

Le Haute-Côte-Nord

L'Odyssée artistique présente la

**Fin de semaine
Entre nous**

28-29-30 mars 2025

LES BERGERONNES

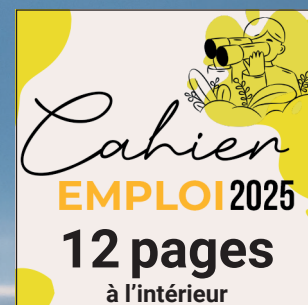


Rien que des
artistes de la
Côte-Nord!



PHOTOGRAPHIE,
MUSIQUE, CONTES,
DANSE, THÉÂTRE, FILMS,
EXPOSITIONS, ATELIERS...

Infos sur Facebook
Fin de semaine Entre Nous



Parc marin du Saguenay-Saint-Laurent

Bientôt quatre fois plus grand

page 3

Une soirée 100 %
féminine page 6

Ne rangez pas vos pelles
avant avril page 12

Abandon de sentiers : entre
les mains des clubs page 18



MRC
La Haute-Côte-Nord

www.mrchcn.qc.ca

Service d'aide-conseil en rénovation patrimoniale

Pour tous les propriétaires de bâtiment d'intérêt patrimonial du territoire, qui désirent réaliser des travaux extérieurs, le programme SARP accorde une subvention de 90 % aux propriétaires résidentiels afin de consulter des architectes. Selon vos besoins, ils produiront des esquisses des travaux à réaliser et vous conseilleront sur les matériaux à utiliser. Pour en savoir davantage sur les modalités et se procurer le formulaire d'inscription, consultez la section *Fonds et programmes* de notre site Web!

« Il ne faut plus que ça arrive », dit la ministre

« On a évalué tous les scénarios, on a fait tous les mouvements possibles pour ne pas en arriver là », a assuré la députée Kateri Champagne Jourdain, à propos des femmes enceintes qui ont été transférées de Sept-Îles vers Baie-Comeau, samedi matin.



Emy-Jane Déry
edery@lenord-cotier.com

La députée de Duplessis et ministre de l'Emploi était à Sept-Îles, le 8 mars, pour prendre part à la marche, pour la Journée des droits des femmes.

Tôt le matin, un autobus voyageur, avec à bord des femmes enceintes à terme, dont les grossesses sont considérées plus à risque, a quitté Sept-Îles escorté d'une ambulance. Le CISSS a recommandé le transfert d'une dizaine d'entre elles, en raison d'une découverte de gynécologues du 8 au 14 mars, à Sept-Îles.

« La situation est préoccupante », a dit la députée Kateri Champagne Jourdain. « Moi, j'ai accouché à l'Hôpital de Sept-Îles. J'ai perdu ma petite sœur, suite à des complications, ici, aussi.

Mère de quatre enfants (...) Cette situation me préoccupe, je reçois mes soins ici », a-t-elle fait valoir.

Elle dit avoir fait les vérifications dans le dossier, au courant de la semaine dernière.

« J'ai suivi ce dossier-là, pour m'assurer qu'on ait évalué toutes les options, qu'on ait reviré toutes les roches de bord, pour ne pas qu'on soit obligé de déplacer des femmes », a-t-elle dit.

N'empêche, aucun gynécologue n'a finalement été trouvé, bien que le ministre de la Santé, Christian Dubé, ait indiqué qu'il y en avait huit de disponibles, provenant d'autres régions, qui pouvaient être interpellés au besoin.

« Maintenant, ça indique une chose, nous avons encore des difficultés de recrutement, à l'échelle du Québec, notamment au niveau des gynécologues et particulièrement sur la Côte-Nord », a commenté Mme Champagne Jourdain.

Des gynécologues auraient au moins été trouvés pour assurer certaines des



La députée de Duplessis et ministre de l'Emploi, Kateri Champagne Jourdain, était présente à la marche pour la Journée internationale des droits des femmes, à Sept-Îles, samedi. Photo Emy-Jane Déry

autres découvertures qui étaient à venir à Sept-Îles, a-t-elle révélé.

