

BOÎTE À SURPRISE



7,95\$*
À EMPORTER

MÊME LE PRIX EST RÉCONFORTANT!

655, route Cameron, SAINTE-MARIE
418 386-2444 ou st-hubert.com

*Taxe(s) en sus. Pour un temps limité au comptoir à emporter et au service au volant dans les pâtisseries participantes.

MARIER ART ET BÉTON



L'œuvre « Les arbres murmurent et la rivière chante » de l'artiste Martine Chassé de Vallée-Jonction sera reproduite directement sur un des piliers du pont ferroviaire qui enjambe la route Chassé. La murale fera 3,8 mètres de hauteur par 19,7 mètres de longueur.

PAGE 4

Saint-Frédéric pense à ses eaux usées

PAGE 3



(Photo gracieuseté)

Des besoins grandissants

PAGE 5



(Photo gracieuseté)

Clinique d'acupuncture de Vallée-Jonction

Pour cette nouvelle année, je vous souhaite de trouver votre lumière intérieure et qu'elle illumine tout autour de vous, dans la paix et la joie.

Martin Plasse, acupuncteur
Membre de l'Ordre des acupuncteurs du Québec
418.253.6100

>285474

FAITES VITE POUR UN TEMPS LIMITÉ

Sur remplacement de votre pare-brise

* Détails en magasin



VITRES D'AUTOS STE-MARIE

Installation et réparation de vitres d'autos
695, boul. Vachon Nord, Sainte-Marie (face au Poulet Frit Kentucky)

418 387-3977

(Photo Beauce Média - Archives)

Recevez une valeur de

125\$

D'ESSENCE



>287451



>287274

S'isoler, c'est sérieux.

Pour lutter contre la propagation de la COVID-19,
on doit rester à la maison quand :

- on a des symptômes
- on a passé un test
- le résultat est positif
- on revient de voyage
- on a été en contact avec un cas confirmé

[Québec.ca/isolement](https://quebec.ca/isolement)

📞 1 877 644-4545

Votre
gouvernement

Québec

THIVIERGE ET FILS INC.
 VENTE | INSTALLATION | SERVICE 7/7
 1 888 590-2516
 WWW.THIVIERGEETFILS.COM
 R.B.Q.: 1286-1340-92

Eau potable

Des municipalités toujours sans station d'épuration

ÉRIC GOURDE

redaction@beaucemedia.ca

ENVIRONNEMENT. Neuf municipalités de la région déversent toujours leurs eaux usées dans le fleuve ou dans des rivières, en partie ou en totalité, et ce, avec peu de traitement au préalable.

En Chaudière-Appalaches, on remarque que Saint-Frédéric, Saint-Michel-de-Bellechasse, Saint-Benjamin dans Les Etchemins, Lac-Frontière et Saint-Omer dans Montmagny-L'Islet, Saint-Antoine-de-Tilly et Sainte-Croix dans Lotbinière, de même que Saint-Fortunat et Saint-Adrien-d'Irlande dans la MRC des Appalaches n'ont toujours pas de réseau d'égout ou une station d'épuration adéquate.

Pourtant, toutes les municipalités de la province devaient présenter un calendrier de

réalisation à cet effet d'ici le 31 décembre. Alors qu'elles sont à divers niveaux d'élaboration de leur projet, aucune d'entre elles n'est à l'étape de la réalisation des travaux.

En Chaudière-Appalaches, la direction régionale du ministère de l'Environnement est bien au fait de la situation et comprend qu'une démarche du genre est coûteuse et complexe.

« La mise en place d'une station d'épuration peut prendre plusieurs années à se réaliser. Il comporte plusieurs étapes, notamment les demandes de subvention, les appels d'offres de services professionnels, la sélection de la solution et du site, la conception, les plans et devis, l'obtention des autorisations, les appels d'offres pour la construction, la réalisation des travaux et la mise en service », explique Frédéric Fournier, porte-parole de la direction régionale.

Il ajoute que certains retards peuvent s'expliquer par la nécessité de refaire le réseau d'égout

et de coordonner ces travaux avec ceux du ministère des Transports. « Pour d'autres municipalités, le manque d'expertise technique peut expliquer qu'elles progressent lentement dans leur projet d'assainissement. Ces circonstances peuvent entre autres expliquer que certaines municipalités n'en soient qu'au début de leur projet d'installation de station d'épuration. »

Même si des amendes sont prévues à la loi pour les municipalités n'étant toujours pas conformes, la direction régionale du ministère entend privilégier une autre approche, poursuit M. Fournier. « Le ministère fera un rappel aux municipalités et assurera un suivi serré de la progression de leur projet. Pour celles qui ne progresseront pas selon les échéanciers convenus, il pourrait y avoir des mesures coercitives appropriées, en fonction d'une évaluation des circonstances de chaque



Certaines municipalités doivent toujours rejeter leurs eaux usées dans des cours d'eau. (Photo La Voix du Sud - Archives)

dossier. Le ministère préfère plutôt renforcer son accompagnement auprès de ces municipalités afin de les soutenir à travers les différentes étapes menant au processus d'autorisation. »

Eaux usées : Saint-Frédéric en mode solution

ÉRIC GOURDE

redaction@beaucemedia.ca

SAINT-FRÉDÉRIC. La Municipalité de Saint-Frédéric souhaite depuis un certain temps déjà rendre aux normes l'ensemble de son territoire en matière d'eaux usées.

Si la majorité des eaux usées municipales sont traitées depuis 2005, la mise aux normes qui demeure en suspend ne concerne qu'un secteur de la localité, a indiqué le maire, Martin Nadeau.

« C'est un secteur qui compte une quarantaine de résidences, dans le secteur de la meunerie sur la route 112. Théoriquement, ces gens sont en secteur rural et ne sont pas rattachés au réseau d'égouts municipal. Sur les 1076 citoyens que compte la municipalité, la moitié sont en secteur urbain et sont desservis. De ceux en secteur rural, plusieurs sont en train de se mettre à jour et aux normes. »

Saint-Frédéric fait d'ailleurs partie de ces municipalités ayant des projets sur la table, mais qui doivent être harmonisés avec d'autres, précise M. Nadeau. « Nous sommes avancés. Depuis deux ans, nous avons un projet qui est approuvé par le ministère des Affaires municipales. Les plans et devis sont faits et on doit réaliser tout ça en même temps que notre réseau d'eau potable. Notre réseau d'aqueduc est problématique et nous coûte très cher en réparation, alors on a très hâte d'avancer. »

Le projet actuellement sur la table est évalué à 3,75 M\$ souligne le maire Nadeau, en ajoutant qu'un doute persiste toutefois sur la capacité de la station de traitement des eaux usées à absorber la quantité supplémentaire d'eau qui y serait acheminée.

« Nous souhaitons amener les égouts de ce secteur vers notre bassin d'épuration à la sortie du village. Le ministère nous demande une validation de la capacité de notre station

d'épuration. On poursuit nos discussions avec les ministères et les ingénieurs pour réaliser tout ça et prévoir les développements à venir. »

M. Nadeau complète en disant que sa municipalité traite le dossier avec sérieux et ne souhaite pas précipiter les choses. « C'est parmi les plus gros projets dans l'histoire de la municipalité. Ce sont des dossiers complexes et c'est normal que cela prenne du temps. On veut se donner les moyens de nos ambitions et ne pas se tromper. On se fait accompagner là-dedans et nous avons une excellente collaboration de nos partenaires. »



Une vue rapprochée des trois cellules du bassin à Saint-Frédéric où sont traitées en différentes étapes les eaux usées municipales. (Photo gracieuseté)

Réparation de pare-brise

0\$

si vous êtes assurés

VITRERIE

SAINTE-MARIE INC.

• VERRE • MIROIR • PLEXIGLAS •

SANS RENDEZ-VOUS

Réparation de pare-brise effectué en

30 MINUTES

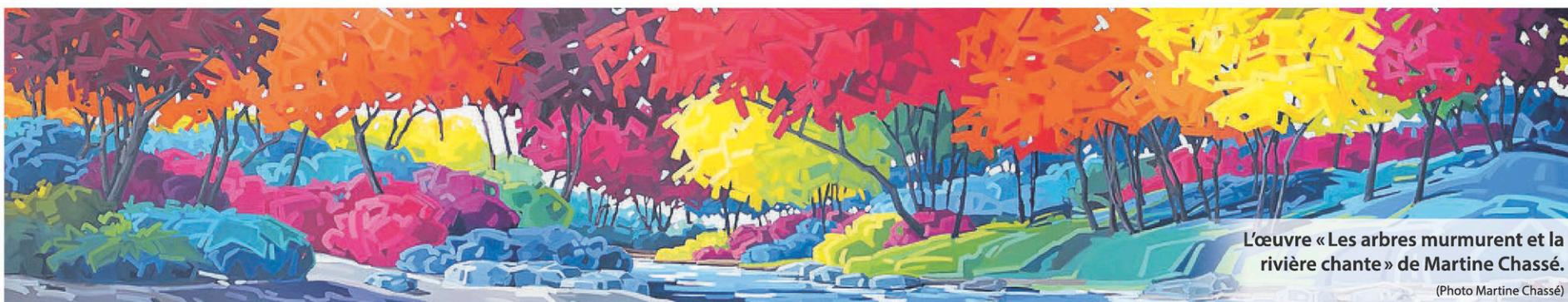
ET en plus obtenez un nettoyeur à vitres GRATUITEMENT

695, boul. Vachon Nord, Sainte-Marie (face au Poulet Frit Kentucky)

Suivez-nous sur Facebook pour nos prochains concours

www.vitrieriestemarie.com

418 387-3977



L'œuvre « Les arbres murmurent et la rivière chante » de Martine Chassé.

(Photo Martine Chassé)

MOT CACHÉ

THÈME : POLICE / 8 LETTRES

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| N | E | C | N | A | U | Q | N | I | L | E | D | N | S | U | S | P | E | C | T |
| O | E | D | I | R | E | C | T | E | U | R | O | E | T | E | U | Q | N | E | E |
| I | N | R | E | L | L | I | U | O | F | I | N | M | A | N | D | A | T | M | G |
| T | L | E | S | M | E | N | O | T | T | E | S | O | I | B | I | L | A | E | A |
| I | E | I | A | T | T | N | A | N | E | T | U | E | I | L | S | P | G | U | S |
| S | V | C | I | N | E | C | E | L | L | U | L | E | E | T | E | A | E | R | S |
| I | E | I | S | E | E | V | E | T | N | I | A | L | P | T | A | T | N | T | I |
| U | M | F | I | G | A | C | I | H | D | O | S | S | I | E | R | R | T | R | T |
| Q | E | F | E | R | N | N | O | T | E | M | I | T | C | I | V | O | E | E | A |
| R | N | O | T | E | O | M | E | A | C | O | N | S | T | A | T | U | C | P | R |
| E | T | N | L | S | I | M | I | X | U | E | V | A | L | S | T | I | C | S | O |
| P | O | O | I | C | R | N | U | E | D | D | T | R | O | P | E | L | E | F | E |
| C | I | R | I | O | D | C | R | I | M | E | I | E | V | R | M | L | R | I | R |
| V | P | D | F | I | E | T | S | O | P | R | D | T | D | O | O | E | E | C | D |
| E | E | I | C | E | C | I | T | S | U | J | A | U | I | C | I | C | I | H | R |
| T | N | E | M | P | R | E | I | N | T | E | S | I | A | O | N | R | L | I | O |
| U | S | T | F | E | H | C | O | D | E | P | A | I | X | R | N | O | I | E | T |
| O | I | N | S | P | E | C | T | E | U | R | A | D | A | R | F | F | F | R | U |
| C | E | N | I | A | T | I | P | A | C | O | N | S | T | A | B | L | E | E | A |
| E | C | O | N | T | R | O | L | E | C | N | A | L | L | I | E | V | R | U | S |

SOLUTION DE CE MOT CACHÉ : SÉCURITÉ

Murale sous le pont

HUBERT LAPOINTE

redaction@beaucemedia.ca

SAINTE-MARIE. Dans sa volonté d'intégrer l'art à l'environnement, la Ville de Sainte-Marie a décidé de présenter l'œuvre « Les arbres murmurent et la rivière chante » de l'artiste Martine Chassé de Vallée-Jonction, ceci directement sur un des piliers du pont ferroviaire qui enjambe la route Chassé. La murale, qui fera 3,8 mètres de hauteur par 19,7 mètres de longueur, devrait être reproduite au printemps par l'artiste visuel Olivier Gaudette de Laval.

