</sup>

Jean-Martin Fortier



Qui n'a jamais rêvé d'avoir son propre potager, de cultiver et de récolter une abondance de légumes, même avec un emploi du temps chargé et peu d'espace ? Après s'être surtout adressé aux professionnels, Jean-Martin Fortier, maître maraîcher et pionnier de l'agriculture écologique, nous offre « Dans mon jardin », son tout premier ouvrage grand public.

En plus des techniques éprouvées et de tous les secrets de Jean-Martin, ce livre propose des pistes de réflexion pour celles et ceux qui souhaitent se reconnecter à la terre et cultiver leur avenir.

Dans cet ouvrage, vous trouverez :

Des conseils pratiques et accessibles pour démarrer et entretenir votre potager.

Une approche guidée par l'expertise : Jean-Martin vous présente les techniques et les outils qui ont fait leurs preuves, pour vous aider à cultiver un jardin productif et sain.

Une invitation à rejoindre un mouvement : en cultivant votre potager, vous nourrissez non seulement votre famille, mais vous faites aussi partie d'une communauté éveillée, prête à transformer ses habitudes pour adopter un mode de vie plus durable.

*Jean-Martin Fortier habite Saint-Armand.*

<sup>1</sup> Quatrième de couverture.

### Le code Labeume : Confidences d'un maire de Québec <sup>1</sup>

Karine Gagnon

Fougueux, déterminé, controversé.

Maire de Québec de 2007 à 2021, Régis Labeume est devenu une figure incontournable de la politique québécoise. Dans cet ouvrage, la journaliste Karine Gagnon revient sur son parcours éclectique en 25 moments marquants, qu'il commente de sa prose sensible et insolente. De la « maudite pauvreté » de son enfance à la réussite en affaires qui l'a rendu millionnaire, de l'amphithéâtre de Québec au tragique attentat de la Grande Mosquée, de l'affaire Rapaille au tramway et au troisième lien, l'ancien maire – et amoureux de sa ville – aborde tous les sujets avec une franchise désarmante et une bonne dose d'autodérision. De nombreuses personnalités, parmi lesquelles Jean Charest, Agnès Maltais, Justin Trudeau, Alain Juppé, Pierre Karl Péladeau, Paul Arcand et Jean-René Dufort, témoignent au sujet de celui qu'ils ont appris à connaître au détour d'un dossier, d'une alliance, d'une bataille ou d'une discussion enflammée sur l'avenir du Québec. Du pur Labeume, sans enrobage ni fling flang !



En prime, 25 caricatures d'Ygreck.

*Karine Gagnon est directrice adjointe de l'information au « Journal de Québec » et au « Journal de Montréal », et analyste politique. Elle est aussi auteure de trois romans historiques.*



### PENSÉE DU MOIS

**«Lire, c'est ouvrir sa fenêtre sur le monde.»**

*Jocelyne Saucier, écrivaine et ambassadrice de la Fondation Lire pour réussir.*

**Bon été, bonnes vacances et bonnes lectures!**

**Heures d'ouverture :**  
**Mercredi : 18 h 30 à 20 h 30 | Samedi : 10 h 30 à 12 h**

**450 347-1376 poste 2640**  
**biblio@saint-alexandre.ca | regard.csdhr.qc.ca**



Les équipements de ferme  
**Pierre Bonneau inc.**  
 514 444-3737



**Achat et vente d'équipement agricole**

**DIVISION QUINCAILLERIE**

104, INDUSTRIELLE ST-ALEXANDRE JO1 1S0 TÉL : 450-346-9998

**HORAIRE RÉGULIER**

LUNDI : 8h00@17h30  
 MARDI : 8h00@17h30  
 MERCREDI : 8h00@17h30  
 JEUDI : 8H00@17h30  
 VENDREDI : 8h00@17h30  
 SAMEDI : 8h00@13h30