« Il ne faut plus que ça arrive. C'est pour ça qu'il faut que Santé Québec continue ses efforts de recrutements, pour qu'on soit couvert à l'année longue sur la Côte-Nord. »

Également présent à la marche pour la Journée internationale des droits des femmes, le maire de Sept-Îles, Denis Mioussé, n'avait toujours pas reçu de réponse du ministre Dubé, suite à la lettre qu'il lui a fait parvenir en début de semaine dernière, pour dénoncer le transfert de femmes enceintes par autobus.

De Havre-Saint-Pierre à Baie-Comeau pour accoucher

(EJD) « La Côte-Nord, c'est une maudite belle place pour élever une famille, pour mettre un enfant au monde par contre, ça s'en vient stressant pas mal », a confié Marc-André Scherrer, qui sera papa sous peu d'un second enfant.

La semaine dernière, sa conjointe était à 38 semaines de grossesse, donc à terme. Leur premier enfant est né « un peu d'avance » à 37 semaines et demie, à l'aide d'une césarienne d'urgence. Cet antécédent a donc placé le couple dans le lot de la dizaine de grossesses considérées plus à risque par le CISSS Côte-Nord. On leur a recommandé de partir pour Baie-Comeau, samedi.

Comme le veut le système, le couple de Cayens était déjà installé à Sept-Îles, chez de la parenté, en vue l'accouchement imminent.

« Je suis venu au monde à Havre-Saint-Pierre en 1990 et là, en 2025, on est obligé de se taper un 500 km et plus, 1000 km aller-retour. Quel progrès ! », a-t-il ironisé au *Journal*. « Ça passe de travers, mais nous n'aurons pas le choix d'accepter, on est contraint », a dit M. Scherrer, à 24 h du transport par autobus que le CISSS Côte-Nord organisait entre Sept-Îles et Baie-Comeau.

Le couple s'est fait proposer de résider à l'hôtel à Baie-Comeau, durant

la période de découverte du 8 au 14 mars. Si l'accouchement n'a pas eu lieu après cette date, tout porte à croire qu'il sera retourné à Sept-Îles, par la route, cette fois, à 40 semaines de grossesse.

« On est vraiment bien servi sur la Côte-Nord », a déploré M. Scherrer, qui a l'impression que le gouvernement ne se soucie pas de la région.

Après que le CISSS ait maintenu que « plusieurs moyens de transport étaient en évaluation », un autobus voyageur a finalement quitté Sept-Îles, tôt, samedi matin. Une infirmière était à bord et l'autobus était escorté par une ambulance.

« L'hébergement est pris en charge par le CISSS et des indemnités de repas sont prévues conformément à la Politique de transport des usagers », a précisé le CISSS Côte-Nord, par courriel.

Questionné à savoir quand était prévue la prochaine période de découverte en gynécologie à Sept-Îles, le CISSS est demeuré vague.

« Les démarches du CISSS se poursuivent avec Santé Québec afin d'éviter d'autres découvertures », a-t-il indiqué.

L'agrandissement passe à l'étape supérieure

Une autre étape a été franchie dans le projet d'agrandissement du Parc marin du Saguenay-Saint-Laurent. Le territoire 3,6 fois plus grand est approuvé, mais deux autres années seront nécessaires pour définir et mettre en place les infrastructures qui vont l'accompagner.



Renaud Cyr
rcyr@journalhcn.com

L'automne dernier, les multiples consultations ont permis d'observer l'adhésion populaire dont jouit le projet chez la population et les différentes organisations impliquées.

C'est ce qu'ont dévoilé les ministres de l'Environnement et du Changement climatique du Canada, Steven Guilbeault, et de l'Environnement et de la Lutte contre les changements climatiques, Benoît Charette, en conférence de presse le 7 mars. Réunis à Québec, ils ont fait le point sur l'avancement du projet d'agrandissement du parc marin après en avoir fait l'annonce deux années plus tôt.

Pas de montant pour l'instant

Contrairement aux intentions des paliers de gouvernement qui sont bien connues, les montants à investir demeurent encore dans l'ombre.

Le travail des gouvernements dans les deux prochaines années consistera à définir la nature des actions posées dans le cadre de l'agrandissement du parc marin «incluant les coûts» nécessaires, a déclaré Steven Guilbeault.