L'idée est celle de Line Gagnon, agente de développement culturel à la Ville. Son objectif, tel que l'a expliqué M^{me} Chassé, était de trouver une artiste « qui n'en est pas à ses premières armes ». De plus, le fait qu'elle partage son nom avec celui de la route n'est pas étranger au choix de la Ville.

« Ça rappelle l'histoire de ma famille », dit-elle, en ajoutant que, par coïncidence, le projet viendra souligner agréablement ses 20 ans de carrière.

DE TOUTES LES COULEURS

« Les gens qui achètent mes œuvres me disent souvent qu'ils ont l'impression d'être "là". Avec la murale, ce sera grandeur nature. [...] Les couleurs sont un peu féériques, on se laisse emporter. J'espère que les gens vont entendre la rivière chanter et les arbres murmurer... », a prononcé Martine Chassé.

Elle sait aussi que l'œuvre s'intégrera harmonieusement au Domaine Taschereau – Parc nature et à la piste cyclable, en plus de devenir un attrait touristique de Sainte-Marie.

Il faut mentionner que le tout aurait dû être dévoilé bien avant, mais les inondations au printemps 2019 et le confinement en mars dernier ont par deux fois repoussé la réalisation de la murale. Toutefois, tout le temps libre a justement permis à Martine Chassé de peindre à sa guise. L'œuvre originale « Les arbres murmurent et la rivière chante » se trouve actuellement dans la salle du conseil à l'Hôtel de Ville de Sainte-Marie.



Martine Chassé devant le pont ferroviaire, où sa murale sera reproduite.

(Photo Beauce Média – Hubert Lapointe)

Stéphanie Ouellet

Styliste & Barbrière

Pour un cadeau qui fera plaisir!



>279387

Certificats-cadeaux disponibles

499, rue du Boisé, Vallée-Jonction

- | | | |
|--|--|--|
| A AGENT ALIBI ARME AUDITION AUTO AVEUX C CAPITAINE CELLULE CHEF CODE CONSTABLE CONSTAT CONTRAVENTION CONTRÔLE CORPS CRIME D DÉLINQUANCE DÉTECTIVE DIRECTEUR DOSSIER E ÉCOUTE EMPREINTES ENLÈVEMENT | ENQUÊTE ESCORTE F FICHIER FILIÈRE FORCE FOUILLE FRAUDE H HOMICIDE I IDENTITÉ INDICES INSPECTEUR J JUSTICE L LIEUTENANT M MANDAT MENOTTES MEURTRE O OFFICIER OPÉRATION ORDRE | P PAIX PATROUILLE PERQUISITION PLAINTÉ POSTE PRISON R RADAR RATISSAGE S SAISIE SERGENT SURVEILLANCE SUSPECT T TÉMOIN U UNIFORME V VICTIME VIOLENCE VOL |
|--|--|--|

Beauce Média.ca



RÉSEAU SÉLECT

icimédias

1078, boul. Vachon Nord, suite 707
Sainte-Marie, Beauce
(Québec) G6E 1M7
Téléphone : 418 387-8000
Annonces classées : 1 877 726-6730
www.beaucemedia.ca
www.icimedias.ca

Éditrice régionale : Caroline Gilbert

Support aux ventes : Cindy Wickens

Adjoint au chef de contenu : André Boutin

Rédaction : Hubert Lapointe

Coordonnatrice à la maquette : Judith Hudon

Conseillers ventes multiplateformes :
Synthia Sylvain, Estelle Marier, Jessy Fournier

Publié par : Icimédias inc.

Président : René Bouchard

Directeur général : Marc-Noël Ouellette

Directeur de production : Salvador Dallaire

Infographie : Icimédias inc.

ISSN 0711-3420

TIRAGE :
17 130 EXEMPLAIRES


Publié par Médias Transcontinental S.E.N.C., imprimé par Imprimeries Transcontinental 2005 s.e.n.c., division Transcontinental Transmag 10807, Mirabeau, Anjou, QC H1J 1T7. Dépôt légal Bibliothèque Nationale du Québec. Poste publication 40065473. Abonnement 101,215 +tx.



QUARTIER /

OREE

>275009



Logements de luxe
au cœur de Sainte-Marie

3 ½, 4 ½ et 5 ½

avril 2021 418-903-5585 | quartieroree.com

À partir de

775\$
par mois



En tout, 171 paniers de Noël ont été distribués. (Photo gracieuseté)

Les paniers de Noël sont distribués

HUBERT LAPOINTE
redaction@beaucemedia.ca

CHARITÉ. Les bénévoles de La Source de Sainte-Marie ont travaillé les 17, 18, 21, 22, 28 et 29 décembre derniers afin de confectionner et distribuer les paniers de Noël pour les familles défavorisées de La Nouvelle-Beauce.

Au total, 171 paniers de denrées sèches et congelées ont été préparés, afin de nourrir 403 personnes.

« En plus, les gens ont pu faire leur épicerie, comme d'habitude », a précisé Gilles Boutin, vice-président de la banque alimentaire.

Par comparaison, quelque 120 paniers avaient été donnés à Noël en 2019. Il faut toutefois spécifier que les inondations avaient forcé l'organisme à remettre 90 paniers supplémentaires.

M. Boutin remercie le Club Kiwanis de Sainte-Marie, qui a su rapidement prendre la relève de la Guignolée avec le Service d'entraide de Sainte-Marie, et dont les efforts ont permis de répondre à la demande grandissante.

Aux usagers, notez que La Source reprendra ses activités le 7 janvier selon l'horaire habituel.



Le Can-Am Defender facilitera les déplacements vers La Réserve Sauvage Miller. (Photo BRP)

Coup de pouce pour le Miller Zoo

FRAMPTON. Grâce à une nomination de l'entreprise Mercier Marine de Thetford Mines, le Miller Zoo de Frampton est l'une des cinq organisations sélectionnées dans le cadre du programme « Can-Am pour la cause 2020 » de Bombardier Produits Récréatifs (BRP). Le Miller Zoo a donc reçu un véhicule hors route Can-Am Defender d'une valeur de plus de 20 000 \$.

Selon les responsables de BRP, le Can-Am Defender permettra au personnel du jardin zoologique d'en faire plus en moins de temps, ceci avec plus d'aisance. Mentionnons que le

programme « Can-Am pour la cause 2020 » vise à appuyer des entreprises canadiennes qui se démarquent par leurs actions de bienfaisance.

« Ce cadeau aide grandement notre travail sur le terrain et facilite nos déplacements vers la nouvelle section du zoo: La Réserve Sauvage Miller », a précisé Lloyd Miller, responsable des communications du Miller Zoo.

Pour les personnes intéressées, prenez note que le zoo sera fermé cet hiver. Une ouverture est envisageable pour la semaine de relâche. (H.L.)

Guylaine Marcoux est nommée sous-ministre adjointe

FRÉDÉRIC DESJARDINS
fdesjardins@leclaireurprogres.ca

POLITIQUE. Guylaine Marcoux, de Saint-Elzéar, a été nommée le 7 décembre dernier comme sous-ministre adjointe au ministère des Affaires municipales et de l'Habitation (MAMH).

Diplômée en droit et en planification financière, Guylaine Marcoux travaillait comme notaire avant de faire le saut en politique. De 1997 à 2001, elle occupait le poste d'adjointe parlementaire pour la circonscription fédérale de Beauce, auprès du député Claude Drouin.

Après un passage chez Desjardins de 2001 à 2005 en tant que conseillère en finances personnelles et planificatrice financière, Guylaine Marcoux est retournée dans le milieu politique.

Sous le gouvernement provincial de Jean Charest, elle a travaillé comme attachée politique au ministère des Transports (2005-2006) et conseillère spéciale dans le cabinet de Nathalie Normandeau (2006-2008), alors vice-première ministre et ministre des Affaires municipales et des Régions (aujourd'hui le MAMH).



Guylaine Marcoux. (Photo gracieuseté)

Depuis 2008, Guylaine Marcoux occupait différentes fonctions au sein de la Société d'habitation du Québec (SHQ). Avant de devenir sous-ministre, elle était présidente-directrice générale de la SHQ (2017-2020).

Kasscrout et la découverte de l'agriculture québécoise

FRÉDÉRIC DESJARDINS
fdesjardins@leclaireurprogres.ca

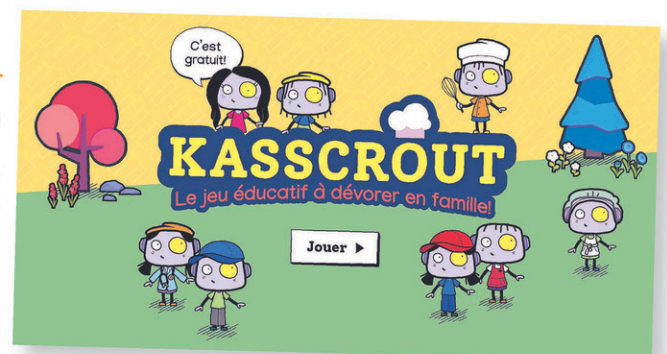
AGRICULTURE. L'Union des producteurs agricoles (UPA) invite les familles à découvrir la diversité agricole du Québec, avec son nouveau jeu virtuel Kasscrout.

À travers plusieurs missions, les joueurs parcourent la carte du territoire pour récupérer l'ingrédient demandé par Kasscrout, chef de resto.

Au sein de ce monde humoristique où les régions portent des noms loufoques (Chaudière-Appalaches devient Chaudière-de-Moustache!), les personnages demandent l'aide des joueurs avant de leur remettre des aliments.

Chaque mission accomplie est récompensée par une réelle recette de La Table des Chefs. Les joueurs collectionneront également des cartes postales présentant un portrait agroalimentaire de chaque région du Québec.

Une section, réservée aux parents, permet d'approfondir les apprentissages en famille et de découvrir de nombreux mots associés à la production agricole et forestière.



Le jeu Kasscrout mise à la fois sur l'humour et l'apprentissage. (Photo gracieuseté)

Jusqu'au 9 janvier, les familles pourront aussi participer au concours *Ma région solidaire*. En plus d'accomplir leurs missions, les joueurs accumuleront des portions de pâte chinoise solidaire sur la carte. Les portions complétées s'ajouteront à la cagnotte de la région.

À la fin du concours, les régions du Québec occupant les trois premières positions seront déclarées gagnantes. Les moissons locales de ces régions recevront des dons sous forme de cartes-cadeaux de Provigo, afin d'aider les familles moins nanties.

Le jeu Kasscrout est disponible gratuitement sur kasscrout.ca. Cette initiative de l'UPA est présentée par le ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec.

Soyez là pour vous comme vous l'êtes pour vos proches



Vous êtes là quand les gens que vous aimez vivent un mauvais moment. Ne vous oubliez pas. Des solutions existent pour aller mieux.

