



Votre journal. Votre allié local.

le Peuple Lotbinière



... Et tous les jours au www.lepeuplelotbiniere.ca



photo: Archives – Gilles Boutin

SANTÉ | P. 03

Réalisations et défis à venir



BEAUDOIN | FERLAND | DUPUIS
MAISON FUNÉRAIRE

www.salonsdupuis.com • 418 888-4351



En cette période de Noël et du nouvel an, nous souhaitons à tous et particulièrement aux personnes touchées par un deuil d'être entourées d'amour, de bonté et d'écoute!



Michel Ferland inc.

Courtier immobilier résidentiel **Tranquill-T**

Société par actions d'un courtier immobilier

Cell.: 581 983-5693
Bur.: 418 832-1001

www.michelferland.ca

LE courtier **RE/MAX** qu'il **VOUS** faut!

DEMANDEZ L'ESTIMATION DE VOTRE PROPRIÉTÉ



511051 **THIVIERGE ET FILS INC.** CMMTO

PUITS ARTÉSIEN
POMPE
TRAITEMENT D'EAU

VENTE / INSTALLATION / SERVICE 7/7

WWW.THIVIERGEETFILS.COM

1 888 590-2516 | 418 599-2516

R.B.O. : 1286-1340-92

511053 **Groupe Financier VF**

1000, St-Joseph, bur. 8,
St-Flavien (Québec)
418 728-3209

Valéry Fournier, Pl. Fin.
Conseillère autonome
en sécurité financière
Rep. en épargne collective

Maurice Faucher
Représentant
en épargne collective

Représentants rattachés à Investia Services Financiers Inc.

AGRICOLLOQUE

Agriculture et environnement

Quand : le 16 janvier 2024 de 9h à 14h

Où : salle la Chapelle (364, Boul. Saint Joseph, Laurier-Station)

Coût : **GRATUIT**

But: partager de l'information sur les programmes en **agroenvironnement** et sur la qualité de l'eau à l'échelle du territoire de la zone du Chêne.

OUVERT À TOUS !



INSCRIPTION



SCANNEZ LE CODE

OU ÉCRIRE À

projets@obvduchene.org

<https://www.obvduchene.org/>

9h: Accueil

9h15: Mot de bienvenue

9h20: **Résultats de l'IDEC**

- Stéphane Campeau, UQTR

10h20: Pause

10h40: **Programmes**

agroenvironnementaux

- Annie Goudreau, MAPAQ
- Samuel Dubord, ALUS (UPA)

11h40 : Période de questions

12h15 : Dîner (voir inscription)

13h15: **Témoignages**

- Maurice Vigneault, acériculteur
- Jacques Coté, Ferme Bertco
- Paul Caplette, Céréales Bellevue

15h: Clôture de l'évènement

Québec 

Ce projet a été financé par le ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation dans le cadre de l'Initiative ministérielle transitoire « Projets de diffusion et de codéveloppement » et la MRC de Lotbinière dans le cadre du Plan directeur de la zone agricole (PDZA).

 MRC
Lotbinière



OBV
du Chêne

Une bonne année pour le CISSS-CA

À quelques semaines de 2024, le directeur général du Centre intégré de santé et de services sociaux de Chaudière-Appalaches (CISSS-CA), Patrick Simard, est revenu sur les réalisations de l'organisation en 2023, mais aussi sur les défis qui se pointent à l'horizon pour la prochaine année.

PAR MELANIE.LABRECQUE@MELIORMEDIA.COM

Le CISSS-CA poursuit le rattrapage des chirurgies reportées en raison des mesures prises pendant la pandémie de COVID-19. Si les grèves tournantes retardent un peu cette progression, Patrick Simard demeure optimiste. «On est en bonne voie d'y arriver», a-t-il confié en entrevue téléphonique. Il rappelle que les hôpitaux doivent maintenir des services pendant ces périodes de grève.

S'ajoutent la mise sur pied du nouveau service offert, sur référence, pour le traitement de la COVID longue et l'ouverture de la Maison des aînés de Saint-Étienne-de-Lauzon en février. Il y a également la création du nouveau pavillon d'enseignement de la médecine à l'Hôtel-Dieu de Lévis qui a accueilli ses premières cohortes de médecins résidents cette année.

«Les étudiants sont heureux de la formation et c'est un bon moyen de s'assurer qu'ils restent chez nous, en Chaudière-Appalaches», mentionne M. Simard, qui rappelle que ce projet se fait en collaboration avec l'Université Laval.

Aussi, il confirme que le nouvel appareil de radiographie du CLSC de Laurier-Station sera mis en service au printemps. L'acquisition de la machine, plus imposante que l'ancienne, requiert que des travaux soient faits pour permettre son installation. Ils commenceront cet hiver.

Accessibilité et fluidité

La mise en place du Guichet d'accès à la première ligne (GAPL), accessible par le 811, permet de rediriger certains patients vers des cliniques ou d'autres professionnels de la santé. Afin d'améliorer le temps d'attente sur la ligne, le CISSS-CA a dû trouver une façon d'ajouter des infirmières sans que cela affecte ses autres services.

Notons que pour la semaine du 13 au 18 novembre, le GAPL a reçu 1 066 demandes, de ce nombre, 764 ont été traitées. De plus, elles l'ont toutes été (ex. avoir un rendez-vous) dans un délai de 36 heures ou moins, selon le CISSS-CA.

Le déploiement de la cellule de coordination pour avoir un meilleur suivi des soins s'est poursuivi. Cela permet d'assurer le parcours de soins d'un patient de son arrivée à la sortie. Si l'urgence demeure

un défi en raison des périodes de pointe, ce projet devrait contribuer à améliorer la situation, affirme Patrick Simard.

Les défis de 2024

Cette année, le CISSS-CA travaillera sur quatre grands axes. Il y a d'abord l'accessibilité aux services de chirurgie, de protection de la jeunesse ou de santé mentale.