Selon ce dernier, ces coûts engloberaient les opérations, les partenariats avec les commerces locaux et les

organisations ainsi que les infrastructures éventuelles à installer à l'intérieur des nouvelles limites du parc marin.

«Ce qu'on va faire au courant des deux prochaines années, ça va être de définir les besoins. [...] Le travail qu'on va faire va servir à déterminer cela», a révélé le ministre fédéral.

Superficie en augmentation

Le projet d'agrandissement retenu fait passer la superficie de l'aire marine protégée de 1245 km² à 4487 km². Lorsqu'il entrera officiellement en vigueur, le nouveau territoire atteindra plusieurs localités de la rive sud du fleuve Saint-Laurent où le béluga est bien présent.

Pour la rive nord du fleuve, il se situe entre Petite-Rivière-Saint-François et la Pointe-à-Boisvert dans la municipalité de Longue-Rive.

Les ministres ont tous les deux salué la reconnaissance «mondiale» du parc marin en termes de tourisme durable et de recherche scientifique.

Rappelons que la nouvelle superficie du Parc marin du Saguenay-Saint-Laurent couvrirait l'aire d'habitat essentiel estival du béluga, espèce emblématique du pays et menacée.

Grande adhésion

Les membres de la communauté scientifique, les différents paliers de gouvernement et les trois nations autochtones dont le territoire ancestral se trouve à l'intérieur ou en périphérie du Parc marin ont tous activement participé au projet d'agrandissement et à son éventuelle mise en place, aux dires des ministres.



Les ministres Guilbeault et Charette en conférence de presse à Québec, le 7 mars. Photo Parcs Canada

«On parle d'un taux d'adhésion qui s'approche du 100 % de nombreux groupes qui ont été interpellés et consultés. De voir que le projet rencontre une adhésion aussi importante, c'est fondamental et c'est un gage de succès pour la suite des choses», a soutenu Benoît Charette.

Le ministre a tenu à saluer la collaboration des différents acteurs mobilisés dans le dossier et a assuré qu'elle se poursuivra au cours des prochaines années. «Ce sont de belles avancées avec de beaux partenariats, et on n'a pas l'intention de s'arrêter là», a-t-il conclu.

Un autre projet à l'étude

(JG) Les ministres ont également annoncé l'étude d'un territoire préliminaire pour le projet de parc marin Anticosti-Mingan. Celui-ci couvrirait près de 14 000 km² d'un territoire situé principalement dans la portion marine entre la réserve de parc national de l'Archipel-de-Mingan et l'île d'Anticosti.

Ce projet pourrait représenter un gain en conservation de 8,4 % en ce qui concerne la superficie marine protégée du Québec d'ici 2030.

Lors des prochaines étapes, les gouvernements du Canada et du Québec rencontreront les acteurs du milieu concernés y compris les Premières Nations et les communautés côtières, les organisations régionales et municipales, les pêcheurs, les mariculteurs, les groupes de recherche et les entreprises locales, afin de recueillir leurs points de vue et leurs commentaires sur ce futur projet de conservation.

Le **Haute-Côte-Nord**

38, route 138 ouest, Forestville, G0T 1E0
Téléphone : 418 587-2090 | www.journalhcn.com | info@journalhcn.com

FONDATEURS
Paul Brisson
Luc Brisson

RÉDACTRICE EN CHEF
Johannie Gaudreault

ÉDITEUR
Martin Thomas

JOURNALISTES
Renaud Cyr
Karianne Nepton-Philippe
Anne-Sophie Paquet-T
Charlotte Vuillemin

COORDONNATRICES À LA MAQUETTE ET WEB
Bianka Chassé
Anny Hamilton

DIRECTEUR VENTES ET MARKETING
Stéphane Hovington

CONSEILLERS(ÈRES) VENTES ET MARKETING
Manon Jean
Sabrina Harrison
Patrice Boulianne

INFOGRAPHISTES
Vincent Lebel
France St-Laurent

IMPRESSION/TIRAGE
Québecor Media /
6 293 exemplaires

EN
ÉDITIONS NORDIQUES

ÉDITIONS NORDIQUES
965, rue de Parfondéval, Baie-Comeau, G5C 2W8
Téléphone : 418 589-9990