Il est possible que la situation actuelle suscite des émotions difficiles ou de la détresse. Il est normal de vivre un certain déséquilibre dans différentes sphères de sa vie. La gestion de ses pensées, de ses émotions, de ses comportements et de ses relations avec les autres peut devenir plus ardue. La plupart des gens arriveront à s'adapter à la situation, mais il demeure important que vous restiez à l'écoute de vos besoins. **N'hésitez pas à prendre les moyens nécessaires pour vous aider.**

Prenez soin de vous

- Mettez sur vos forces personnelles et ayez confiance en vos capacités.
- Rappelez-vous les stratégies gagnantes que vous avez utilisées par le passé pour traverser une période difficile. Il n'y a pas de recette unique, chaque personne doit trouver ce qui lui fait du bien.
- Accordez-vous de petits plaisirs (écouter de la musique, prendre un bain chaud, lire, pratiquer une activité physique, etc.).
- Si c'est accessible, allez dans la nature et respirez profondément et lentement.
- Apprenez à déléguer et à accepter l'aide des autres.
- Demandez de l'aide quand vous vous sentez dépassé par les événements. **Ce n'est pas un signe de faiblesse, c'est vous montrer assez fort pour prendre les moyens de vous aider.**
- Contribuez à l'entraide et à la solidarité tout en respectant vos limites personnelles et les consignes de santé publique. Le fait d'aider les autres peut contribuer à votre mieux-être et au leur.
- Prenez le temps de réfléchir à ce qui a un sens ou de la valeur à vos yeux. Pensez aux choses importantes dans votre vie auxquelles vous pouvez vous accrocher quand vous traversez une période difficile.
- Limitez les facteurs qui vous causent du stress.
- Bien qu'il soit important de vous informer adéquatement, limitez le temps passé à chercher de l'information au sujet de la COVID-19 et de ses conséquences, car une surexposition peut contribuer à faire augmenter les réactions de stress, d'anxiété ou de déprime.



Outil numérique *Aller mieux à ma façon*

Aller mieux à ma façon est un outil numérique d'autogestion de la santé émotionnelle. Si vous vivez des difficultés liées au stress, à l'anxiété ou à la détresse, cet outil peut contribuer à votre mieux-être puisqu'il permet de mettre en place des actions concrètes et adaptées à votre situation. Pour en savoir plus, consultez [Québec.ca/allermieux](https://quebec.ca/allermieux)



Laissez vos émotions s'exprimer

- Gardez en tête que toutes les émotions sont normales, qu'elles ont une fonction et qu'il faut se permettre de les vivre sans jugement.
- Verbalisez ce que vous vivez. Vous vous sentez seul? Vous avez des préoccupations?
- Donnez-vous la permission d'exprimer vos émotions à une personne de confiance ou de les exprimer par le moyen de l'écriture, en appelant une ligne d'écoute téléphonique ou autrement.
- Ne vous attendez pas nécessairement à ce que votre entourage soit capable de lire en vous. Exprimez vos besoins.
- Faites de la place à vos émotions et aussi à celles de vos proches.



Utilisez judicieusement les médias sociaux

- Ne partagez pas n'importe quoi sur les réseaux sociaux. Les mauvaises informations peuvent avoir des effets néfastes et nuire aux efforts de tous.
- Utilisez les réseaux sociaux pour diffuser des actions positives.
- Regardez des vidéos qui vous feront sourire.



Adoptez de saines habitudes de vie

- Tentez de maintenir une certaine routine en ce qui concerne les repas, le repos, le sommeil et les autres activités de la vie quotidienne.
- Prenez le temps de bien manger.
- Couchez-vous à une heure qui vous permet de dormir suffisamment.
- Pratiquez des activités physiques régulièrement, tout en respectant les consignes de santé publique.
- Réduisez votre consommation de stimulants : café, thé, boissons gazeuses ou énergisantes, chocolat, etc.
- Buvez beaucoup d'eau.
- Diminuez ou cessez votre consommation d'alcool, de drogues, de tabac ou votre pratique des jeux de hasard et d'argent.

Aide et ressources

Le prolongement de cette situation inhabituelle pourrait intensifier vos réactions émotionnelles. Vous pourriez par exemple ressentir une plus grande fatigue ou des peurs envahissantes, ou encore avoir de la difficulté à accomplir vos tâches quotidiennes. Portez attention à ces signes et communiquez dès que possible avec les ressources vous permettant d'obtenir de l'aide. Cela pourrait vous aider à gérer vos émotions ou à développer de nouvelles stratégies.

- **Info-Social 811**
Service de consultation téléphonique psychosociale 24/7
- **Regroupement des services d'intervention de crise du Québec**
Offre des services 24/7 pour la population en détresse : centredecrise.ca/listecentres
- **Service d'intervention téléphonique**
Service de consultation téléphonique 24/7 en prévention du suicide : 1 866 APPELLE (277-3553)

De nombreuses autres ressources existent pour vous accompagner, consultez : [Québec.ca/allermieux](https://quebec.ca/allermieux)

[Québec.ca/allermieux](https://quebec.ca/allermieux)

Info-Social 811

Québec 

Soyez là pour vous comme vous l'êtes pour vos proches



Vous êtes là quand les gens que vous aimez vivent un mauvais moment. Ne vous oubliez pas. Des solutions existent pour aller mieux.

Il est possible que la situation actuelle suscite des émotions difficiles ou de la détresse. Il est normal de vivre un certain déséquilibre dans différentes sphères de sa vie. La gestion de ses pensées, de ses émotions, de ses comportements et de ses relations avec les autres peut devenir plus ardue. La plupart des gens arriveront à s'adapter à la situation, mais il demeure important que vous restiez à l'écoute de vos besoins. **N'hésitez pas à prendre les moyens nécessaires pour vous aider.**

Prenez soin de vous

- Mettez sur vos forces personnelles et ayez confiance en vos capacités.
- Rappelez-vous les stratégies gagnantes que vous avez utilisées par le passé pour traverser une période difficile. Il n'y a pas de recette unique, chaque personne doit trouver ce qui lui fait du bien.
- Accordez-vous de petits plaisirs (écouter de la musique, prendre un bain chaud, lire, pratiquer une activité physique, etc.).
- Si c'est accessible, allez dans la nature et respirez profondément et lentement.
- Apprenez à déléguer et à accepter l'aide des autres.
- Demandez de l'aide quand vous vous sentez dépassé par les événements. **Ce n'est pas un signe de faiblesse, c'est vous montrer assez fort pour prendre les moyens de vous aider.**
- Contribuez à l'entraide et à la solidarité tout en respectant vos limites personnelles et les consignes de santé publique. Le fait d'aider les autres peut contribuer à votre mieux-être et au leur.
- Prenez le temps de réfléchir à ce qui a un sens ou de la valeur à vos yeux. Pensez aux choses importantes dans votre vie auxquelles vous pouvez vous accrocher quand vous traversez une période difficile.
- Limitez les facteurs qui vous causent du stress.
- Bien qu'il soit important de vous informer adéquatement, limitez le temps passé à chercher de l'information au sujet de la COVID-19 et de ses conséquences, car une surexposition peut contribuer à faire augmenter les réactions de stress, d'anxiété ou de déprime.



Outil numérique *Aller mieux à ma façon*

Aller mieux à ma façon est un outil numérique d'autogestion de la santé émotionnelle. Si vous vivez des difficultés liées au stress, à l'anxiété ou à la détresse, cet outil peut contribuer à votre mieux-être puisqu'il permet de mettre en place des actions concrètes et adaptées à votre situation. Pour en savoir plus, consultez [Québec.ca/allermieux](https://quebec.ca/allermieux)



Laissez vos émotions s'exprimer

- Gardez en tête que toutes les émotions sont normales, qu'elles ont une fonction et qu'il faut se permettre de les vivre sans jugement.
- Verbalisez ce que vous vivez. Vous vous sentez seul? Vous avez des préoccupations?
- Donnez-vous la permission d'exprimer vos émotions à une personne de confiance ou de les exprimer par le moyen de l'écriture, en appelant une ligne d'écoute téléphonique ou autrement.
- Ne vous attendez pas nécessairement à ce que votre entourage soit capable de lire en vous. Exprimez vos besoins.
- Faites de la place à vos émotions et aussi à celles de vos proches.



Utilisez judicieusement les médias sociaux

- Ne partagez pas n'importe quoi sur les réseaux sociaux. Les mauvaises informations peuvent avoir des effets néfastes et nuire aux efforts de tous.
- Utilisez les réseaux sociaux pour diffuser des actions positives.
- Regardez des vidéos qui vous feront sourire.



Adoptez de saines habitudes de vie

- Tentez de maintenir une certaine routine en ce qui concerne les repas, le repos, le sommeil et les autres activités de la vie quotidienne.
- Prenez le temps de bien manger.
- Couchez-vous à une heure qui vous permet de dormir suffisamment.
- Pratiquez des activités physiques régulièrement, tout en respectant les consignes de santé publique.
- Réduisez votre consommation de stimulants : café, thé, boissons gazeuses ou énergisantes, chocolat, etc.
- Buvez beaucoup d'eau.
- Diminuez ou cessez votre consommation d'alcool, de drogues, de tabac ou votre pratique des jeux de hasard et d'argent.

Aide et ressources

Le prolongement de cette situation inhabituelle pourrait intensifier vos réactions émotionnelles. Vous pourriez par exemple ressentir une plus grande fatigue ou des peurs envahissantes, ou encore avoir de la difficulté à accomplir vos tâches quotidiennes. Portez attention à ces signes et communiquez dès que possible avec les ressources vous permettant d'obtenir de l'aide. Cela pourrait vous aider à gérer vos émotions ou à développer de nouvelles stratégies.

- **Info-Social 811**
Service de consultation téléphonique psychosociale 24/7
- **Regroupement des services d'intervention de crise du Québec**
Offre des services 24/7 pour la population en détresse : centredecrise.ca/listecentres
- **Service d'intervention téléphonique**
Service de consultation téléphonique 24/7 en prévention du suicide : 1 866 APPELLE (277-3553)

De nombreuses autres ressources existent pour vous accompagner, consultez : [Québec.ca/allermieux](https://quebec.ca/allermieux)

[Québec.ca/allermieux](https://quebec.ca/allermieux)

 **Info-Social 811**

Québec 

Votre 
gouvernement

Finalistes 2021

Perséides 2021 mission RH

La Chambre de commerce et d'industrie Nouvelle-Beauce présente tous les finalistes de sa onzième édition du Gala des Perséides 2021, qui se tiendra samedi le **15 mai 2021** au Centre Caztel de Ste-Marie.

Le Gala des Perséides vise à saluer les efforts des entreprises et organisations de la Nouvelle-Beauce qui contribuent au développement socio-économique de la région.



CCINB
Chambre de commerce et
d'Industrie Nouvelle-Beauce
VOTRE RÉSEAU D'AFFAIRES

Prix reconnaissance

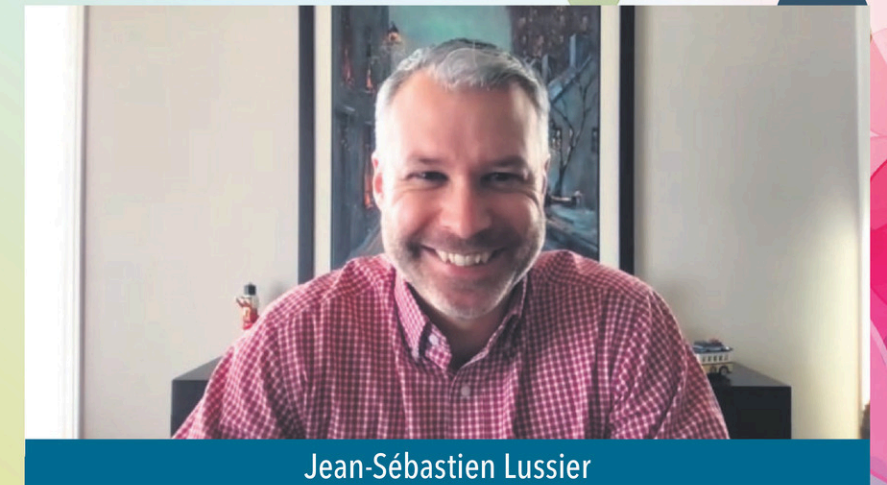
RESSOURCES HUMAINES SERVICES QUÉBEC



France Vallières

Québec

EXPORTATION, DPME



Jean-Sébastien Lussier



ENTREPRISE DE L'ANNÉE 2020, CÂBLE AXION



Sylvie Plouffe



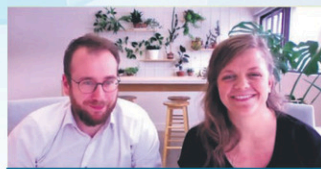
NOUVELLE ENTREPRISE NOUVEAU TRAVAILLEUR AUTONOME



Lepage Société de gestion immobilière



Breton revêtements métalliques



Aura Architecture Design



CONSTRUCTION



Ébénisterie de la Chaudière



Christian Marcoux cuisine et mobilier design



Les Fondations Performe Inc.