L'enjeu des ressources humaines demeurera important. Non seulement l'organisation doit attirer du personnel, mais elle doit aussi le retenir. Pour y arriver, elle travaille au développement de différentes stratégies, notamment les horaires auto-gérés. En fonctions de certaines balises, les employés d'un service construisent leur horaire ensemble. Patrick Simard indique que cette solution est encore au stade de projet pilote.

Le CISSS-CA veut poursuivre le recrutement par le biais de l'immigration. Depuis le mois de juin, une centaine de travailleurs de différents corps de métier ont rejoint les équipes des établissements de santé.

«On espère aussi que les négociations de conventions collectives aboutiront positivement pour nous permettre d'avoir de nouveaux leviers qui feront en sorte que nos employés soient le mieux possible.»

La question de la transformation numérique est également à l'ordre du jour. Le CISSS-CA veut profiter des nouvelles technologies pour améliorer son efficacité et pallier le manque de main-d'œuvre. Cela pourrait se traduire autant par l'utilisation d'objets connectés pour faire les suivis que par des applications de dictée ou de reconnaissance d'écriture pour retranscrire les notes des médecins.

Enfin, l'organisation veut travailler sur les



Photo: Archives

Le CISSS-CA souhaite améliorer l'accès aux soins et à ses différents services en 2024.

relations qu'elle entretient avec les usagers et leurs proches. «Nous voulons des usagers partenaires qui travailleront avec nous pour améliorer les services. Nous voulons qu'ils soient autour de la table lorsque l'on parle de la maladie ou de la condition avec laquelle ils vivent. Cela nous permettra d'amalgamer le savoir expérientiel de l'utilisateur et le savoir scientifique du professionnel», a rajouté M. Simard.

Santé Québec

«Je pense qu'il y a de bons ingrédients pour répondre aux défis de l'accessibilité des services qu'on rencontre», estime Patrick Simard à propos du projet de loi 15 adopté récemment. Cette loi vise à rendre le système de santé et de services sociaux plus efficace, notamment avec la création de l'agence Santé Québec.

«La volonté du gouvernement, c'est de séparer tout ce qui touche les orientations du ministère et la coordination du réseau, ce qui prenait énormément de place au ministère de la Santé.»

Cela ne devrait pas trop se ressentir sur le terrain puisque la création de l'agence ne touchera pas aux structures actuelles

contrairement à la réforme de 2015. «Le CISSS-CA va continuer d'exister sous sa forme actuelle. Elle ne devrait pas trop se ressentir sur le terrain», a-t-il expliqué.

Parallèlement, l'agence favorisera un meilleur partage des bonnes pratiques entre les établissements. «Tous les établissements font de bons coups. On pourrait travailler pour les exporter», estime Patrick Simard.



INFO-COLLECTE (Est du Québec)

418-780-SANG

1-800-343-SANG

www.hema-quebec.qc.ca

DONNEZ DU SANG. DONNEZ LA VIE.

GINGRAS VALLERAND LAROUCHE AVOCATS



**BRUNO LAROUCHE
AVOCAT**

1535, chemin Ste-Foy, bur. 310
Québec (Québec) G1S 2P1
Tél.: 418 682-1535 poste 227
Télécopieur: 418 682-6060
Rés.: 418 872-1984
brunolarocque@gingrasvallerand.com

«Carrefour Lauvien»
1000, rue St-Joseph
Saint-Flavien, QC
G0S 2M0

**AU BUREAU DE ST-FLAVIEN
SUR RENDEZ-VOUS**

MANOIR BON SÉJOUR

Corporation des Aîné(e)s de Saint-Agapit

Résidence pour personnes âgées CERTIFIÉE

LOGEMENT 3 1/2 À LOUER

- Disponible le 1^{er} février 2024
- Possibilité de subvention
- Pension (dîner et souper inclus)

Contactez **Gabrielle Lefebvre**
au **418 888-3470**



1176, Principale Saint-Agapit
418 888-5518

Budget et taxes en augmentation à Saint-Apollinaire

La Municipalité de Saint-Apollinaire a présenté et adopté un budget équilibré de 13,8 M\$ pour 2024, le 11 décembre dernier. Il s'agit d'une augmentation de 8,3 % par rapport au budget de l'année qui s'achève. Par ailleurs, les citoyens devront composer avec une augmentation de leur compte de taxes.

PAR MELANIE.LABRECQUE@MELIORMEDIA.COM

Cette hausse de la taxe foncière est évaluée à 4,93 % en milieu urbain et à 6,06 % en milieu rural. Elle s'explique principalement par l'adoption d'un nouveau rôle triennal d'évaluation, qui a fait passer la valeur moyenne d'une résidence unifamiliale de 231 594 \$ à 300 818 \$.

«Pour une Municipalité, un nouveau rôle d'évaluation foncière avec une si forte augmentation représente un défi important lorsque vient le temps de réaliser l'exercice budgétaire. Il était important pour le conseil d'atténuer l'effet de cette augmentation sur la facture annuelle de taxes des citoyens. Je crois sincèrement que nous avons fait des choix intelligents, sans qu'il y ait d'effet sur le service aux citoyens», a soutenu le maire Jonathan Moreau.

Pour réduire les effets sur le compte de taxes des citoyens, la Municipalité a retranché et redistribué près de 2,2 M\$ en dépenses. Sans ces efforts, l'augmentation moyenne de l'impôt

foncier se serait chiffrée à 18 %, estime la Municipalité. Notons que cette appréciation du rôle d'évaluation a fait passer la richesse foncière uniformisée à plus de 1 G\$, en augmentation de 130 M\$.

Sans l'effet du nouveau rôle d'évaluation, les Apollinairois auraient connu une baisse de la facture annuelle de taxes autant dans le milieu urbain (- 11,88 %) que rural (- 14,8 %).