PRÉSIDENT
Simon Brisson

VICE-PRÉSIDENTE FINANCES ET ADMINISTRATION
Caroline Gagnon

ADJOINTES ADMINISTRATIVES
Claudie Julien
Valérie Normand

DISTRIBUTION
Camelot des Éditions Nordiques

Financé par le gouvernement du Canada | **Canada**

Journal hebdomadaire indépendant membre de **hebdos** QUÉBEC

RS RÉSEAU SÉLECT
MONTAINE PUBLICITAIRE

ISSN 1207-8018 (Imprimé) ISSN 2817-6014 (En ligne)

Hausse des chutes et des erreurs de médication

Les établissements du CISSS de la Côte-Nord ont recensé plus d'«événements indésirables» en 2023-2024. Le nombre de chutes et d'erreurs liées à la médication est notamment en augmentation.

Johannie Gaudreault

C'est ce que dévoile le 16^e rapport sur les incidents et accidents survenus dans le cadre de la prestation de soins de santé et de services sociaux au Québec, publié par le ministère de la Santé et des Services sociaux, le 5 mars. Ce rapport couvre la période du 1^{er} avril 2023 au 31 mars 2024.

Un nombre total de 6456 événements indésirables ont été rapportés par les professionnels de la santé au cours de cette période. Les chutes sont les incidents/accidents les plus déclarés pour un total de 1969. Elles représentent 30 % des événements. À la période précédente, on recensait 1715 chutes, soit 254 en moins.

Les erreurs liées à la médication figurent deuxièmes au classement. On en a dénombré 1904 en 2023-2024 dans les différents établissements de santé de la Côte-Nord. Il s'agit d'une centaine de plus qu'en 2022-2023. Ce type d'accidents équivaut à 29 % des événements indésirables dans la région.

Parmi les autres incidents déclarés, on retrouve 384 événements concernant le traitement, 299 les tests de laboratoire, 128 sont liés au matériel et 133 aux effets personnels. On dénombre aussi 234 abus/agressions/harcèlement/intimidation.

La section Autres, qui regroupe notamment les bris de confidentialité, fugues/disparitions, tentatives de suicide/suicides, obstructions respiratoires, blessures d'origine inconnue et plaies de pression, voit aussi son nombre de déclarations augmenter. Elle rassemble 1031 événements comparativement à 972 en 2022-2023.

Sur la Côte-Nord, 49,74 % des événements indésirables se sont produits en centres hospitaliers, 35,22 % en CHSLD et 7,39 % dans les CLSC du territoire. Ces données sont relativement stables d'année en année.

Seulement deux régions du Québec cumulent moins d'événements indésirables que la Côte-Nord. Il s'agit de la Gaspésie-Île-de-la-Madeleine et du Nord-du-Québec.

Au Québec

Pour toutes les régions du Québec, le bilan s'élève à 502825 événements indésirables. Alors que le nombre de déclarations connaissait une baisse



Les chutes sont en hausse partout au Québec et la Côte-Nord ne fait pas exception. Photo iStock

depuis quelques années, une augmentation de 8,86 % est constatée pour la dernière année.

La majorité des événements déclarés n'ont entraîné aucune conséquence grave ou permanente, soit 99,71 %. De plus, 0,15 % des événements déclarés, soit 774, sont à l'origine de conséquences graves et permanentes, et 0,14 % ont été associés à un décès, soit 679.

Le ministère de la Santé et des Services sociaux tient à souligner que le nombre total d'événements survenus doit être mis en relation avec le volume de soins.

«Rappelons qu'au Québec, en 2023-2024, on compte notamment plus de 506198 chirurgies, plus de 3,6 millions de visites à l'urgence, environ 6,3 millions de consultations médicales en établissement, plus de 210 millions d'analyses en laboratoire et près de 13,4 millions de journées d'hébergement en établissement (jours-présence)», indique le rapport.

Parmi les faits marquants de la période 2023-2024, on remarque que les problèmes d'abus, d'agressions, de harcèlement ou d'intimidation ont augmenté de 18,31 % par rapport à la dernière année. Ils constituent le type d'événement déclaré qui a subi

la plus grande augmentation au cours de cette période.