COMMERCE DE DÉTAILS



Les jardins de la Passion



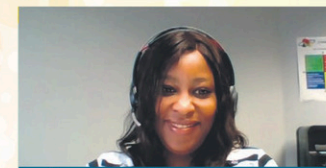
AD+ Armoires et décoration



Le Forgeron D'or



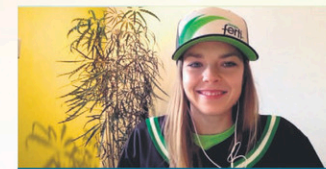
INNOVATION



Texel Matériaux Techniques



Aux fruits de la Colline



Groupe Ferti



RELÈVE EN ENTREPRISE



Vachon Breton, S.A.



Club Voyages Fascination



Porc SB Inc.



TOURISME, ARTS ET CULTURE



Woodooliparc



Marco Côté Productions



Resto Pub DIX93 par Frampton Brasse

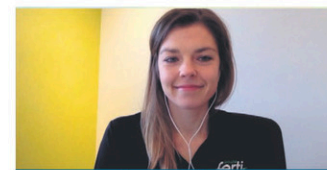
ENTREPRISES DE SERVICES



Gym Élite Coach



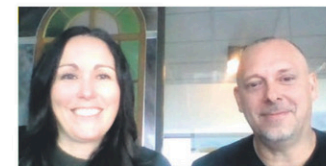
Avantis Coopérative



Groupe Ferti



ENVIRONNEMENT



ComAgro Inc.



Chemin de fer Sartigan



Vachon école de conduite supérieure



ENTREPRISE AGROALIMENTAIRE



Les sucreries de Chloé



Aux fruits de la Colline



Bleuetière Marland



ENTREPRISE MANUFACTURIÈRE



AD+ Armoires et décoration



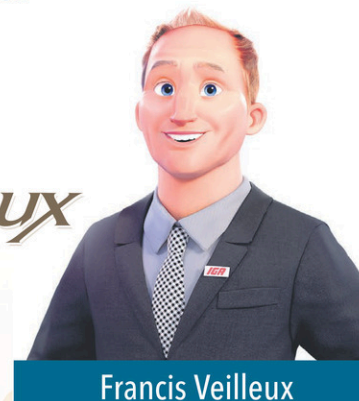
Groupe Mondial (Métal Bernard)



WestRock



SOUS LA PRÉSIDENTE D'HONNEUR DE



Francis Veilleux

PARTENAIRE MAJEUR ET PRIX COUP DE COEUR

PROMUTUEL
ASSURANCE



Anne Vaillancourt

Finalistes 2021

Perséides 2021 mission RH

La Chambre de commerce et d'industrie Nouvelle-Beauce présente tous les finalistes de sa onzième édition du Gala des Perséides 2021, qui se tiendra samedi le **15 mai 2021** au Centre Caztel de Ste-Marie.

Le Gala des Perséides vise à saluer les efforts des entreprises et organisations de la Nouvelle-Beauce qui contribuent au développement socio-économique de la région.



CCINB
Chambre de commerce et
d'Industrie Nouvelle-Beauce
VOTRE RÉSEAU D'AFFAIRES

Prix reconnaissance

RESSOURCES HUMAINES SERVICES QUÉBEC



France Vallières

Québec

EXPORTATION, DPME



Jean-Sébastien Lussier



ENTREPRISE DE L'ANNÉE 2020, CÂBLE AXION



Sylvie Plouffe



NOUVELLE ENTREPRISE NOUVEAU TRAVAILLEUR AUTONOME



Lepage Société de gestion immobilière



Breton revêtements métalliques



Aura Architecture Design



CONSTRUCTION



Ébenisterie de la Chaudière



Christian Marcoux cuisine et mobilier design



Les Fondations Performe Inc.



COMMERCE DE DÉTAILS



Les jardins de la Passion



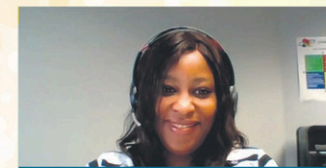
AD+ Armoires et décoration



Le Forgeron D'or



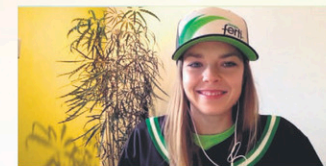
INNOVATION



Texel Matériaux Techniques



Aux fruits de la Colline



Groupe Ferti



RELÈVE EN ENTREPRISE



Vachon Breton, S.A.



Club Voyages Fascination



Porc SB Inc.



TOURISME, ARTS ET CULTURE



Woodooliparc



Marco Côté Productions



Resto Pub DIX93 par Frampton Brasse

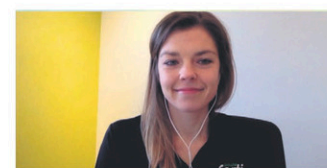
ENTREPRISES DE SERVICES



Gym Élite Coach



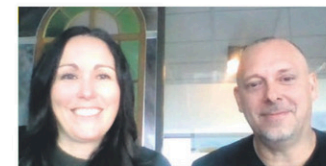
Avantis Coopérative



Groupe Ferti



ENVIRONNEMENT



ComAgro Inc.



Chemin de fer Sartigan



Vachon école de conduite supérieure



ENTREPRISE AGROALIMENTAIRE



Les sucreries de Chloé



Aux fruits de la Colline



Bleuetière Marland



ENTREPRISE MANUFACTURIÈRE



AD+ Armoires et décoration



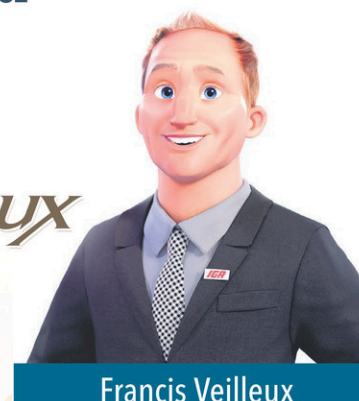
Groupe Mondial (Métal Bernard)



WestRock



SOUS LA PRÉSIDENTE D'HONNEUR DE



Francis Veilleux

PARTENAIRE MAJEUR ET PRIX COUP DE COEUR

PROMUTUEL
ASSURANCE



Anne Vaillancourt

rabaischocs.com



**DES
CENTAINES
d'offres
exclusives!**

à petits prix!

**Certificats cadeaux
de vos marchands locaux**

Beauce
VOTRE MÉDIA D'ICI
Média.ca



**BIJOUTERIE
CLERMONT
LABRECQUE**

**50\$
pour
30\$**



**ESTHÉTIQUE
ESSENTIEL**

**140\$
pour
80\$**



**DOMAINE
DU RADAR**

Forfait LE NORAD
pour 2 nuitées
600\$
pour **360\$**
Forfait LE GÉNÉRAL
pour 2 nuitées
750\$
pour **450\$**



**NADINE BERGERON
OPTICIENNE**

**50\$
pour
30\$**

Visitez le **rabaischocs.com** pour prendre connaissance de ces offres limitées.

10 - BEAUCE MÉDIA - Le mercredi 6 janvier 2021

>290367

Caroline Audet et Vicky Fortin.

(Photo Capture d'écran)



« Naël » a ses raisons

HUBERT LAPOINTE
redaction@beaucemedia.ca

HUMOUR. Afin de mettre un baume sur la grisaille actuelle, et en attendant de reprendre les tournages et sa très précieuse scène, Caroline Audet, directrice du Théâtre de l'Hôtel de Ville de Saint-Joseph et artiste-fondatrice de l'école de théâtre CaroSol en Scène, vient de ressortir sur Facebook sa vidéo « Joyeux Naël! » qui parodie la série télévisée « Le cœur a ses raisons ».

L'idée est partie d'une blague pour l'anniversaire de son conjoint. En compagnie de sa collègue comédienne Vicky Fortin, les deux comédiennes ont reproduit une courte scène de ladite série.

« On a tellement rigolé... Ça a pris plusieurs prises, vu les fous rires, mais le résultat est là! Vicky a fait ensuite le montage », a commenté Caroline Audet.

Humble, la Georgienne hésitait à publier la vidéo sur les réseaux sociaux, mais elle a vite réalisé que les gens embarquaient dans sa folie.

« Cela a ravivé de beaux souvenirs pour les adeptes de la série télévisée. Mon objectif était personnel: avoir du plaisir à tourner une scène loufoque avec ma belle amie. Je carbure aux éclats de rire et ainsi, créer des souvenirs mémorables. Ensuite, je l'ai partagé sur ma page pro de l'école de théâtre afin d'en faire profiter mes abonnés. Je tenais également à leur souhaiter

un "Joyeux Noël" d'une façon unique, à la manière théâtrale! », a-t-elle affirmé.

Pour le moment, une seule vidéo est disponible en ligne, via la page « ecoledetheatre-carosolenscene » sur Facebook. Toutefois, les deux complices n'ont pas dit leur dernier mot.

« Nous aimerions en faire une nouvelle à l'épicerie. Nous avons quelques folies en tête! J'ai souvent des scénarios dans ma tête, j'éclate de rire, seule dans mon véhicule. Habituellement, je garde le tout pour moi, mais dorénavant, j'ose de plus en plus dévoiler cette créativité absurde! [...] L'absurde est un type d'humour exutoire où les folies sont permises, où l'on peut exagérer au maximum les travers de l'humain. Je parle beaucoup de cette série à mes élèves de l'école de théâtre parce qu'elle démontre à l'extrême que le ridicule ne nuit pas. »

POUR LES ENFANTS

Depuis 3 ans, sa troupe de théâtre fait des animations interactives avec les enfants dans les parcs de Sainte-Marie. En contexte de pandémie, où la réouverture des salles de spectacles est incertaine, M^{me} Audet travaille actuellement à monter un théâtre d'été, version mobile, pour les enfants.

« Nous offrirons nos services aux municipalités avoisinantes pour des animations interactives extérieures afin de propager le rire chez nos familles d'ici », a-t-elle avancé.

À suivre...

ARTS VISUELS



Guylaine Jacques sélectionnée pour « Les Pastellistes »

La pastelliste Guylaine Jacques est l'une des 500 artistes à avoir été sélectionnés afin de prendre part à l'exposition internationale virtuelle « Les Pastellistes » de la Société de Pastel de l'Est du Canada. Celle-ci est accessible jusqu'au 15 mars au <https://pastelsec.com/exposition-les-pastellistes/>. Notons qu'il s'agit de la deuxième participation de la Beauceronne à l'exposition.

(H.L.) (Photo Mustapha Kabil)



LE COMMENTAIRE

de Hubert Lapointe

Je me vengerai!

C'était quoi ce Noël-là? C'était tellement déprimant que c'en était fâchant, et ce n'est pas de ma corpulente (mais non moins ravissante) bedaine que je parle lorsque je dis que je suis resté sur ma faim. Attention Noël 2021, ça va brasser...

D'abord, la préparation. Je vais rester tellement longtemps sous la douche que mon chauffe-eau va se dessécher, alors que ma peau deviendra encore plus ridée que celle d'un centenaire insomniaque qui vient de croquer dans un citron. Assez pour sabler entièrement un escalier juste en déboulant les marches!