\$ 4.00/douz



TERRE À JARDIN 25L

\$ 2.99/SAC

\$ 1.99/SAC 20 ET PLUS



**SURVEILLEZ LA PAGE  
 CITOYENS DE ST-  
 ALEXANDRE D'IBERVILLE  
 POUR D'AUTRE SPÉCIAUX**

**AUSSI DISPONIBLE EN MAGASIN**



Paillis naturel 3pi3 \$ 5.49/sac

Paillis coloré 3pi3 \$ 5.99/sac

Noir - rouge - brun



\$ 12.25/sac  
 20 kg

\$ 13.59

\$ 8.75



**C'est les Vacances !!!**





**Carole Mercier**  
**(514) 244-4749**

Courtier Immobilier Agrée  
**Un courtier de  
chez nous!**



*Vous voulez VENDRE*

Pour vendre en toute confiance  
Pour obtenir le meilleur prix pour votre propriété  
Pour un service professionnel  
Pour être bien conseillé

Faites comme Maryse, Myriam, Francine, Alain, Réal,  
Huguette, Diane, Lucie, Yves, Emilie, Jeanne, Bernard...  
Contactez moi !



**ESTIMATION DE LA VALEUR MARCHANDE GRATUITE**  
sans obligations de votre part !



**À VOTRE SERVICE DEPUIS 1946**

**B. FRÉGEAU et Fils inc.**  
402, rue Saint-Denis  
Saint-Alexandre  
**450 346.3487**

DÉSAMIANTAGE  
—  
DÉCONSTRUCTION  
—  
DÉMOLITION

Nous avons des équipes spécialisées pour effectuer des travaux tels que **désamiantage, enlèvement de vermiculite, démolition et déconstruction sélective.**

Nous travaillons dans les secteurs résidentiels, institutionnels et commerciaux.

**RBQ : 1470-9091-33**

**BFREGEAU.COM**

# Faites partie de la communauté IHR



- ✓ Prix fixes sans contrat
- ✓ Équipements performants
- ✓ Service à la clientèle 100% local
- ✓ Installation professionnelle gratuite



ihrtelecom.com



450 346-0057 | 1 888 346-0057



Le routeur  
**Gigaspire**

Validez la disponibilité

## BOIS DE CHAUFFAGE À VENDRE



## PETITE OU GROSSE QUANTITÉ

**450 - 272 - 9973**



520, rang Sainte-Marie, Saint-Alexandre  
450 542-0717 • lessablenessurprenant@gmail.com

**ENVIRO-SEPTIQUE, Q-2, r.22**  
(Requis pour le système TSA)

**Sable filtrant**

**Sable MG-112 (classe A)**

**Sable de remplissage,**

**Terre végétale**

**Sable CG-14 - Sable à béton**

**Roches (provenant du tamisage)**

*Nos produits sont certifiés en laboratoire.  
Parlez-en à votre conseiller en environnement.*



## LE CLUB DE L'ÂGE D'OR

par Louise Bonhomme

### Café-Jasettes: 3 juin.

Les amateurs de Scrabble et de jeux de cartes ont rendez-vous aux cafés jasette le 3 juin à 13h30. Café et biscuits seront servis.

### Location de la salle :

108 Saint-Paul : Membre : 125 \$.  
Pour réservation, contactez Mme Louise Bonhomme

### Danse country : Pas de danse.

Retour à l'automne.

### Jeux de poches intérieurs :

Tous les mardis soir à 18h30.

### Pétanque.

Pétanque tous les mardis soir à 18h30. Bienvenue à tous.