De plus, l'augmentation de la déclaration des événements indésirables générant des conséquences graves et permanentes allant jusqu'au décès fait l'objet d'une surveillance particulière, leur nombre étant en augmentation.

Transparence

La déclaration des incidents et des accidents et la publication annuelle d'un rapport national poursuivent l'objectif de soutenir une culture de transparence auprès des usagers du réseau et de la population en général.

«Cette mesure assure que chaque événement indésirable, notamment ceux qui entraînent des conséquences sur les usagers et usagères, soit analysé par l'établissement et que des actions soient mises en place pour éviter qu'il ne se reproduise», affirme le ministère.

Le renforcement de la prestation sécuritaire des soins et des services demeure un défi des établissements, lesquels doivent s'inscrire dans une vision commune de sécurité et de qualité, conclut le ministère de la Santé et des Services sociaux.

A promotional graphic for a club dinner. On the left, the text reads 'CLUB DE MOTONEIGISTES BOURANE' in large, bold, black letters. Below this, it says 'SAMEDI LE 15 MARS 2025 À 12 H AU RELAIS DU CLUB'. In the center, there is a circular logo for 'BOURANE' with a snowmobile and trees. To the right, the word 'DINER' is written in large red letters, followed by 'BIENVENUE AUX MEMBRES' and 'HOT-DOGS' in smaller red letters. At the bottom right, there is a cartoon illustration of a hot dog in a bun with mustard.

Beaucoup d'écoute, pas de promesses

Action-Chômage Côte-Nord a trouvé beaucoup d'écoute pour faire valoir les intérêts des travailleurs saisonniers de la région lors du Forum annuel de l'assurance-emploi, mais repart bredouille de promesses de réformes ou d'améliorations pour le court terme.

Renaud Cyr

Le Forum annuel de l'assurance-emploi, organisé le 27 février à Gatineau par le Commissaire aux travailleurs et travailleuses Pierre Laliberté, a réuni les groupes de défense des travailleurs de partout au pays, dont Action-Chômage Côte-Nord, pour faire le tour des différentes problématiques liées à l'assurance-emploi.

Ils ont pu faire connaissance avec le nouveau ministre de l'Emploi et du Développement de la main-d'œuvre, Steven MacKinnon, qui a remplacé Randy Boissonnault après le remaniement ministériel de décembre dernier.

La directrice générale d'Action-Chômage Côte-Nord, Line Sirois, indique que la rencontre s'est déroulée avec un ton plus cordial que le même exercice avec l'ancien ministre Boissonnault.

«Il nous dit qu'il comprend nos enjeux et qu'il ne nous oubliera pas, mais on n'a pas eu de promesses ou d'engagements qui feraient qu'il y aurait des améliorations à court terme», rapporte-t-elle au Journal.

Incertitude

Pour Line Sirois, les menaces de guerre commerciale avec les États-Unis ont jeté de l'ombre sur les besoins des travailleurs saisonniers de chez nous.

«On parle beaucoup d'aider les entreprises, mais notre demande c'est davantage d'aider les travailleurs d'entreprises saisonnières. On est intervenu pour dire qu'il ne faut pas oublier qu'on a déjà des problématiques chez nous», mentionne la directrice.



Line Sirois a fait valoir les intérêts des travailleurs de la Côte-Nord au Forum annuel de l'assurance-emploi, tenu à Gatineau le 27 février. Photo courtoisie

Cette dernière souhaite que le gouvernement se prépare davantage à répondre aux contrechocs de potentiels ralentissements économiques.

«Il est beaucoup question des grandes industries, mais les petits commerçants aussi vont devoir mettre des gens à pied, car ça va les toucher indirectement», estime-t-elle.

Selon Mme Sirois, les industries des pêches et du bois d'œuvre, qui occupent une place importante dans l'économie nord-côtière, sont également dans l'incertitude face aux impacts qu'auront les menaces de guerre commerciale sur leurs employés.