Pendant ce temps, mes ongles seront si parfaitement taillés que je vais pouvoir aller chercher un sapin dans la forêt sans hache. (Il ne faut juste pas que ça me pique et que je me gratte pendant la soirée...)

Aussi, je vais avoir une coiffure tellement extravagante que ma coiffeuse va en faire une tendinite. Je vais capter les ondes courtes. Le plus grand des orignaux va s'ennuyer de sa mère!

Bien entendu, je ne lésinerai pas sur le parfum. À moi seul, je vais tellement embaumer

l'atmosphère que les mouffettes vont en perdre leurs rayures. Des éboueurs et des épandeurs de purin vont tomber amoureux. S'il vente un peu, les Brésiliens vont se promener le nez en l'air en se demandant: «À cause que ça sent bon d'même?» (Admettons qu'il y a un Saguenay aussi au Brésil...)

Ensuite, les vêtements. Je vais tellement être chic que la famille royale va en faire des complexes. On va me mesurer en carats. Mon miroir va m'applaudir et l'acteur qui fait Aquaman va en devenir mauve de jalousie! (Je n'ai pas envie de chercher son vrai nom, il m'écoeure trop...)

Enfin, au moment du réveillon, ce sera la folie furieuse. Il faudra trois ou quatre sapins pour mettre tous les cadeaux. Les enfants vont en faire des ampoules aux doigts à force de déballer tout ça! Après, il y aura tellement de jeux organisés que le Club Med va me vouloir comme G.O., je vais manger à me faire exploser un ou deux estomacs (Ça doit se vendre sur Kijiji?), et pour finir, amenez-en des joues. Je vais bécoter tout le monde jusqu'au mois de mai!!



BREF MÉDIA

Autres

Fermières Saint-Joseph: La rencontre mensuelle fait relâche. Le thème du mois de janvier est: Fièvre de mon appartenance. Nous vous revoilà sous forme de Salon Facebook le 10 février. Le thème du mois de février: Fièvre d'encourager l'achat local. La couleur du mois suggérée pour les projets à présenter lors de la rencontre virtuelle est le rose. Joignez-vous à nous!

Châtelaines Sainte-Marie: Rallye dictionnaire sur le thème: Petit et grand. Vous avez jusqu'au 15 janvier pour le compléter. Les profits seront versés au Relais pour la vie de Beauce-Nord. Le rallye est disponible dans les dépanneurs de la région. Infos: 418 387-4902.

Lien-Partage: Lien-Partage continue d'offrir ses services en s'adaptant aux conditions actuelles. N'hésitez pas à nous contacter au 418 387-3391.

Tel-Écoute du Littoral: Service anonyme et confidentiel aux personnes qui souffrent de solitude, d'anxiété, etc. On peut appeler sans frais au 1 877 559-4095 du lundi au vendredi entre 18h et 3h ainsi que les samedis et dimanches de midi à 3h AM.

Ange Gardien Nouvelle-Beauce: Vous vivez une période difficile ou avez besoin d'être accompagné pour régler un problème? Le service d'Ange Gardien est gratuit et confidentiel. Infos: Mélanie au 418 387-3391.

Groupes familiaux Al-Anon et AA: AA te tend la main si tu veux être sobre et heureux. Infos: 418 386-7267 ou aa.quebec.org. Al-Anon, un groupe d'entraide pour toutes personnes dérangées par la consommation d'un proche, peut t'aider. Infos: 1 844 725-2666 ou www.al-anon.alateen.org.

Centre de recherche d'emploi Beauce-Etchemins: Vous êtes sans emploi? Vous avez 18 ans et plus? Bénéficiez de nos services personnalisés et gratuits. Infos: 418 227-5445, 418 386-4445, ou au www.crebe.qc.ca.

Gamblers anonymes: Problème de jeu? Réunion tous les dimanches à 10h30 au 717 de la rue Saint-Alfred à Sainte-Marie. Infos: 1 866 484-6664.

Club mariverain de généalogie: Si vous avez besoin d'aide pour la recherche d'informations sur vos ancêtres ou sur l'histoire des terres de Sainte-Marie ou de Saint-Elzéar, contactez-nous par courriel à clubmg@live.ca. Bien que notre local soit fermé en raison de la pandémie, nos bénévoles restent disponibles pour vous aider à distance.

Sainte-Marie: Tu es un ancien cursilliste et tu as le goût de faire revivre le mouvement à Sainte-Marie? Contactez Gilles Tanguay au 418 221-5088 ou au 581 224-6577.

PETITES ANNONCES CLASSÉES

POUR TOUT ACHETER ET TOUT VENDRE, près de chez vous

Profitez également de la parution GRATUITE de votre annonce sur VosClasses.ca.

IMMOBILIER 100 à 299
MARCHANDISE 300 à 399
SERVICES 400 à 599
EMPLOI ET FORMATION 600 à 799
ÉVÈNEMENTS SPÉCIAUX 800 à 899
VÉHICULES 900 à 999

1-866-637-5236 ou 418 387-8000 poste 0

205 Logements / appartements à louer

3-1/2, très propre, meublé sauf chambre et salon, non chauffé, non éclairé, 142 125e Rue, Saint-Georges. Libre 1er février, 350\$/mois. 418-831-4523

245 Chambre à louer

VALLÉE-JONCTION Inklus: vaisselle, chaudrons, literie, câble, internet, téléphone, endroit tranquille, propre. 418-253-5787

484 Services divers

SAAQ-SAAQ-SAAQ Victime d'un accident automobile? Vous avez des blessures? Contactez-nous. Consultation gratuite. M. Dion Avocats tél 1-855--282-2022 www.sos-saaq.com

585 Services financiers divers

SOLUTIONS À L'ENDETTEMENT. Restez à la maison! Tout se fait en ligne. Laissez nous vous aider. Trop de dettes? Reprenez le contrôle. Plusieurs bureaux en Beauce pour vous servir. MNP Ltée, Syndics autorisés en insolvabilité. 418-425-1127

210 Logements / appartements chauffés à louer

GRAND 2-1/2, 659, 165e Rue, St-Georges-de-Beauce, très propre, à proximité borne taxi bus, chauffé, éclairé, 4 électros, stationnement déneigé, 460\$/mois. Non-fumeur. 418-222-3838

424 Astrologie/occultisme

Ana Médium, spécialiste des questions amoureuses depuis 25 ans. Le secret des rencontres positives, la méthode pour récupérer son ex et des centaines de couples sauvés durablement, réponses précises et datées. Tél.: 514-613-0179

485 Agence de rencontre avec permis

CONTACTS directs et rencontres sur le service #1 au Québec! Conversations, rencontres inattendues, des aventures inoubliables vous attendent. Goûtez la différence! Appelez le 438-899-7001 pour les écouter, leur parler, ou, depuis votre cellulaire faites le #(carré)4676. Pour les voir et mieux les connaître: www.MediumQuebec.com

845 Prières/remerciements

REMERCIEMENTS au Sacré-Coeur pour faveur obtenue. Que le Sacré-Coeur de Jésus soit loué, adoré et glorifié à travers le monde entier pour des siècles et des siècles, Amen. Dites cette prière 6 fois par jour pendant 9 jours et vos prières seront exaucées même si cela semble impossible. N'oubliez pas de remercier le Sacré-Coeur avec promesse de publication quand la faveur sera obtenue. L.P.

225 Propriétés à louer

STE-MARIE: jumelé 2 chambres, piscine creusée, non chauffé, non éclairé, pas de chiens. 418-389-8896

555 Argent à prêter

FINANCEMENT HYPO-THÉCAIRE PRIVÉ ET AUTOMOBILES À VENDRE. Service rapide peu importe votre région. Aucun cas refusé, léger dépôt. Conditions de financement flexible. Financement Brissou 1-866-566-7081 www.automobilebrissou.com

AVIS PUBLIC

OFFRE D'EMPLOI

Adjoint(e) administratif(ve)

ENSEMBLE VERS L'AVENIR

Responsabilités

Sous la supervision de la directrice générale, l'adjoint (e) administratif (ve) assume des responsabilités liées au secrétariat et différentes opérations de la Municipalité.

Description sommaire du poste :

- Recevoir les citoyens et répondre aux appels
- Tenir à jour le système de classement
- Constituer et tenir à jour divers documents
- Composer, adapter, corriger ou produire la correspondance courante, des notes de service, des rapports et des tableaux
- Rédiger le journal local mensuellement
- Ouvrir et distribuer le courrier. Expédier les documents et diverses marchandises
- Préparer la documentation et effectuer l'assemblage de documents pour les différentes assemblées du conseil municipal
- Tenir à jour le site web de la municipalité et la page Facebook
- Classer et entrer les factures dans le système comptable et préparer les paiements
- Tenir à jour les petites caisses et préparer les dépôts d'argent
- Encaisser les paiements, (chèques, SIPC, argent comptant) de taxes
- Réaliser toutes autres tâches connexes à son poste et exigées par la direction générale

Exigences

Compétences et qualités personnelles recherchées :

- Formation professionnelle ou collégiale en relation avec le poste
- En l'absence d'une formation reconnue, posséder une expérience de travail pertinente de niveau équivalent
- Très bonne maîtrise des logiciels de la suite Microsoft Office
- Connaissance du logiciel CIM (un atout)
- Détenir une expérience dans le milieu municipal pour un poste similaire (un atout)
- Bonnes habiletés de communication verbale et écrite et de rédaction
- Excellente maîtrise du français
- Faire preuve d'une grande polyvalence, d'autonomie et d'initiatives
- Sens de l'organisation et de la planification stratégique
- Discernement et jugement, discrétion, tact et diplomatie

Conditions de travail

- 34,5 heures / semaine et horaire d'été
- REER collectif
- Assurance collective
- Salaire à discuter selon expérience et compétence et politique salariale en vigueur

Les personnes intéressées peuvent transmettre leur curriculum vitae avant le 18 janvier 2021 par courriel à dg@sainte-marguerite.ca ou par la poste à l'adresse suivante :

268 rue Saint-Jacques
Sainte-Marguerite (Québec) G0S 2X0

La COVID-19 a un impact majeur sur la qualité de vie et la santé des femmes

STÉPHANE LÉVESQUE,
INITIATIVE DE JOURNALISME LOCAL
slevesque@icimedias.ca

CORONAVIRUS. La pandémie a entraîné de graves conséquences sur la santé et la qualité de vie des femmes et creuse davantage les inégalités existantes entre les femmes et les hommes, notamment en matière d'emploi et de conciliation famille-travail-études, indique un rapport de l'Association pour la santé publique du Québec (ASPQ) et de l'Observatoire québécois des inégalités (OQI).

« Le sondage révèle que plus de femmes que d'hommes ont perdu leur emploi, soit temporairement soit définitivement durant la crise sanitaire. Elles vivent une grande précarité sociale qui leur fait craindre de ne pas pouvoir faire face à leurs obligations financières, ce qui a des répercussions majeures sur leur santé physique et mentale. Les femmes qui ont gardé leur emploi ont dû transformer complètement leur quotidien. S'occuper des tout-petits et accomplir leurs tâches professionnelles en parallèle est extrêmement complexe: tout en diminuant leurs heures de travail, elles doivent répondre aux mêmes objectifs et contourner les problèmes engendrés par la fermeture des écoles et des services de garde ou la suspension des activités de loisirs des enfants », constate Marianne Dessureault, porte-parole de l'ASPQ.

« Les répercussions de la COVID-19 mises en relief dans le sondage et par les organisations partenaires sont convergentes ou complémentaires avec les résultats de la revue de littérature. La littérature examinée nous apprend que toutes les sphères de la vie des femmes sont affectées par la crise sanitaire. Mais, les inégalités existantes en matière d'emploi se sont aggravées et cette aggravation fait même craindre un recul de l'égalité entre les sexes », a affirmé Sandy Torres, rédactrice-analyste à l'OQI, en précisant que 1500 femmes ont été sondées.