Une autre explication à cette appréciation des taxes municipales est l'augmentation des quotes-parts versées à la MRC (+ 15 %) et pour les services de la Sûreté du Québec (+ 5,5 %). L'argent versé à la MRC permettra notamment l'implantation d'un service informatique régional pour répondre aux enjeux de cybersécurité.

Remboursements

Le remboursement de certains règlements d'emprunt commencera en 2024. Parmi ceux-ci, on retrouve celui de l'Espace Philippe Boucher, la patinoire couverte réfrigérée, ainsi que celui des travaux d'infrastructures des rues Industrielle, Rousseau et Masse.

Par ailleurs, Saint-Apollinaire a pris la décision de se créer un fonds de roulement pour financer des dépenses en immobilisation sans intérêt. En tout, ce sont 300 000 \$ provenant du surplus libre accumulé qui ont été dédiés à la création de ce fonds.

Grands projets

Malgré le contexte économique, Saint-



Photo : Archives - Gilles Boutin

Apollinaire ira de l'avant avec la concrétisation de différents projets de loisirs, sport, culture, travaux publics et sécurité incendie.

Du nombre, on retrouve l'aménagement d'un nouveau parc au cœur du noyau villageois sur un terrain vacant de la rue Chainé; l'acquisition du bâtiment du 8, rue Industrielle; le réaménagement de l'intérieur du bâtiment des toilettes au parc Terry-Fox; le renouvellement de la flotte de camion des travaux publics; le déneigement de la piste multifonctionnelle des rues Demers, Moreau et Terry-Fox; ainsi que la réalisation d'une étude pour l'acquisition d'un camion échelle.



Aux contribuables des municipalités de Saint-Janvier-de-Joly et de Saint-Flavien

AVIS PUBLIC À TOUTE PERSONNE QUI DÉSIRE S'OPPOSER À L'APPROBATION DU RÈGLEMENT 15-2023

EST PAR LES PRÉSENTES DONNÉ par la soussignée, Josette Cadorette, greffière-trésorière, de la susdite régie,

Le conseil d'administration de la Régie intermunicipale de déneigement de Joly - Saint-Flavien, à sa séance extraordinaire tenue le 7 décembre 2023, a adopté le règlement 15-2023 intitulé « Règlement décrétant une dépense et un emprunt de 4 700 000 \$ sur une période de 30 ans pour l'achat, l'aménagement de terrain et la construction d'un bâtiment comprenant certains équipements ».

Ce règlement d'emprunt a pour objet l'achat, l'aménagement de terrain et la construction d'un bâtiment comprenant certains équipements afin de faire la maintenance et la réparation de ses véhicules.

Ce règlement doit, pour entrer en vigueur, être approuvé par la ministre des Affaires municipales et de l'Habitation.

Toute personne qui désire s'opposer à l'approbation du règlement par la ministre doit le faire par écrit dans les 30 jours de la date de la présente publication, à l'attention du Ministère des Affaires Municipales et de l'Habitation.

Le règlement numéro 15-2023 peut être consulté sur le site internet de la Régie intermunicipale de déneigement Joly - St-Flavien.

Donné à Saint-Janvier-de-Joly, le 11 décembre 2023

Josette Cadorette, greffière-trésorière

729, rue des Loisirs, Saint-Janvier-de-Joly G0S 1M0

<https://www.regiejolystflavien.com/>

511288



Photo : Courtoisie

Plus de 200 syndiqués au bureau d'Isabelle Lecours

Plus de 200 syndiqués se sont rassemblés le 12 décembre devant le bureau de Saint-Apollinaire de la députée de Lotbinière-Frontenac, Isabelle Lecours.

PAR MELANIE.LABRECQUE@MELIORMEDIA.COM

Les travailleurs membres du Syndicat du soutien scolaire des Navigateurs sont venus rappeler à la députée, qui est également adjointe parlementaire du ministre de l'Éducation, les

conditions de précarité dans lesquelles ils vivent. D'autres s'étaient réunis devant son bureau de Thetford Mines.

Notons que tous les députés de la Coalition avenir Québec ont reçu la visite de syndiqués membres du front commun le 12 décembre dernier.

Le second cycle de grève du front commun a pris fin le 14 décembre.



Joyeuses Fêtes!



3 raisons emballantes D'ACHETER LOCAL pour les Fêtes

1

Vous stimulez l'économie locale

Lorsque vous faites vos achats de Noël à deux pas de chez vous, vous contribuez à ce que plus d'argent reste dans votre région. Résultat? Une économie florissante, un taux d'emploi plus élevé et un fort sentiment d'appartenance à la communauté. Faire de vos commerces locaux une priorité peut donc favoriser de joyeuses Fêtes pour tout le monde. Offrez-vous la satisfaction de participer à ce bien-être collectif!



2

Vous soutenez les organisations communautaires locales

Les entrepreneurs locaux ont souvent le cœur sur la main et aiment rendre service à leur communauté. Lorsque vous magasinez dans votre région, vous faites d'une pierre deux coups. En effet, en plus de soutenir le commerce dans votre collectivité, vous appuyez indirectement les organismes communautaires locaux qui obtiennent leur financement grâce aux dons et commandites des entreprises privées.



3

Vous investissez dans l'esprit d'entreprise et l'innovation

Les entreprises locales sont le berceau de grands rêves et d'idées novatrices. Lorsque vous encouragez les jeunes pousses de votre coin de pays, notamment, vous soutenez la prochaine génération d'entrepreneurs. Qui sait, cette PME innovante développée à domicile peut devenir la prochaine grande entreprise — contribuer à son lancement est un réel privilège!