Pas de réforme

Action-Chômage Côte-Nord exige depuis des années une réforme majeure de l'assurance-emploi, mais celle-ci se fait plutôt attendre au profit d'ajustements temporaires depuis la pandémie de COVID-19.

«Elle doit être mise en place même si on sait qu'il n'y en aura pas à court terme», clame Line Sirois qui croit que ce purgatoire administratif et politique nuit aux travailleurs en générant de l'anxiété qui «doit être arrêtée».

«Les gens ne savent pas trop si ça va toucher leur emploi ou pas. Quand on

a une bonne assurance qui vient combler ce besoin-là, les gens sont moins anxieux et ils se disent qu'ils vont être capables de passer à travers», laisse-t-elle entendre.

Campagne électorale

Line Sirois se déçoit du peu d'intérêt qui est montré pour l'assurance-emploi en marge des élections fédérales futures, à savoir le chef du Parti conservateur du Canada, Pierre Poilievre, et le nouveau chef du Parti libéral du Canada, Mark Carney.

«Ni l'un ni l'autre n'en a parlé», se désole-t-elle. Pourtant, il s'agit d'un enjeu «qui ne comble plus les besoins» en raison d'un déficit dans la caisse d'assurance-emploi, selon l'intervenante nord-côtière.

«On revendique toujours la même chose, peu importe si on vient du Nouveau-Brunswick, de la Nouvelle-Écosse ou du Québec. Ce n'est plus le filet de sécurité sociale qu'il a déjà été», croit Line Sirois.

Cette dernière révèle que les organismes et les syndicats sont à l'écoute, et qu'Action-Chômage Côte-Nord va «interpeller tous les partis politiques durant la campagne électorale».

Conseil d'appel

Une refonte administrative de processus d'appel des dossiers à l'assurance-emploi affectera positivement les travailleurs, dévoile Mme Sirois.

Lorsqu'un dossier est en appel après un premier refus, il est acheminé au tribunal de la sécurité sociale qui sera bientôt transformé en conseil d'appel.

«À la place d'avoir une personne comme avec le tribunal, le conseil sera formé d'un représentant des travailleurs, un représentant des entreprises et un représentant de la commission de l'assurance-emploi», dit-elle, soulignant qu'il s'agira d'une démarche «plus juste» envers les travailleurs.

Il n'y a pas pour l'instant de représentant de la Côte-Nord en vue pour le conseil. «Il n'y a que dans quelques grandes villes où les gens vont pouvoir faire appel en présentiel, ce qui risque d'entraîner des différences de traitement dans les dossiers, car c'est moins évident de débattre quand on est devant une caméra», illustre-t-elle.

Line Sirois tend quand même à croire que ce changement sera positif. «C'est sûr qu'il y aura des ratés, et le forum des commissaires est là pour ça. On espère qu'il va toujours avoir place à l'amélioration dans le temps», termine-t-elle.

Parler des droits des femmes avec humour et sensibilité

La Maison d'hébergement pour femmes l'Amie d'Elle de Forestville a voulu faire différent cette année pour souligner la Journée internationale des droits des femmes. Elle a invité Les Chipies sur la scène du Pavillon des arts pour faire rire et chanter les Forestvilloises.



Johannie Gaudreault
jgaudreault@journalhcn.com

Ce sont près de 100 femmes qui ont pris part à cette soirée exclusivement féminine, qui s'est tenue le 6 mars à Forestville. Les Chipies ont par la suite pris la route pour performer à Baie-Comeau le lendemain et à Sept-Îles le 8 mars.

Les spectatrices ont eu droit à des chansons drôles et plus sérieuses abordant différents thèmes toujours en lien avec les femmes. «Les femmes ne sont pas bien représentées dans le folklore, donc on a écrit le nôtre», ont lancé les trois artistes dès le début du spectacle.

La pièce *Un p'tit verre de vin* a bien fait rire la salle tout comme les chansons grivoises dans lesquelles les chanteuses abordent les relations sexuelles de façon comique.

«Les femmes ont toujours la même réaction. Elles demandent si j'ai mis une caméra dans leur cuisine», a rigolé Claire Duguay après son interprétation de la chanson sur le verre de vin.