La situation d'urgence sanitaire a également engendré d'autres conséquences sur la santé physique et mentale des femmes et sur leur qualité de vie comme la surexposition au risque d'infection en raison de la prédominance des femmes dans le secteur de la santé, la charge familiale accrue, la diminution des revenus et l'augmentation de situations de violence et d'exploitation. Pour pallier à cette situation, l'ASPQ et l'OQI recommandent au gouvernement d'appliquer l'analyse différenciée selon les sexes et intersectionnelle (ADS+) dans tous ses règlements, lois, politiques et plans d'action. L'ADS+ permet d'agir avec efficacité sur les inégalités et de réduire les écarts entre les femmes et les hommes. De plus, ces organismes proposent une politique et un plan d'action spécifiques à la santé et à la qualité de vie des femmes. Selon eux, il est crucial de soutenir la conciliation famille-travail-études par des mesures d'accommodement pour les parents qui ont des



Toutes les sphères de la vie des femmes sont affectées par la crise sanitaire.

(Photo - libre de droits)

enfants confinés (accès à des services de garde éducatifs, services supplémentaires de halte-garderie et de répit pour garder des enfants ayant des besoins particuliers, etc.).

Le Canada examine encore le vaccin d'AstraZeneca

GODLOVE KAMWA,
INITIATIVE DE JOURNALISME LOCAL
godlove@icimedias.ca

CORONAVIRUS. Malgré l'autorisation de la Medicines and Healthcare products Regulatory Agency (MHRA) du Royaume-Uni, Santé Canada affirme qu'elle ne peut fournir d'échéancier précis quant à la fin du processus d'examen du vaccin d'AstraZeneca.

En effet, le fabricant doit encore fournir des renseignements et des données aux fins d'examen. Le vaccin d'AstraZeneca, développé par l'université d'Oxford et la multinationale AstraZeneca basée en Angleterre,

serait plus accessible et plus facile à conserver. Contrairement aux vaccins de Pfizer-BioNTech et de Moderna qui exigent respectivement des températures de -70 degrés et -20 degrés, il peut être conservé dans des congélateurs ordinaires. Cet aspect allège les conditions logistiques de son approvisionnement.

Le vaccin d'AsraZeneca a été soumis au Canada le 1^{er} octobre. Santé Canada dit avoir mis en place un processus continu qui permet de réduire les délais d'examen des vaccins contre la COVID-19 sans compromettre l'innocuité, l'efficacité et la qualité des produits.

Les vaccins de Pfizer-BioNTech et de Moderna ont été approuvés respectivement



Le vaccin d'AsraZeneca a été soumis au Canada le 1^{er} octobre. (Photo - libre de droits)

les 9 et 23 décembre derniers au Canada. Des doutes avaient été émis sur l'efficacité du vaccin d'AstraZeneca en novembre en raison des écarts dans les résultats. L'université d'Oxford et la compagnie AstraZeneca avaient alors reconnu une erreur de dosage dans la réalisation de leur essai clinique de phase III.

Le vaccin a fait l'objet d'une étude supplémentaire, alors que son taux d'efficacité était estimé à 70%. Maintenant qu'il a été autorisé, le fabricant va pouvoir mettre sur le marché en début d'année les quelque 3 milliards de doses initialement annoncés. Le Royaume-Uni en a commandé 100 millions.

À LOUER

4 1/2 neuf
à partir de juin 2021
825\$ par mois, non chauffé, non éclairé, thermopompe, stationnement, cabanon et balcon.

152, rue Principale, Sainte-Hénédine
Contactez 418 803-6293 ou 418 808-5400

À LOUER
Appartement 1 1/2

Services offerts:

- 3 repas/jour
- Distribution des médicaments
- Entretien ménager incluant le lavage et repassage
- Surveillance 24h/24
- Internet
- 1500\$/mois

627, rue du verger, St-Elzéar
Pour information 418-386-3830 ou 418-929-4055

La **CLÉ** pour tous vos besoins **IMMOBILIER! ACHAT - VENTE - FINANCEMENT**

LOUISE BILODEAU
COURTIER IMMOBILIER AGRÉÉ
www.groupeclédor.com
418 390-2838
1011, boul. Vachon N.
Ste-Marie

| | | |
|--|--|--|
| FRAMPTON TERRAINS CONSTRUCTIBLES | 936 et 939 des Frères-Paré STE-MARIE VENDU | 333 Principale ST-NARCISSE-DE-BEAURIVAGE NOUVEAU |
| 169, route Fraser BEAUCVILLE SANS VOISIN ARRIÈRE | STE-MARIE - PINTENDRE - ST-APOLLINAIRE - ST-ISIDORE | 6 ^e Rue SCOTT TERRAINS Possibilité de -10 jumelés ou -8 maisons unifamiliales |
| 353, ave Rose-Anna-Giroux STE-MARIE PROMESSE D'ACHAT EN COURS | 524-526 des Découvreurs ST-ELZÉAR | 179 et 181, Route Fraser BEAUCVILLE AVEC GARAGE |

NOUVEAU: PLAFOND TENDUS 12 X 12 (1 250\$ + TXS)

VILLE DE SAINTE-MARIE
...pour la vie!

Avis d'appel d'offres
Réhabilitation d'aqueduc par chemisage sur la route Cameron
« dossier numéro 1423-02-133 »

AVIS est par les présentes, donné, que la Ville de Sainte-Marie demande des soumissions pour la réhabilitation d'aqueduc par chemisage sur la route Cameron.

Dans le cadre du *Programme de la taxe sur l'essence et de la contribution du Québec (TECQ)*, la Ville de Sainte-Marie procède à la réhabilitation d'aqueduc pour deux (2) sections, et ce, pour un total de 230 mètres.

Les documents complets d'appel d'offres seront **disponibles dès le 7 janvier 2021** sur le site Internet de SEAO, à l'adresse suivante : www.seao.ca. L'obtention des documents est sujette à la tarification de cet organisme et les coûts sont non remboursables.

Les soumissions devront être reçues **avant 11 h 30, le 1^{er} février 2021**, au bureau de la greffière, sis au 270, avenue Marguerite-Bourgeoys, Ville de Sainte-Marie (Québec) G6E 3Z3.

Tout soumissionnaire est invité à assister à **l'ouverture des soumissions qui aura lieu, le 1^{er} février 2021 à 11 h 30**, à la salle du conseil, sise au 270, avenue Marguerite-Bourgeoys, Ville de Sainte-Marie (Québec) G6E3Z3.

La Ville de Sainte-Marie ne s'engage à accepter ni la plus basse, ni aucune des soumissions reçues, ni à encourir aucuns frais, ni aucune obligation d'aucune sorte envers le ou les soumissionnaires.

Donné à Ville de Sainte-Marie,
ce 15 décembre 2020

M^e Hélène Gagné, OMA
Greffière

>259973



RE/MAX Avantages

AGENCE IMMOBILIÈRE

Tout à votre avantage!

Votre agence à Sainte-Marie
387, Marguerite-Bourgeoy
418 386-1001



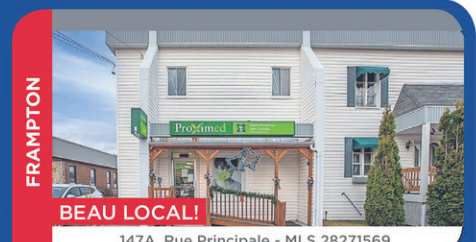
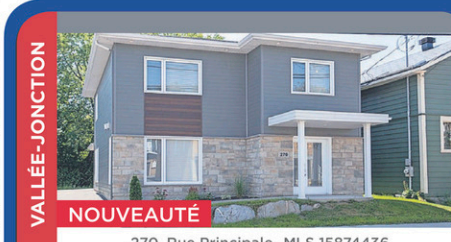
Marie-Eve Girard inc.

Courtier immobilier résidentiel
418 389-4212



William Boutin

Courtier immobilier,
Société Immobilière par actions
418 386-1001



Kathy Doyon

Courtier immobilier
résidentiel et commercial
418 386-1001 - cell.: 418 928-8165



Jacky Breton inc.

Courtier immobilier,
résidentiel et commercial
418 389-7621



Quartier C La nature au max! **QUARTIER RÉSIDENTIEL** À l'arrière de La cache à Maxime

DEUX MODÈLES À VISITER

RELAX - À partir de 227 500\$ + tx - ristourne ZEN - À partir de 201 940\$ + tx - ristourne

PHASE 2 DÉMARRÉE
RÉSERVEZ MAINTENANT
DEMANDEZ UNE VISITE



Vous voulez vendre en 2021?
Communiquez avec moi! Plusieurs acheteurs qualifiés.

À JAMAIS DANS
NOS COEURS
INMEMORIAM.CA

AVIS DE DÉCÈS



**BRETON,
Dominique**
(Sainte-Marguerite)

Au CHSLD Paul-Gilbert de Charny (Québec), suite aux conséquences liées à la COVID-19, le 30 décembre 2020, à l'âge de 97 ans, est décédé M. Dominique Breton. Il était le fils de feu Joseph Breton et de feu Antoinette Dallaire. Il était natif de Sainte-Marguerite.

En raison des circonstances exceptionnelles, les funérailles auront lieu à une date ultérieure, lorsque les rassemblements seront possibles. Un avis sera publié lorsque la date et le lieu seront déterminés.

Il laisse dans le deuil ses frères et sœurs :

Feu Charles-Eugène (feu Germaine DeBlois), Aquiline (feu Raymond DeBlois), feu Daniel (feu Yvette DeBlois), feu Jean-Luc, feu Barthélémy, feu Père Jacques, marianiste, feu Colette (François Bouffard), feu Stéphane (feu Aldéa Fréchette), feu Frère Irénée, marianiste, feu Joachim, Denise (feu Jacques Giroux) et Pauline (Denis Laflamme).

Il laisse également dans le deuil plusieurs neveux, nièces, cousins, cousines et ami(e)s.

Remerciements:

La famille teint à remercier de tout cœur les membres de l'équipe de l'aile du Carrefour du CHSLD de Charny, spécialement la Dr. Ariane Girard, pour leur grand dévouement et les soins prodigués pendant toutes ces années.

Pour renseignements :

Edgar Mercier & Fils
418-387-4080
info@edgarmercier.com
Membre CTQ



>290391

AVIS DE DÉCÈS



**ROY,
DESROCHERS
Aline**
(1944-2020)

Au CHSLD Vigi Notre-Dame de Lourdes de Saint-Michel-de-Bellechasse, le 26 décembre 2020, à l'âge de 76 ans, est décédée madame Aline Desrochers, épouse de feu monsieur Rodolphe Roy. Elle demeurait autrefois à Saint-Isidore. Elle laisse dans le deuil sa fille Sylvie Roy, ses frères : feu Jean Desrochers (Gilberte Bilodeau), Magella Desrochers (Gisèle Renaud) et Gilles Desrochers; ses beaux-frères et belles-sœurs de la famille Roy, plusieurs neveux, nièces, autres parents et ami(e)s.

Une cérémonie a eu lieu à la chapelle du Complexe Blais, Gilbert & Turgeon, à Lévis, le dimanche 3 janvier dernier.

Si vous désirez visionner la célébration en différé, nous vous invitons à vous à rendre sur notre site www.groupegarneau.com, à consulter son avis de décès et à cliquer sur l'onglet « voir la cérémonie ».

Pour renseignements :



THANATOLOGUE

418-839-8823

>290352

MESSE 5^E ANNIVERSAIRE



**P. RHÉAUME
Annette**

Une mère, une conjointe, une sœur, une tante, une cousine et une amie!

Il est difficile de croire que cela fait déjà 5 ans que nous n'avons pas partagé avec toi; un sourire, une

jassette ou pris un bon p'tit café en ta compagnie.