### Prêt de bâtons de marche:

Le club de L'Âge d'Or de St-Alexandre en collaboration avec la municipalité de St-Alexandre offre des bâtons de marche et des raquettes de Pickeball en location sans frais aux gens de 55 et plus membres ou non membres; ce programme est en collaboration avec Vie-Active qui veut garder les aînés le plus actifs possible. Pour vous procurer les bâtons ou les raquettes svp vous adresser à la municipalité qui s'occupera du prêt. (450)346-6641

**Mme Louise Bonhomme Présidente**  
**Mme Gonnie Jetten**

**514-618-5563**  
**450-347-0174**

**Le C. A. du Club de l'Âge d'Or de Saint-Alexandre tient à féliciter Mme Berthe Cadieux et Maude Laverdière qui ont reçu la médaille de la Lieutenant Gouverneur, Mme Manon Jeanotte, le samedi 10 mai 2025. Félicitations, Berthe, et merci pour tes innombrables heures de bénévolats. Félicitation aussi à ma petite fille Maude Laverdière (fille de Katherine Barry et d'Eric Laverdière) pour son succès dans sa Technique de procédés et qualité des aliments à Saint-Hyacinthe (TPQA) et pour son implication à l'ITAQ dans la promotion de l'institut agroalimentaire du Québec.**

**Nous vous souhaitons un bel été avec plein de belles journées.**

### Carte de membre :

Pour le renouvellement de votre carte Fadoq vous recevrez un avis par la poste, c'est à vous de faire parvenir le paiement et le renouvellement à la Fadoq.

**Pour un nouveau membre, contactez Louise Bonhomme au 514 618-5563**  
**Prix de la carte, 30 \$ par an, 55\$ pour 24 mois.**



## LA FABRIQUE EN MARCHÉ

par Jacqueline C. Patenaude

### EST DEVENU DISCIPLE DU CHRIST PAR LE BAPTÊME:

Elliott Henry Dubeau, fils de Mathieu Henry et de Caroline Dubeau

### A ÉTÉ INHUMÉE AU CIMETIÈRE SAINT-ALEXANDRE:

Pierrette Lebeau, 90 ans, épouse de feu Georges Barrière, mère de feu Diane, Mario, feu Denis, Solange, feu Serge, Hélène et sœur de Cécile.

### UN CŒUR SANS FRONTIÈRES

Chant libre : « Un chœur sans frontières », dirigé par Nathalie Audette, vous offre son spectacle annuel à l'église de Saint-Alexandre, le dimanche 8 juin 2025, à 14 h. Une partie des profits ira à la Fabrique de Saint-Alexandre pour l'entretien de l'église. Au plaisir de vous voir et de vous offrir un beau voyage musical! 25\$/Adulte - 10\$/Enfant. Des billets seront disponibles via les membres de la chorale et la Fabrique.

### CORVÉE DE NETTOYAGE DANS L'ÉGLISE ST-ALEXANDRE

Venez participer au grand nettoyage du printemps le samedi 14 juin 2025, de 9h00 à midi. Est-ce que vous seriez disposé à apporter votre aide en tant que bénévole? N'oubliez pas d'avoir un récipient et un chiffon avec vous. Le savon sera fourni. Nous vous exprimons notre gratitude pour votre soutien. Nous sommes impatients de vous accueillir!

### CHIC BAZAR ALEXANDRIN

Le Chic Bazar du 3 et 4 mai fut une très belle réussite. Grâce à tous vos dons, plusieurs articles auront une deuxième vie dans vos foyers. Un gros merci à tous les participants. Nous souhaitons aussi exprimer notre gratitude envers nos bénévoles dévoués à cette activité hautement appréciée par la communauté. Nous voulons, enfin, exprimer notre reconnaissance envers nos commanditaires, qui nous offrent de magnifiques cadeaux pour notre tirage annuel. Voici les gagnants du tirage : *Frédéric Bernier, Marthe Campbell, Adriana Civardi, Chantal Daudelin, Léo Desautels, Michel Drolet, Hélène Dubé, Diane Dubord, Jacqueline Fortin, Richard Fortin, Alain Gagné, Maurice Gamache, Linda Garnys, France Guilbeault (2), Gonnie Jetten, Daniel Larivière, André Leroux, Claudette Lussier (2) Lucie Marion, Louis Mercier(2), Mireille Patenaude, Isabelle Santerre, André St-Cyr (2), Claude St-Germain, Lise St-Germain, Mme Taylor.*