À d'autres moments, le rire faisait place à la prise de conscience. Les Chipies ont présenté une pièce sur l'environnement. Louise Poirier, aussi autrice des paroles, a lu un message émouvant destiné aux travailleuses des maisons d'hébergement pour femmes victimes de violence conjugale.

«Je veux parler de toi parce que ton rôle est crucial lorsqu'une d'entre elles rompt le silence et se dévoile, qu'elle amorce son coming-out du cauchemar de la fille qui a pogné le mauvais numéro. Je veux trouver les mots pour le dire, pour parler de ton quotidien», a-t-elle partagé.

Finalement, la dernière chanson du spectacle en a touché plus d'une. Elle a été écrite il y a 20 ans, mais elle est toujours d'actualité. «Parce que quand on écrit des chansons qui touchent les droits des femmes, c'est d'actualité longtemps», s'est désolée l'autrice, chanteuse et musicienne.



Les Chipies lors de leur spectacle à Forestville le 6 mars. Elles se sont rendues à Baie-Comeau et Sept-Îles, les 7 et 8 mars. Photo Johannie Gaudreault

La pièce *Faut qu'une fille veule* parle du consentement. Les Chipies l'ont mis à l'avant-plan après la sortie du mouvement #MeToo en 2020.

Après leur rappel, les trois chanteuses sont venues à la rencontre des spectatrices qui avaient toutes un bon commentaire sur le spectacle.

Qui sont Les Chipies ?

D'abord, Andrée et Louise Poirier sont des sœurs. La troisième membre du trio est une amie de Louise. Elles se connaissent donc toutes très bien, c'est certainement pour cette raison qu'elles ont une chimie aussi palpable sur scène.

Les Chipies ont vu le jour en 1995 alors qu'elles avaient eu une demande pour faire un spectacle pour le 8 mars. «Le concept s'est développé, on était 8 femmes sur scène pour le 8 mars avec différentes formes d'arts de la scène», explique Louise Poirier précisant que cette représentation s'est tenue pendant une quinzaine d'années.

«À un moment donné, on a épuisé un peu les ressources d'artistes femmes

dans la région et on était aussi à court de sous. On s'est dit qu'on est le noyau initial et qu'on pourrait faire Les Chipies», raconte l'autrice.

Les trois artistes sont des féministes dans l'âme. «On a du travail à faire pour garder nos acquis, ça va de soi qu'on travaille dans ce sens-là. On aime beaucoup la dérision, on aime beaucoup rire aussi, faire des parodies, parler de toutes sortes d'affaires mélangées, des fois sérieux, des fois juste pour la rigolade», mentionne Louise.

Les Chipies veulent apporter de la joie aux femmes et aux travailleuses qui soutiennent les femmes en difficulté. «Votre vécu de travailleuse est dur, votre réalité est dure, et vous travaillez avec quelque chose de difficile. Donc nous autres, on voulait vous amener des sourires», soutient la porte-parole du trio.

Les artistes sont originaires de Gatineau et elles sont toutes âgées de plus de 60 ans. Pour le moment, elles font généralement de la scène lors de la Journée des droits des femmes, de l'année, à la demande.



L'équipe de la Maison d'hébergement l'Amie d'Elle de Forestville et la mairesse de Forestville, Micheline Ancitil, entourent Les Chipies après leur représentation. Photo Johannie Gaudreault



Natalia Marcilese

www.lequibratricehumaine.ca

CHRONIQUE

ÊTRE BIEN DANS SON ASSIETTE ET DANS SON CORPS, AU FIL DES SAISONS

Et si ton assiette avait le secret pour mieux traverser l'hiver?

L'hiver tire à sa fin, mais les journées restent fraîches et, avec elles, cette envie irrésistible de plats réconfortants. Et si je te disais que manger des légumes de saison en hiver, ce n'est pas seulement une question de goût, mais aussi un vrai coup de pouce pour ton bien-être ? Viens, je t'explique pourquoi et comment réchauffer tes repas avec les trésors que nous offre la nature !

Pourquoi manger de saison en hiver ?

Chaque saison nous apporte une abondance d'aliments qui répondent naturellement aux besoins de notre corps. Et l'hiver ne fait pas exception ! À cette période de l'année, la nature ralentit, l'énergie des plantes descend dans les racines... et ce sont justement ces légumes-racines qui deviennent nos meilleurs alliés pour affronter le froid.