Meilleurs vœux



1 888 688-2411

coopfuneraire2rives.com



COOPÉRATIVE
FUNÉRAIRE
DES DEUX RIVES

511270

Pour Célébrer en famille

IGA
des Sources est là pour vous!
Saint-Apollinaire



Toute l'équipe d'IGA des Sources vous souhaite de Joyeuses Fêtes et une Bonne Année 2024!

igadessources.com Rendez-vous sur traiteur.iga.net

148, rue Principale, Saint-Apollinaire 418-881-3112

511276

Joyeuses Fêtes!



5 conseils pour que votre animal de compagnie passe un bon temps des Fêtes

Avec les nombreux rassemblements en famille ou entre amis, les Fêtes peuvent s'avérer très stressantes pour les animaux de compagnie. Pour que votre meilleur ami soit heureux et en sécurité malgré le bruit, l'agitation et les nouvelles personnes qu'il rencontre, il est donc important de prendre certaines mesures. En voici cinq à garder en tête!

- 1. Respectez sa routine :** les célébrations peuvent perturber la routine de votre fidèle compagnon, ce qui constitue souvent une source de stress. Ainsi, essayez de conserver autant que possible son horaire de repas, de promenades et de jeux.
- 2. Créez un lieu de retrait :** si vous recevez des invités, aménagez un espace calme où votre animal pourra au besoin aller se détendre et échapper au bruit. Veillez à le doter de tout ce dont celui-ci a besoin, comme de la nourriture, de l'eau et un lit.
- 3. Faites attention à ce qu'il mange :** de nombreux aliments servis aux Fêtes sont toxiques pour les animaux de compagnie. Placez donc la nourriture hors de portée du vôtre et ne lui donnez pas de gâteries auxquelles il n'est pas habitué.
- 4. Surveillez-le :** gardez à l'œil votre ami à quatre pattes pour éviter qu'il ne se mette en danger, par exemple en mâchant des décorations de Noël.
- 5. Prévoyez un plan d'urgence :** si votre animal se blesse ou s'empoisonne, il est important de réagir rapidement. Renseignez-vous dès maintenant sur les cliniques vétérinaires locales qui offrent un service d'urgence. Apprenez également quels sont les signes d'empoisonnement et les bons gestes à poser dans une telle situation.

Si vous suivez ces conseils, vous pourrez profiter des festivités en sachant que votre fidèle ami est en sécurité!



VENEZ NOUS VOIR POUR VOTRE ENTRETIEN

Merci chers clients de votre confiance!

Que Noël et la Nouvelle Année 2024 soient pour vous l'occasion de réaliser tout ce qui vous tient à cœur!

Joyeuses Fêtes!

- Souffleuses
- Équipement de jardin
- Scooter
- Vente, installation et entretien de chenilles VTT
- Tracteur à pelouse et tondeuse

Les P'tits Moteurs Sainte-Croix

Cub Cadet

ECHO

ADLY

•359, route Laurier, Sainte-Croix

418 701-0808 • lesptitsmoteurs.net

511278

Que cette période de célébrations soit à l'image de votre année 2024 : joyeuse, agréable et remplie d'amour!

Bon temps des Fêtes!

Joey Deslongchamps
École de l'Épervière, Saint-Agapit
2^e année

Centre de services scolaire des Navigateurs
Québec

511271

Que la paix et l'amour, symboles de l'esprit de Noël, vous combent de leurs bienfaits... et que bonheur et succès accompagnent tous vos projets!

Meilleurs vœux à tous nos employés, clients et amis et merci de la confiance accordée au cours de l'année !

Grues Laurier

Béton Laurier

Qualibéton Association Béton Québec LA référence CAA Recommandé

RBQ: 1363-3292-08

418 728-2848

www.betonlaurier.com

251, rue de la Station, Laurier-Station
soumission@betonlaurier.com

511289

Joyeuses Fêtes!



Actes de gentillesse : donnez du sens à vos Fêtes



Offrir la chaleur en cadeau : alors que le froid s'installe, faites don de couvertures, de manteaux ou d'autres vêtements chauds à des refuges locaux ou à des organismes soutenant les gens dans le besoin.

Aider les personnes âgées : tendez la main aux aînés de votre communauté, qui sont peut-être seuls pour Noël. Proposez de faire leurs courses ou de décorer leur logement, ou passez simplement du temps avec eux.

Jouer au père Noël pour une bonne cause : si vous faites habituellement un échange de cadeaux avec vos amis ou collègues, proposez-leur plutôt de faire un don à une cause qui leur tient à cœur cette année!

Écrire des messages positifs : rédigez des lettres ou des cartes de

La période des Fêtes est la saison de l'amour, de la joie et du partage. Et quelle meilleure façon d'en répandre l'esprit que de faire preuve de gentillesse envers les autres? Voici des exemples de gestes qui donneront tout son sens à ce Noël!

Distribuer des collations-surprises : préparez des douceurs maison et partagez-les avec vos voisins, vos collègues ou même des inconnus croisés durant la journée.

vœux exprimant sincèrement votre gratitude et votre amour aux gens qui comptent dans votre vie (mentor, ami, membre de la famille). Vos mots illumineront leur journée et renforceront vos liens.

En accomplissant ces actes de gentillesse, vous pouvez créer des souvenirs précieux et inspirer d'autres personnes à faire de même!



Tous les membres de nos équipes s'unissent pour vous souhaiter, clients(tes) et amis(es), un très JOYEUX NOËL et une nouvelle année remplie de santé, bonheur, prospérité et amour!

Nous fermerons à 17h le dimanche 24 décembre et serons FERMÉS le lundi 25 décembre.
Le mardi 26 décembre nous serons ouverts de 13h jusqu'à 20h. Nous fermerons à 17h le 31 décembre et nous serons également FERMÉS le lundi 1^{er} janvier 2024 pour reprendre nos heures régulières à compter du 2 janvier de 8h à 20h.

metro
La famille Dubuc propriétaire

SUPERMARCHÉ STE-CROIX
6452, Principale, Sainte-Croix
418 926-2267

Un chaleureux merci à notre fidèle clientèle et un heureux temps des fêtes à tous !