Seule la pensée de la fin de tes souffrances nous a aidés à surmonter ce vide immense laissé par ton départ.

Pourtant ton rire et ta présence nous manques encore tellement.

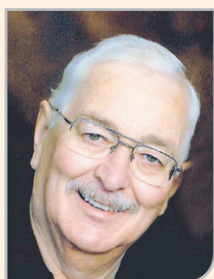
Que de fois, nous aimerions te faire part de nos joies, de nos projets... mais malgré tout, nous sommes persuadés que tu jettes toujours un coup d'œil!

Continue d'être notre ange gardien, de veiller sur nous tous comme tu l'as toujours bien fait.

Nous ne t'oublierons jamais, tu resteras unique dans notre cœur!

**Ton époux, tes enfants,
tes petits-enfants et tes proches.**
>289926

AVIS DE DÉCÈS



**GIGUÈRE
André**
(1941-2020)

À l'Hôpital de l'Enfant-Jésus, le 29 décembre 2020, à l'âge de 79 ans, est décédé M. André Giguère, époux dame Pierrette Mercier, fils de feu Louis Giguère et de

feu Claire Dulac. Il demeurait à Scott.

ÉTANT DONNÉ LES CIRCONSTANCES ACTUELLES, EN PÉRIODE DE COVID, selon les normes de salubrité présentement en vigueur (tout en respectant un nombre maximal de 25 personnes à l'intérieur) la famille recevra les condoléances vendredi le 8 janvier de 9 h à 10 h 45, à la Maison funéraire Nouvelle Vie inc. de Sainte-Marie et une Célébration de la parole aura lieu à 11 h **EN TOUTE INTIMITÉ.**

La direction a été confiée à la MAISON FUNÉRAIRE NOUVELLE VIE INC., 1130, NOTRE-DAME NORD, SAINTE-MARIE, BEAUCE.

Outre son épouse, il laisse dans le deuil **ses enfants** : Denis (Marie-Ève Leblanc), Lucie (Luc Dufour) et Christian (Annie Lavoie); **ses petits-enfants** : Marie-Maude Bouchard, Anne-Marie Giguère (William Imbeault), Julianne Bouchard et Camille Giguère. **Il était le frère** de feu Louise (Jacques Sioui), Micheline (feu Michel Sanfaçon) et Yvon (Denise Sanfaçon). **Il était le beau-frère** de feu Jean-Charles Mercier (Simone Côté), feu Yolande Mercier (feu Jean-Louis Picard), feu Jean-Louis Mercier (feu Florine Bédard), feu Jacqueline Mercier (feu Gérard Drolet; Robert Amyot), Michel Mercier (feu Rita Mac Lellan; Francine Côté) et Lucille Mercier (Jean-Marc Harnois). Il laisse également dans le deuil plusieurs neveux, nièces, cousins, cousines et amis.

La famille désire remercier tout le personnel de l'Hôpital de l'Enfant-Jésus pour leur grand dévouement et les bons soins prodigués.

Vos témoignages de sympathie peuvent se traduire par un don à la Fondation des maladies du cœur et de l'AVC (1434, rue Sainte-Catherine Ouest, bureau 500, Montréal, H3G 1R4) : <https://www.coeuretvc.ca/>

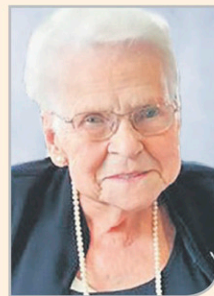
Pour renseignements :



Téléphone: (418) 397-4000 Sans frais: 1-866-610-5255
Télécopieur: (418) 397-5255 Site Web: www.nouvellevie.ca
Courriel: info@nouvellevie.ca
Membre de la Corporation des Thanatologues du Québec

>290370

REMERCIEMENTS



**VACHON
Anne-Marie**

La famille de Anne-Marie Vachon (née Leclerc) a été très touchée par

les marques de sympathie que vous nous avez manifestées à la suite de son décès.

Nous vous en remercions sincèrement.

**Son époux Gérard Vachon et ses
enfants Mireille, Mario, Goretti,
Guimond, Renelle, Guylenne**

>290277

AVIS DE DÉCÈS



**LESSARD
Marc-André**
(1943-2020)

À l'Hôtel-Dieu de Lévis, le 12 décembre 2020, à l'âge de 77 ans, est décédé M. Marc-André Lessard, époux de Charlyne Bisson, fils de feu Antonio Lessard et

de feu Juliette Plante. Autrefois de Saint-Séverin, il demeurait à Sainte-Marie.

ÉTANT DONNÉ LES CIRCONSTANCES ACTUELLES, EN PÉRIODE DE COVID, selon les normes de salubrité présentement en vigueur (tout en respectant un nombre maximal de 25 personnes à l'intérieur) la famille recevra les condoléances Vendredi le 8 janvier 2021 de 19 h 00 à 21 h 30

Samedi le 9 janvier 2021 de 9 h à 10 h 45, à la Maison funéraire Nouvelle Vie inc. de Sainte-Marie et des funérailles auront lieu en l'église de Sainte-Marie à 11 h **EN TOUTE INTIMITÉ.**

La direction a été confiée à la MAISON FUNÉRAIRE NOUVELLE VIE INC., 1130, NOTRE-DAME NORD, SAINTE-MARIE, BEAUCE.

Outre son épouse, il laisse dans le deuil **ses enfants** : Manon (Claude Bilodeau), Annie (Guy Desbiens), Carol, Marco (Anne-Geneviève Bélique), Sandy (Christian Bisson) et Monia (Alain Létourneau); **ses petits-enfants** : Nathan (Rosalie Perreault), Jade (Anthony Dumont), Mégane (Justin Dumont), Alec, Logan, Anthony, Gabrielle, Frédérique, Flavie, Mila, Simon-Olivier, Maxence, Daphnée, Jordan, Alyssa, et Emie ainsi que les membres des familles Lessard et Bisson.

La famille désire remercier tout le personnel de l'Hôtel-Dieu de Lévis, spécialement le Dr Daniel Roux pour les bons soins prodigués tout au long de sa vie, le personnel du CLSC pour les bons soins à domicile et un merci tout spécial à Carolle, une amie de la famille.

Vos témoignages de sympathie peuvent se traduire par un don à la Fondation des maladies du cœur et de l'AVC (4715 Avenue des Replats, Québec (Québec) G2J 1B8) : <https://www.coeuretvc.ca/> ou à la Fondation de l'Hôtel-Dieu de Lévis (143 Rue Wolfe, Lévis (Québec) G6V 3Z1) : <https://fhdl.ca/> ou au Centre de réadaptation en déficience physique de Charny (9500 Boulevard du Centre-Hospitalier, Charny, QC G6X 0A1) : <https://www.ciassca.com/accueil/>

Pour renseignements :



Téléphone: (418) 397-4000 Sans frais: 1-866-610-5255
Télécopieur: (418) 397-5255 Site Web: www.nouvellevie.ca
Courriel: info@nouvellevie.ca
Membre de la Corporation des Thanatologues du Québec

>290010

AVIS DE DÉCÈS ET REMERCIEMENTS



**CLOUTIER
Thérèse**
(1927-2020)

Au CISSS de Saint-Georges, le 22 décembre 2020, à l'âge de 93 ans, est décédée Mme Thérèse Cloutier, épouse de feu Lauréat Rancourt, fille de feu Angéline Côté et de feu Ernest Cloutier. Elle

demeurait à Saint-Joseph.

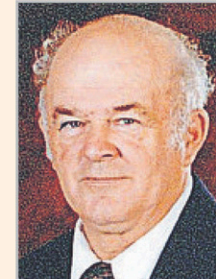
Les funérailles ont eu lieu le mercredi 30 décembre 2020.

La direction a été confiée à la MAISON FUNÉRAIRE NOUVELLE VIE INC. 775 AVENUE DU PALAIS, SAINT-JOSEPH-DE-BEAUCE.

Elle laisse dans le deuil ses enfants : Michel, Louise (Gilles Roy), Hugues (Céline Doyon), Hélène (feu Gyslain Labbé), Marthe (François Labbé). Simon, Paule (Michel Laterreur), Alain (Lyne Lagueux), Pierre (Chantal Roy), Chantal (Claude Mathieu) et Anne; ses petits-enfants; ses arrière-petits-enfants ainsi que les membres des familles Cloutier et Rancourt.

La famille désire remercier Dre Ghislaine Guay et Dre Catherine Jacques pour leur grand dévouement et les bons soins prodigués.

AVIS DE DÉCÈS



**AUCLAIR,
Walter**
(Saint-Elzéar)

À l'Hôtel-Dieu de Lévis, le 16 décembre 2020, à l'âge de 85 ans est décédé M. Walter Auclair, époux en premières noces de feu Mme Geraldine Gagné et en secondes

noces de Mme Raymonde Paré. Il était le fils de feu Odilon Auclair et de feu Albina Couture. Il demeurait à Saint-Elzéar.

La famille vous accueillera : Au centre communautaire, 707, rue Principale à Saint-Elzéar.

***** Veuillez noter que le port du masque est obligatoire à l'intérieur du centre Communautaire et de l'église.*****

Les condoléances : Le vendredi 8 janvier 2021 de 12h00 à 13h45.

Les funérailles auront lieu en toute intimité en présence de la famille seulement : Le vendredi 8 janvier 2021 à 14h00 en l'église de Saint-Elzéar, au 672, Avenue Principale.

Il laisse dans le deuil son épouse : Raymonde Paré.

Ses enfants : Nil (Liliane Giguère), Justine (Yvan Blais) et Johanne (Clément Pouliot).

Ses petits-enfants : Maxime Pouliot (Gauthier Melin), Audrey-Anne Auclair (Frédéric Duclos), Anthony Auclair, Emmanuelle Pouliot (Jean-Simon Bédard) et feu Jérémie Auclair.

Ses arrière-petits-enfants : Mathias, Zachary et Rosanne Duclos.

Les enfants de son épouse Raymonde : Johanne, Brigitte, feu Serge, Mario, Linda, Éric et leurs conjoints(es), ainsi que leurs enfants et leurs petits-enfants.

Ses frères et sœurs : Feu Eddy (Marthe Thivièrge), Feu Léonard, feu Lorraine (feu Conrad Gélinas), feu Irmine (feu Roland Deland), feu Ernelle (feu Roland Turcotte), Nil (Denise Bellerose) et Léon Auclair.

Il laisse également dans le deuil ses beaux-frères et belles-sœurs des familles Gagné et Paré, ainsi que ses neveux, nièces, cousins, cousines et plusieurs amis(es).

Remerciements : La famille remercie le personnel de La Villa du Cap, ainsi que le Dr. Christian Lessard pour les bons soins prodigués et leur grand dévouement.

Dons : Fabrique Sainte-Mère-de-Jésus (Paroisse de Saint-Elzéar) 62, rue Notre-Dame Sud à Sainte-Marie G6E 4A2. Société Alzheimer Chaudière-Appalaches : <https://www.alzheimerchap.qc.ca/>

Pour renseignements :

Edgar Mercier & Fils
418-387-4080
info@edgarmercier.com
Membre CTQ



>288897

SPORTS

Les hauts et les bas de Tommy Veilleux

MATTHEW VACHON
mvachon@lanouvelle.net

HOCKEY. De 15 à 18 ans, Tommy Veilleux est passé d'un joueur qui évoluait dans le midget espoir à un espoir des Predators de Nashville. Puis, entre 18 et 20 ans, il est passé d'aspirant à la Ligue nationale de hockey (LNH) à joueur évoluant dans le junior AAA. Au cours de ses cinq années dans les rangs juniors, le Beauceron est passé par toute la gamme des émotions. Désormais âgé de 25 ans, l'ancien attaquant des Tigres de Victoriaville est en paix avec son passé.