Le prochain bazar aura lieu le 18 et 19 octobre 2025. Nous acceptons toujours les articles en bon état. Ils sont essentiels pour que notre bazar soit couronné de réussite. L'entretien du presbytère et de l'église est assuré grâce aux fonds collectés. Pour plus d'informations, vous pouvez rejoindre Berthe Cadieux 450-346-5910, Lyne Bouthillette, 579-362-3287 ou Christiane Mercier, 450-346-4112. De toute l'équipe du Chic Bazar Alexandrin, passez de bonnes vacances d'été.

### 175<sup>E</sup> DE SAINT-ALEXANDRE

Vous êtes cordialement invités à la célébration solennelle du 175<sup>e</sup> anniversaire de la Fondation de la Paroisse Saint-Alexandre d'Iberville. Cette célébration sera présidée par Mgr Christian Rodembourg, m.s.a. Cette église historique est d'une richesse extraordinaire et elle est demeurée dans son état original depuis sa construction en 1850. **Le dimanche 29 juin 2025 à 10h00. Église de St-Alexandre, 447, rue Saint-Denis, Saint Alexandre JOJ 1S0**

Pour info : Julien Shank, diacre 450-542-5281





Cathy L'archevêque  
 514 688-6881  
 lespeinturescathy@  
 hotmail.com

R.B.Q. : 5821-1582-01

Service principal

- Peinture
- Réparation de plâtre

Autres services

- Rénovation résidentielle privée
- Conception et installation de plan de cuisine IKEA

Installation de :

- Moulures
- Tablettes, rideaux
- Plancher flottant



OBTENEZ UNE SOUMISSION POUR VOS TRAVAUX

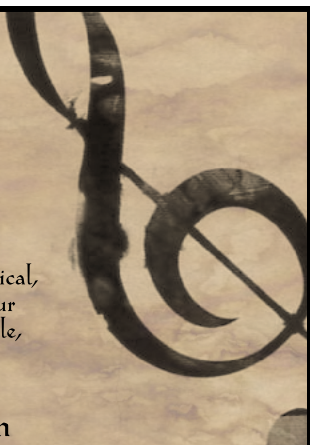
- Excavation · Démolition · Ponceaux · Terrassement · Mur de soutènement · Empierrement · Chemin d'accès · autres

Alexandre Galipeau : 514-743-4051  
[lesexcavationsafginc@hotmail.com](mailto:lesexcavationsafginc@hotmail.com)  
 RBQ : 5822-1748-01

Nathalie  
 Audette  
 450.741.1313

Professeur de piano, éveil musical, arrangements musicaux, pianiste pour accompagnement, musique d'ensemble, corporatifs, événements, concerts.

[n\\_audette@hotmail.com](mailto:n_audette@hotmail.com)



Josée Laroche  
 Podologues certifiés (N.T.Q.)



514-962-3317  
[larochejosee992@outlook.fr](mailto:larochejosee992@outlook.fr)



Projets R/P  
 514 943-7634

Randy Paquette  
[paquette\\_1991@hotmail.com](mailto:paquette_1991@hotmail.com)

Soudeur-assembleur  
 Réparation • Modification



AD-TECH  
 ELECTRIQUE INC  
 ENTREPRENEUR ÉLECTRICIEN

R.B.Q. 8110 2220-51

RÉSIDENTIEL • COMMERCIAL • INDUSTRIEL

450 347-2999  
 102, rue Industrielle, Saint-Alexandre



### Collecte des gros rebuts : Savez-vous quoi déposer?

Chaque mois, la collecte des gros rebuts passe dans votre quartier pour ramasser les objets non valorisables comme : divan, fauteuil, pouf, chaise d'ordinateur, matelas et sommier, tapis, toiles roulées et meubles rembourrés ou en textile. Il suffit de les déposer en bordure de rue la journée prévue — repérez l'icône du fauteuil sur votre calendrier pour connaître la bonne date!