SERVICES OFFERTS

- Livraison gratuite
- Prise de glycémie et pression artérielle
- Service de consultation et de prescription par le pharmacien
- Service de vaccination
- Prise en charge de certaines maladies chroniques par le pharmacien
- Service d'injection (médicaments, vitamine B12, etc)
- Vente et location d'appareils orthopédiques
- Aide pour cesser le tabagisme

HORAIRE DES FÊTES	
24 DÉCEMBRE	10h à 15h
25 DÉCEMBRE	Fermé
26 DÉCEMBRE	11h à 17h
31 DÉCEMBRE	10h à 15h
1 ^{er} JANVIER	Fermé
2 JANVIER	11h à 17h

PHARMACIE
CATHERINE CÔTÉ ET SARA TALBOT
pharmaciennes propriétaires affiliées à

Brunet plus

412, Route 273
St-Apollinaire, Qc
418 881-2424

De chaleureuses Fêtes et une bonne année 2024, de toute l'équipe!

ICETEC
CLIMATISATION

icetecconfort.com |

Concessionnaire agréé de : **MITSUBISHI ELECTRIC** Chauffage et Climatisation | **FUJITSU** FINANCEMENT DISPONIBLE **Financeit.** **rabais dollars** **NOVO CLIMAT^{2.0}**

Joyeuses Fêtes!



4 conseils pour rester en santé dans le temps des Fêtes

Toute notre équipe vous souhaite de joyeuses fêtes et une merveilleuse année 2024 avec de la santé, de l'amour et de la joie!

208, route 116, Saint-Gilles | 418 888-4632 | www.larochellesoudomac.com

Avec les Fêtes qui approchent à grands pas, il peut être facile de perdre ses bonnes habitudes de vie. Voici donc quatre judicieux conseils qui vous aideront à traverser cette période de réjouissances en gardant la santé et le moral!

1. Privilégiez les choix nutritifs

Bien qu'il soit tentant de goûter à tous les délices des Fêtes, incorporez dans vos repas autant d'aliments nutritifs que possible. Garnissez votre assiette de savoureux fruits et légumes, de protéines maigres et de céréales complètes. Cependant, ne soyez pas « obsédé » par la crainte de trop manger : vous gâter un peu dans les partys est bon pour votre santé mentale!

2. Bougez régulièrement

Prévoyez du temps pour faire de l'activité physique, même s'il ne s'agit que d'une courte promenade après les repas, de quelques pas de danse au son d'une musique festive ou d'une séance de patinage en



famille. L'exercice contribue à améliorer l'humeur et le bien-être général. Surtout, bougez pour vous sentir bien, et non pour vous déculpabiliser d'avoir trop mangé!

3. Gérez votre stress

Les Fêtes peuvent être épuisantes et stressantes. Prenez soin de vous en pratiquant des activités qui vous aident à vous détendre. Il peut s'agir de méditation, d'exercices de respiration profonde ou de passe-temps que vous aimez. Fixer de saines limites avec votre famille et chercher du soutien en cas de besoin peut également atténuer votre stress.

4. Dormez suffisamment

Malgré les réunions en famille ou entre amis, ne négligez pas votre sommeil : essayez de dormir de sept à neuf heures par nuit. Avec un corps et un esprit bien reposés, vous serez mieux armé pour affronter le temps des Fêtes et préserver votre santé générale.

Enfin, n'oubliez pas que si les vacances de Noël sont l'occasion de célébrer et de vous amuser, prendre soin de votre santé devrait demeurer votre priorité. Joyeuses Fêtes!

Juste à temps pour les fêtes, voici nos têtes d'affiches de la prochaine édition de **EXPO FEST SAINT-AGAPIT**

IDÉES CADEAUX pour les fêtes!

2 POUR 50\$*

9 AOÛT 2024

10 AOÛT 2024

Des billets à offrir ou à garder pour soi! À ce prix-là, pourquoi s'en priver?
En vente en ligne sur : www.expolotbiniere.com

SUIVEZ-NOUS SUR FACEBOOK

* Prix valide jusqu'au 31 janvier 2024.

Voeux de la saison pour un très Joyeux Noël & une merveilleuse Année

Lundi :	9h à 18h
Mardi :	9h à 16h
Mercredi :	9h à 16h
Jeudi :	9h à 18h
Vendredi :	9h à 16h
Sam. et dim. :	fermé

SERVICE DE LIVRAISON

418 599-2983 Proxim
2443, rue Saint-Georges
Sainte-Agathe-de-Lotbinière (Québec) G0S 2A0

« Profitant du temps des fêtes, nous vous remercions de votre confiance et vous souhaitons santé, bonheur et prospérité ».

Joyeuses Fêtes!

ATELIER MOBILE

SERGE BLANCHET INC.

Serge Blanchet, propriétaire

Machinerie agricole

- Entretien et réparation
- Installation et réparation de pneus
- Pièces cuites
- Pneus calcium
- Soudure

Cell. : 418 728-1458
Rés. : 418 728-4474

199 A, Bois-Franc Ouest, Issoudun (Québec) G0S 1L0



Le 1^{er} bébé de 2024

Pour la 36^e année d'affilée, Le Peuple Lotbinière est à la recherche du premier bébé qui verra le jour en l'an 2024 dans notre région. Les parents et leur nouveau-né se verront remettre un présent de chacun des marchands participants, afin de souligner l'événement. Pour être admissibles, les parents de l'enfant doivent résider dans une municipalité de la MRC de Lotbinière.

Si vous connaissez une FUTURE MAMAN qui doit accoucher le ou après le 1^{er} janvier prochain, n'hésitez pas à nous communiquer ses nom et adresse en composant le numéro de téléphone 581 999-0195, dès les premiers jours de janvier. Vous pouvez également laisser un message. Nous tenons à remercier les commanditaires qui ont collaboré à la réalisation de cette promotion.