L'aventure junior du natif de Saint-Odilon s'est amorcée à l'âge de 15 ans. Après avoir évolué avec les Élités de Beauce-Amiante au niveau midget espoir en compagnie de son frère jumeau Steven, Tommy Veilleux a également joué avec les Commandeurs de Lévis dans le midget AAA.

Même s'il n'a joué que quelques parties, il en avait montré assez pour convaincre les Tigres de Victoriaville de le réclamer au 14^e rang du repêchage 2011 de la Ligue de hockey junior majeur du Québec (LHJMQ).

Dès l'automne suivant, les Tigres décident de le garder avec eux pour la saison. Veilleux dispute 38 parties et il prend même part au Défi mondial des moins de 17 ans avec l'équipe du Québec dans un rôle de soutien.

S'il était fort heureux d'avoir pu se tailler une place au sein de ce club, Veilleux se dit qu'avec le recul, il lui aurait été assurément préférable de retourner dans le midget AAA. «Aujourd'hui, si je pouvais refaire les choses, je crois que pour mon développement, j'aurais dû redescendre dans le midget AAA. Cette année-là, les Tigres étaient vraiment forts, donc je ne jouais pas toutes les parties et je ne jouais pas beaucoup. Je partais du midget espoir à une équipe top 3 dans la LHJMQ. J'ai beaucoup appris, mais la situation a fait en sorte que la confiance était moins là.

Je crois que ça a eu des répercussions dans les années suivantes.»

Les répercussions ne se sont toutefois pas fait sentir dès la saison suivante. En effet, Veilleux a connu une saison honnête de 28 points et de 129 minutes de pénalité en 66 parties, ce qui lui vaut d'être repêché au 6^e tour du repêchage de la LNH par les Predators de Nashville. «C'est le fait le plus marquant de ma carrière. J'ai vécu plusieurs émotions cette journée-là. Je ne m'attendais pas à ça!»

DÉBUT DE LA DESCENTE À 18 ANS

Tommy Veilleux passe les mois suivant sa sélection à s'entraîner pour arriver fin prêt pour le camp d'entraînement. Il se sent alors en pleine possession de ses moyens, mais à la fin d'une rencontre préparatoire, une mise en échec banale lui cause une fracture de la clavicule. Après trois mois de convalescence, il revient au jeu. Dès le septième match suivant son retour, l'attaquant de 6 pieds et 202 livres se fracture la clavicule au même endroit. Il indique avoir en quelque sorte perdu son année.

Lors de la campagne suivante, un changement d'air devient inévitable et Veilleux est cédé à Gatineau avec les Olympiques. Là-bas, le Beauceron connaît de bons moments avec 16 points en 29 parties. Sa double fracture de la clavicule, pour un joueur qui frappe et qui amène de l'énergie, a cependant des répercussions. «Je regarde ça aujourd'hui et je crois que mon style avait un peu changé. Quand tu te fais briser la clavicule deux fois, il y a des choses qui changent. Je m'étais déjà fait coller l'étiquette de bagarreur. Quand tu l'as, ça devient difficile de te la faire enlever. C'est ce que j'ai moins aimé du junior, ces fameuses étiquettes.»

LE JUNIOR AAA POUR ÊTRE HEUREUX

À 20 ans, voyant que sa relation avec l'entraîneur-chef et directeur général Benoît Groulx est tumultueuse, Veilleux décide de quitter le junior majeur pour évoluer dans le

junior AAA avec les Cobras de Terrebonne, où son frère Steven est gardien de but. Tommy concède que Groulx a été le meilleur entraîneur de hockey qu'il a eu, mais sur le plan humain, ça ne fonctionnait pas du tout.

«Je me sentais comme une vidange. J'ai décidé que je ne me ferais plus jamais parler comme ça. Il me disait qu'il voulait m'échanger, mais que personne ne me voulait. Je n'en pouvais plus. Il m'a dit que si je faisais ça, ma carrière serait terminée. J'ai pris cette décision pour être heureux. Ça faisait quatre ans que je me taisais et que je me disais que j'allais réussir. L'entonnoir s'est refermé et je n'avais plus le plaisir de jouer. Oui, j'ai mis mon rêve de côté, mais c'était le choix logique.»

À Terrebonne, Veilleux connaît beaucoup de succès offensif avec 64 points en 30 parties seulement. «Oui, ce n'était peut-être pas le même calibre, mais quand tu joues et que l'entraîneur te fait confiance malgré tes erreurs, ça aide. Je me suis demandé pourquoi j'avais attendu tout ce temps pour faire ce choix.»

Considérant que le style de jeu robuste qu'il pratiquait l'a étiqueté à un rôle de 3^e ou de 4^e trio dans le junior majeur, Veilleux est d'avis que cela a joué quelque peu en sa défaveur sur le long terme, car il était cantonné à un rôle qui ne lui plaisait pas vraiment. Lors de son passage à Victoriaville, sa relation avec l'entraîneur-chef Yanick Jean n'a pas toujours été au beau fixe non plus, loin de là.

L'ancien attaquant des Tigres n'est toutefois pas dupe, il sait que son coup de patin posait problème. «Le junior majeur est une belle école de vie. J'ai vécu un rêve en faisant tout



Tommy Veilleux.

(Photo L'Éclairer Progrès - Archives)

ça. Je ne le voyais peut-être pas jadis, mais aujourd'hui, je vois que je n'aurais probablement pas joué dans la LNH en raison de mon coup de patin.»

Devenu charpentier-menuisier et résidant aujourd'hui à Scott avec sa copine des dix dernières années, Veilleux continue de jouer au hockey avec le Métal Pless de Plessisville dans le senior AAA et de temps à autre avec le COOL FM de Saint-Georges dans la Ligue nord-américaine de hockey (LNAH). Il espère notamment pouvoir se servir de son expérience pour enseigner aux jeunes joueurs plus tard. «Je suis serein avec ma carrière. Oui, j'ai des déceptions par rapport à certaines choses. J'aurais dû plus parler. J'ai rencontré du monde exceptionnel, notamment ma famille de pension avec Patrick Garneau et Annie Normand. Ce sont vraiment eux qui m'ont aidé à traverser ces épreuves.»

Ça marche doc!

Des sentiers accessibles en bottes ou en raquettes... près de chez vous!

SERGE LAMONTAGNE
redaction@lavoixdusud.com

SPORTS. Différents sentiers de la région dédiés à la pratique de la marche et de la raquette sont inscrits au nouveau Répertoire des sentiers hivernaux en Chaudière-Appalaches de l'initiative Ça marche doc!, en collaboration avec le CISSS de Chaudière-Appalaches.

Ce répertoire comprend une cinquantaine de sentiers urbains d'au moins 1 km, entretenus et gratuits cet hiver. Une nouvelle interface se trouvant sur le site internet de Ça marche doc! facilite la navigation et permet aux utilisateurs de choisir entre les sentiers accessibles en raquettes ou en bottes.

Dans la MRC de La Nouvelle-Beauce, les sentiers répertoriés sont ceux du Domaine Taschereau-Parc nature de Sainte-Marie, le sentier du Parc du Faubourg

à Saint-Lambert-de-Lauzon et le Sentier pédestre et de raquette de Saint-Bernard.

Trois autres sentiers sont également mis à la disposition des amateurs de raquettes, soit les Sentiers des secteurs Est et Ouest à Frampton, le sentier de raquette de Scott et les sentiers multifonctionnels de Saint-Elzéar.

Tout près, dans la MRC de Lotbinière, les adeptes de raquette pourront arpenter le Sentier du Boisé de Saint-Patrice-de-Beaurivage ainsi que les Sentiers de raquette de Saint-Sylvestre.

Enfin, du côté de la MRC Robert-Cliche, le Centre de ski de fond de Saint-Joseph est également inscrit dans ce répertoire.

Il est disponible au camarchedoc.org/repertoire-des-sentiers-hivernaux-de-quebec-et-chaudiere-appalaches. Le projet Ça marche Doc!, lancé en septembre 2016, vise à faire connaître les multiples liens existant entre la santé globale et l'aménagement urbain.



Les sentiers du Domaine Taschereau-Parc nature de Sainte-Marie sont au nombre des sentiers offerts gratuitement aux adeptes de marche et de raquette cet hiver. (Photo gracieuseté)

CONCOURS
Samedi le 9 janvier :
ACHÉTEZ UN MENU
DE L'ÉPIPHANIE

Courrez la chance de gagner
un panier de produits du terroir
d'une valeur de 500 \$
si vous trouvez la fête dans votre galette!

MENU TABLE D'HÔTE POUR EMPORTER
CONCOURS ÉPIPHANIE

Soupe Velouté de Courge
butternut à l'ail grillé

Entrée Croustillant au poulet confit
et au chou, sauce au miel
et piments grillés

Plat principal Carré de côte de porc grillé
au thym frais, sauce bourguignonne

Accompagnement Gratin de pommes de terre
dauphinoises, haricots verts et betteraves grillées

Dessert Galette des rois frangipane

22,95 \$

Les réservations doivent être effectuées le vendredi avant 18 h pour la fin de semaine.
Service de livraison aussi disponible.

Prix spéciaux en vigueur du 7 au 13 janvier 2021

FRUITS & LÉGUMES

RAISINS ROUGES Chili **3,77 \$ /lb** *Nouvelle récolte*

CHOUX DE BRUXELLE États-Unis **2,59 \$ /lb**

ORANGES SANS PÉPINS Californie **8 POUR 5,29 \$** *Pré-emballées*

CÉLÉRI États-Unis **2,29 \$ /ch.**

CLÉMENTINES Maroc **5,99 \$ /caisse de 5 lbs**

PÊCHE Chili **3,79 \$ /lb**

DIGNONS JAUNES Québec **1,79 \$ /sac de 2 lbs**

AVOCATS HASS Mexique **3 POUR 2,89 \$**

LAITUE POMMÉE « ICEBERG » États-Unis **2 POUR 4 \$**

PIMENT VERT États-Unis **2,59 \$ /lb**

CAROTTES Québec **1,69 \$ /sac de 2 lbs**

ZUCCHINI Mexique **1,39 \$ /lb**

POISSONNERIE

FILET DE DORÉ EUROPÉEN **10,99 \$ /lb**

FILET DE TILAPIA AIL ET HERBES **12,99 \$ /lb**

HÛÎTRES BEAUSOLEIL Nouveau-Brunswick **25 \$ /caissette de 24**

SNOWLEGS ALASKA (SIMILI CRABE) **8,99 \$ /lb**

BOUCHERIE

CÔTES LEVÉES DU PÈRE Les meilleurs en ville! **7,99 \$ /lb**

JAMBON TOUPIE **99¢ /100 g**

RÔTI LONGE DE PORC **3,99 \$ /lb**

BOEUF HACHÉ MAIGRE **5,99 \$ /lb**

BIFTECK FRANÇAIS **6,99 \$ /lb**

TRAITEUR

MINI QUICHES VARIÉS **5 POUR 5,99 \$**

TORTELLINIS FROMAGES, SAUCE PESTO **5,99 \$ /ch.** *Portion individuelle*

ÉPICERIE

KETTLE CROUSTILLES 220 g **2 POUR 5 \$**

GRANORO PÂTES RÉGULIÈRES 500 g **3 POUR 5 \$**

CHARCUTERIE

POITRINE DE DINDE Sans nitrite **3,29 \$ /100 g**

PEPPERONI ET SALAMI FORTIN **99¢ /100 g**

JAMBON CUIT MAIGRE FORTIN **2,29 \$ /100 g**

FROMAGERIE

HERCULE DE CHARLEVOIX **4,99 \$ /100 g**

PARMESAN REGGIANO **3,99 \$ /100 g**

BRIE BELLE CRÈME **2 \$ /100 g**

BOULANGERIE

PAIN INTÉGRAL **4,25 \$ /ch.**

GÂTEAU AUX CAROTTES **4,99 \$ /ch.** *Format: 4 à 6 pers.*