En cas de doute, visitez [compo.qc.ca/gros-rebuts](http://compo.qc.ca/gros-rebuts).

Avant de jeter, pensez à donner ! Les objets encore en bon état peuvent faire le bonheur d'un voisin ou d'un organisme local.

Pour tout ce qui ne va pas à la collecte des gros rebuts : [compo.qc.ca/ecocentres](http://compo.qc.ca/ecocentres)

**GROS REBUTS**

**SACHEZ FAIRE LA DIFFÉRENCE**



**NON VALORISABLES**  
Collectés 1 fois par mois

Divan, fauteuil, pouf, chaise d'ordinateur, matelas et sommier, tapis et toiles roulées, meuble rembourré ou fait de textile



**VALORISABLES**  
À apporter dans un éco-centre

Meuble (sans rembourrage ni tissus), télévision, ordinateur, matériaux de construction, toilette, douche, électroménager, branches et bûches (non collectés en bordure de rue)

Téléchargez l'application **ÇA VA OÙ** de **RECYC-QUÉBEC** pour trouver la bonne destination à chaque matière.

### Distribution de compost – À vos chaudières!

Procurez-vous du compost de grande qualité obtenu grâce aux pelures de bananes et aux retailles de carottes que vous avez mises au bac brun.

Dans deux éco-centres \*durant les heures d'ouverture\*

- Dès samedi 10 mai, à l'éco-centre Iberville (825, rue Lucien-Beaudin)
- Dès samedi 17 mai, à l'éco-centre Saint-Rémi (284, rue de l'Église)

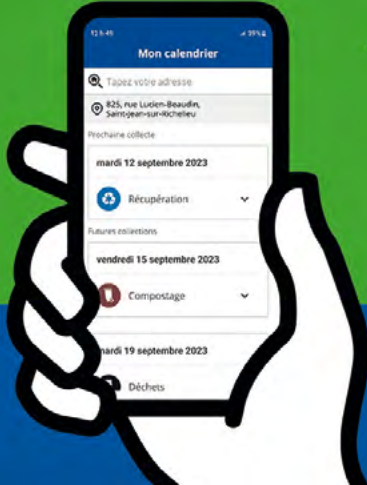
Détails:

- Apportez pelles et chaudières ou votre remorque.
- Quantité maximale par adresse: 30 pieds cubes, équivalant à une remorque de 4x8x1 pieds ou à 30 chaudières de 5 gallons.
- Une pièce d'identité avec photo et adresse sera requise.

Des activités de distribution se déroulent aussi dans plusieurs municipalités. Suivez l'actualité de la vôtre ou visitez notre page [compoqr.ca](http://compoqr.ca).

Participer à la collecte des matières organiques, ça donne des résultats concrets!

**VOS COLLECTES AU BOUT DES DOIGTS**




**TÉLÉCHARGEZ L'APPLI COMPO COLLECTES**

Télécharger dans l'App Store

L'OBTENIR SUR Google Play

[compo.qc.ca/collectes](http://compo.qc.ca/collectes)





Les équipements de ferme  
**Pierre Bonneau inc.**  
514 444-3737



**Achat et vente d'équipement agricole**  
104, INDUSTRIELLE ST-ALEXANDRE JOJ 150 TÉL : 450-346-9998

LES ÉQUIPEMENTS DE FERME  
**MIRO**  
DEPUIS 1979 INC



**GREENWORKS**  
COMMERCIAL

**HONDA**  
MOTEURS



LOCATION DISPONIBLE



*Ferme*  
**Léopold Bonneau inc.**  
514-444-3737



VENDU ENTIER, EN DEMI, EN  
QUART OU À LA PIÈCE.  
COMMANDER AU **514-444-3737**  
OU PASSEZ NOUS VOIR AU  
**RUE INDUSTRIELLE**