L'équipe du Peuple Lotbinière



Fille **OU** garçon ?



Pharmacie Anne-Marie Thivierge inc.

Affiliée à
familiprix

Anne-Marie Thivierge
Pharmacienne propriétaire



6350, rue Principale, bur. 101, Ste-Croix
418 926-3201 | Familiprix.com
pharmaciestecroix@gmail.com

Suivez-nous sur





CONSEILLÈRE EN ALLAITEMENT DISPONIBLE, contacter Marie-France Croteau, pharmacienne

120, rue de la Station, Laurier-Station
418 728-2946

Félicitations aux heureux parents



Marie-France Croteau, Isabelle Boudreau et Geneviève Demers, Pharmaciennes

Pour l'arrivée du nouveau poupon, toutes nos félicitations!



CAROLINE BEAUCHEMIN
pharmacienne propriétaire affiliée à



144, rue Principale, St-Apollinaire • 418 881-4330

Lundi au vendredi de 9 h à 21 h
Samedi et dimanche de 9 h à 17 h
Service personnalisé
Infirmier 5 journées par semaine

Toutes nos félicitations!

- Livraison gratuite
- Service de consultation et de prescription par le pharmacien
- Ouvert dès 10 h le dimanche

PHARMACIE CATHERINE CÔTÉ ET SARA TALBOT
pharmaciennes propriétaires affiliées à




412, Route 273
St-Apollinaire, Qc
418 881-2424

La Chicane et Éric Lapointe à Saint-Agapit

La programmation de la troisième édition de l'Expo Fest a récemment été dévoilée. Cette année, l'événement aura lieu les 9 et 10 août prochains, en même temps que l'Expo de Lotbinière, et accueillera le groupe La Chicane et le rocker Éric Lapointe.

PAR MELANIE.LABRECQUE@MELIORMEDIA.COM



Photo : Courtoisie

Pour le président de la Société d'agriculture du comté de Lotbinière, Alain Falardeau, la venue de ces deux artistes à Saint-Agapit est une belle prise. Pour La Chicane (9 août), le groupe s'arrêtera

dans Lotbinière à l'occasion de la tournée de son 25^e anniversaire. Pour Éric Lapointe, ce sera un retour dans la région pour le rockeur (10 août), qui avait participé à la première édition de l'événement.

Le changement de date n'est pas anodin, poursuit-il. «Nous voulons faire grandir notre exposition et réduire les coûts.» Les artistes qui se produiront à l'Expo et ceux de l'Expo Fest partageront la même scène, mais à des heures différentes. Les spectacles gratuits commenceront à 19h et l'Expo Fest à 22h.

Tous les groupes et chanteurs se produiront sur une scène extérieure, ce qui permet d'accueillir plus de festivaliers, mais aussi de leur offrir une expérience de meilleure qualité. «On pense que l'expérience avait été appréciée l'année dernière. Le site est plus intéressant, on est moins limité par l'espace et la qualité sonore est meilleure», a soutenu Alain Falardeau.

Malgré une température incertaine, les spectacles de l'édition 2023 de l'Expo s'étaient déroulés à l'extérieur et avaient connu un bon succès. «Les ventes d'alcool ont augmenté de 60 %. Les camions

restaurants ont également enregistré une hausse des ventes, mais pas aussi élevée en raison de la pluie qu'il y avait avant les spectacles», a rappelé M. Falardeau, ajoutant que c'est positif pour la prochaine édition.

L'Expo

Quant à la programmation de l'Expo de Lotbinière, elle sera dévoilée en 2024, mais déjà M. Falardeau mentionne que tous les commerçants présents à la foire commerciale ont confirmé leur retour.

La programmation spectacle est presque ficelée. «Nous aurons de beaux spectacles gratuits. Je pense que les gens vont aimer.»

La majorité des activités et l'entrée seront encore une fois gratuites. Une formule qui a fait le succès de l'événement l'été dernier. Le contexte inflationniste limitait le budget des familles. «Nous avons une belle recette appréciée par la population. Elle peut passer du bon temps sans que ça lui coûte trop cher.»

Généreux pour la guignolée

Le 3 décembre dernier, des bénévoles et des membres du Club Lions de Saint-Agapit ont parcouru les rues de la municipalité à l'occasion de leur 10^e guignolée. Plus de 5 200 \$ ont été recueillis en moins de deux heures.

PAR MELANIE.LABRECQUE@MELIORMEDIA.COM

Ces dons permettront au comité de bienfaisance de Saint-Agapit de préparer plus de 70 paniers de Noël et de poursuivre son œuvre en 2024.

Notons qu'en plus de l'argent, les équipes de volontaires ont aussi amassé de nombreuses denrées alimentaires. De plus, cette année, les Lions ont ajouté une cueillette de jouets pour les enfants de ces familles.



Photo : Courtoisie

Amanda Labonté, Maurice Pouliot et Magali Plante.

Durant les fêtes, on trie nos emballages!



Réemploi ou recyclage

- Emballage non métallisé
- Boîte de carton
- Papier de soie
- Papier kraft
- Papier journal

Poubelle

- Choux et rubans brisés
- Emballage métallisé
- Papier bulle
- Styromousse
- Papier cellophane

Les choux et les rubans, on les garde pour l'an prochain!

RÉDUIRE L'ENFOUISSEMENT!
c'est maintenant!



2 POUR 1 Papier et Web inclus

Voyez toutes nos annonces classées
dans votre journal et sur notre site Web

16,55\$ taxes incluses pour une annonce classée régulière de 15 mots ou moins. Vous avez jusqu'au lundi 11h00 maximum édition du journal. Les annonces sont payables d'avance. Visa et MasterCard acceptées.

POUR TOUT ACHETER
ET TOUT VENDRE,
près de chez vous

1-866-637-5236



205 - LOGEMENT APPART À LOUER

4-1/2 St-Édouard-de-Lotbinière, 510\$/ mois, libre en décembre novembre, Appelez avant 20h au 418-728-4381

ST-ANTOINE-DE-TILLY (village), loft 2-1/2, meublé, chauffé, éclairé, câble, 150\$/ semaine ou/ mois, libre, 418-886-4602

230 - LOGEMENT APPART PROPRIÉTÉ RECHERCHÉ

Cherche 3-1/2 ou 4-1/2, Laurier-Station, 438-507-6265

320 - ANIMAUX

CHIOTS Poméranien X mini Teckel, 2 mois. 418-559-4507

345 - ANTIQUITÉS

ACHAT antiquité, vintage, collection et succession, 581-994-7299, 581-990-2727

398 - ON DEMANDE

Je suis acheteur de billots de pin blanc, pruche, mélèze, tilleul et cèdre. Appelez avant de couper pour longueur, 418-569-4410

424 - ASTROLOGIE

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. : 450-309-0125

483 - COMPAGNE | COMPAGNON

Jeune homme gai aimerait connaître jeune homme gai ou bi. de 19 à 45 ans. 418-575-9179

**S.V.P.
RECYCLEZ
MOI**



QUOI FAIRE dans Lotbinière?

AGENDA COMMUNAUTAIRE

AIDE ALIMENTAIRE LOTBINIÈRE

Distribution régulière

18 JANVIER

Une distribution régulière aura lieu le 18 janvier. Pour information et inscription : www.aidealimentairelotbiniere.org ou 418 728-4201. Veuillez noter que nous serons fermés du 25 décembre au 2 janvier.

CLUB FADOQ DE SAINT-AGAPIT

Pause des activités

14 DÉCEMBRE AU 8 JANVIER

Veuillez noter que les activités du club seront suspendues pour la période des Fêtes, du 18 décembre au 8 janvier 2024. Notre souper des Fêtes aura lieu le 13 janvier prochain.

CLUB FADOQ DE SAINT-APOLLINAIRE

Pause des activités

18 DÉCEMBRE AU 8 JANVIER

Veuillez noter que les activités du club seront suspendues pour la période des Fêtes, du 18 décembre au 8 janvier 2024. Prochain dîner communautaire, 31 janvier. Nous vous reviendrons en janvier avec le calendrier des activités.

CLUB FADOQ DE JOLY

Cours de danse en ligne

DÈS LE 8 JANVIER

La FADOQ de Joly organise de 14 cours de danse en ligne. Ces cours débuteront le lundi 8 janvier pour se terminer le lundi 8 avril, de 19h à 21h, à l'église de Joly. Information : Céline Biron 418 728-2729.

CLUB FADOQ DE JOLY

Activités hebdomadaires

DU 15 JANVIER AU 15 MAI

Le Club FADOQ de Joly vous invite à prendre part à ses activités hebdomadaires à partir du 17 janvier jusqu'au 15 mai, de 13h30 à 16h, à la salle des Bâtisseurs.

CLUB FADOQ DE JOLY

Tournoi de ruff

10 JANVIER

Le Club FADOQ de Joly vous invite à son tournoi de ruff qui se déroulera à la salle des Bâtisseurs, à 19h. Bienvenue à tous les amateurs de ruff. Information : Céline Biron 418 728-2729 ou Lionel Dostie 418 728-1146.

CLUB FADOQ DE JOLY

Cabane à sucre

11 AVRIL 2024

Mettez la date du 11 avril à votre agenda pour notre sortie à la cabane à sucre. Plus de détails vous seront transmis ultérieurement.

LES JOYEUX PIONNIERS

Tournoi de ruff

28 DÉCEMBRE

Les Joyeux Pionniers vous invitent à leur tournoi de ruff qui aura lieu à 19h, à la salle municipale.

LES JOYEUX PIONNIERS

Soirée dansante

5 JANVIER

Les Joyeux Pionniers vous invitent à leur soirée dansante le 5 janvier à 19h30, à la salle municipale.

COCAÏNOMANES ANONYMES

Rencontres hebdomadaires

TOUS LES LUNDIS

Tous les lundis à 19h30, rencontre pour aider ceux qui ont des problèmes avec la drogue ou toutes autres substances qui altèrent le comportement, à la Maison de la Famille, 81, rue Rousseau. Information : 418 881-3486.

COMPTOIR D'ENTRAIDE DE SAINT-GILLES

Fermeture pour les Fêtes

JUSQU'AU 8 JANVIER

Veuillez noter que nous serons fermés du 14 décembre au 8 janvier. Information : 418 888-5603.

L'ENTRAIDE SAINT-APOLLINAIRE

Heures d'ouverture

JUSQU'AU 22 DÉCEMBRE

La ressourcerie est ouverte pour la vente le mardi, de 10h à 16h, le jeudi, de 18h à 20h30, ainsi que le deuxième et le quatrième samedi de chaque mois. Information : 418 881-2179.

FILLES D'ISABELLE

Réunion mensuelle

20 DÉCEMBRE

Le dîner de Noël aura lieu au Restaurant Chez Larry de Saint-Agapit à 12h30 avec conjoint. Sera suivi d'une courte réunion. Information : 418 888-5647.

MAISON DE LA FAMILLE DE LOTBINIÈRE

Halte-Garderie

DU LUNDI AU VENDREDI

La Maison de la Famille de Lotbinière offre maintenant un service de halte-garderie, en semaine de 8h30 à 16h. Possibilité de garde le matin, l'après-midi, la journée. Information : 418 881-3486.

OPÉRATION NEZ ROUGE

Besoin de bénévoles

22 DÉCEMBRE

Nous avons besoin d'équipes de bénévoles pour la soirée de accompagnement du 22 décembre. Pour s'inscrire : www.operationnezrouge.com, en cliquant sur Québec et la région Lotbinière ou par l'application mobile ou par courriel au.lotbiniere@operationnezrouge.com.

Faites-nous parvenir vos activités via notre de notre site - Section Culture : www.lepeuplelotbiniere.ca

Vous bénéficierez de cette façon d'une publication rapide de vos activités. De plus, elles seront automatiquement envoyées à notre service d'information!

3 recettes de douceurs maison à concocter pour Noël

À l'approche des Fêtes, semez la bonne humeur avec ces douceurs de Noël faites maison. Suivez le guide!



1. Délices chocolatés à la menthe : faites fondre des pépites de chocolat mi-sucré et du lait concentré sucré à feu doux, puis incorporez des bonbons à la menthe écrasés. Étalez le mélange sur une plaque à pâtisserie tapissée de papier parchemin, ajoutez une couche de bonbons écrasés et laissez refroidir le tout. Une fois le mélange figé, découpez-le en carrés qui fondront dans la bouche!

2. Biscuits flocons de neige : préparez une recette de biscuits de Noël traditionnels (ex. : sablés). Découpez la pâte en forme de flocons de neige à l'aide d'un emporte-pièce et enfournez les biscuits jusqu'à ce qu'ils soient dorés à souhait. Laissez-les refroidir, puis décorez-les avec du glaçage et des paillettes.

3. Chocolat chaud épicé à la cannelle : préparez un mélange de chocolat chaud avec du lait et un peu de cannelle moulue. Ajoutez de la crème fouettée et des guimauves miniatures sur le dessus, puis saupoudrez le tout avec une pincée de cannelle. Pour la touche finale, accrochez une petite canne de bonbon au bord de la tasse.

Visitez vos commerces d'alimentation locaux pour faire le plein d'ingrédients de qualité – et préparez-vous à vous régaler!

**POUR TOUT
ACHETER
ET VENDRE
près de chez vous
VOS CLASSÉES
1-866-637-5236**

AVIS DE CLÔTURE D'INVENTAIRE
(Avis dans le journal: C.c.Q., art.795)
Prenez avis que **Jules JOLY**, en son vivant domicilié au 82, rue Principale, Saint-Flavien, province de Québec, G0S 2M0, Canada, est décédé à Saint-Flavien, le 8 juillet 2023. Un inventaire de ses biens a été dressé conformément à la loi et peut être consulté par les intéressés, à l'étude de Me Christine BERGERON, notaire ayant son domicile professionnel au 1186, rue Principale, à Saint-Agapit, province de Québec, G0S 1Z0.
Donné ce 14 décembre 2023
Patrick JOLY, liquidateur successoral

Avis public

Régie des alcools, des courses et des jeux

AVIS DE DEMANDES RELATIVES À UN PERMIS OU À UNE LICENCE

Toute personne, société ou association au sens du Code civil peut, dans les 30 jours de la publication du présent avis, s'opposer à une demande relative au permis ci-après mentionné en transmettant à la Régie des alcools, des courses et des jeux un écrit assermenté qui fait état de ses motifs, ou intervenir en faveur de la demande, s'il y a eu opposition, dans les 45 jours de la publication du présent avis.

Cette opposition ou intervention doit être accompagnée d'une preuve attestant de son envoi au demandeur ou à son procureur, par courrier recommandé ou certifié ou par signification à la personne, et être adressée à la **Régie des alcools, des courses et des jeux, 200, chemin Sainte-Foy, bureau 400, Québec (Québec) G1R 1T3.**

NOM ET ADRESSE DU DEMANDEUR	NATURE DE LA DEMANDE	ENDROIT D'EXPLOITATION
Laroche, Sylvie 399 Rue Poitras Dosquet (Québec) G0S 1H0	Un bar avec autorisation de danse et de spectacles sans nudité incluant terrasse.	BAR CHEZ BEDETTE 399 Rue Poitras Dosquet (Québec) G0S 1H0 Dossier : 1335413

511291

Joyeux Noël

ÉQUIPE
BERGERON
TREMBLAY.COM



418 657-5576 | Martine Tremblay D.A. | Marcel Bergeron
Courtier immobilier agréé | Courtier immobilier

LECLERCVILLE



Maison de campagne 29 x 31, 3 chambres, foyer au propane. Patio 12 x 16, remise 10 x 10, garage détaché 26 x 28 incluant remise 8 x 27, beau terrain paysager de 23 135 pi². **235,900\$**

SAINT-APOLLINAIRE



Maison 1½ étage 24 x 36, 2 chambres. Garage détaché 22 x 23 plancher de béton, terrain boisé et paysager de plus de 20 270 pi², rue sans issue, libre immédiatement. **198,000\$**

SAINT-ÉDOUARD



Immeuble 30x30 comprenant 3 logements 4½ pièces, rapportant 18 960\$/année. Un logement 4½ est libre immédiatement pour le proprio. Garage à étage 20 x 28, terrain de 6765 pi². **179,500\$**

SAINT-GILLES



Secteur tranquille, belle petite maison 18 x 30, une chambre. Remise/atelier 18 x 30, magnifique terrain intime et paysager de plus de 15 835 pi², disponible rapidement. **139,500\$**

SAINT-JANVIER-DE-JOLY



Terrain résidentiel 100 x 150 = 15 000 pi², puits de surface, fondation de béton coulé 24 x 40, remise et gazebo. Juste en face du Club de golf et bordé de la future piste cyclable. **49,500\$**



ÉQUIPE
BERGERON
TREMBLAY.COM
Agence immobilière

418 657-5576 | Gilles Daigle
Courtier immobilier résidentiel | www.gillesdaigle.com
info@gillesdaigle.com



Vous aimeriez vendre pour le printemps ?
Contactez-nous dès maintenant 418-657-5576
Estimation gratuite de la valeur marchande de votre propriété