Carottes, betteraves, pommes de terre, patates douces, navets, panais, oignons, ail... Ces légumes sont non seulement hyper polyvalents en cuisine, mais aussi de véritables alliés pour ton corps. Et comme un bonheur n'arrive jamais seul, les agrumes, comme les oranges et les clémentines, sont des fruits hivernaux qui viennent à la rescousse avec leur vitamine C, idéale pour donner un coup de fouet et éloigner les microbes! Les fruits et légumes d'hiver t'aident à garder ton énergie tout en renforçant ton système immunitaire.

Des aliments ultranutritifs

Tu le sais peut-être déjà, mais dès qu'ils sont cueillis, les fruits et légumes commencent à perdre une partie de leurs nutriments. Et ceux qui parcourent des milliers de kilomètres avant d'atterrir dans ton assiette sont souvent bien moins riches en vitamines et minéraux que leurs cousins cultivés tout près de chez nous. Alors, pourquoi ne pas privilégier les aliments produits au Québec ? Et encore mieux, ceux cultivés dans notre propre région ?

Tu pourrais me dire : « Oui, mais sur la Côte-Nord, l'hiver, on ne cultive pas grand-chose... » Eh bien, sache que de nombreux producteurs locaux proposent leurs fruits surgelés, une excellente façon de préserver leur magie nutritionnelle. On retrouve, par exemple, des camerises, des bleuets et des framboises. Et devine quoi ? Certains producteurs nous gâtent même avec des produits frais en plein hiver ! Oui, oui, c'est le cas des délicieux champignons et des pousses, véritables concentrés de nutriments.

Mais mon meilleur conseil pour avoir une belle réserve de produits locaux, même en hiver, c'est de faire ses provisions pendant la saison des récoltes ! Congeler, mettre en conserve ou déshydrater ses aliments préférés, c'est la clé pour profiter de leur fraîcheur toute l'année. Un petit effort en été, et tu pourras savourer les richesses de notre terroir même au cœur de l'hiver !

Comment intégrer les légumes d'hiver à ton quotidien ?

Manger de saison ne veut pas dire manger fade ou répétitif, bien au contraire ! C'est l'occasion rêvée d'explorer de nouvelles recettes et de savourer pleinement

ce que la nature nous offre.

En hiver, ton corps réclame des plats chauds, nourrissants et réconfortants. Voici quelques idées faciles et délicieuses à essayer :

- **Velouté de courge et patate douce**, rehaussé d'une touche de gingembre et de lait de coco, parfait pour se réchauffer après une matinée de pelletage.
- **Ragoût de légumes-racines**, mijoté lentement avec des épices comme le cumin et le paprika fumé, accompagné de bœuf ou de lentilles pour un plat à la fois réconfortant et nourrissant.
- **Gratin de pommes de terre et panais**, fondant et savoureux, avec une touche de fromage gratiné... Une vraie caresse pour les papilles !

Célèbre les saisons et fais-toi plaisir !

Manger en harmonie avec les cycles de la nature, c'est une opportunité de se reconnecter aux saisons, de célébrer ce qu'elles ont à nous offrir et surtout, de prendre soin de soi.

Alors, je t'invite à mettre à l'honneur les trésors de l'hiver. Ton corps, et même la planète te remercieront !

À ta santé, naturellement.

Natalia

Si tu as une condition de santé particulière, il est préférable de consulter ton professionnel de la santé avant d'envisager des changements significatifs.



Des repas santé à
petits prix?

Ben oui!

maxi

570, boul. Laflèche, Baie-Comeau | 418 589-9020
Galeries Baie-Comeau 300, boul. La Salle, Baie-Comeau | 418 296- 5806
Le Centre Forestville 25 QC-138 CP 100, Forestville | 418 587-2202

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

418 233-3636 | 800 563-6634

Les Constructions BEST

RBQ : 8000-1852-10

COMMERCIAL INDUSTRIEL RÉSIDENTIEL

ENTREPRENEUR GÉNÉRAL
Tél. : 418 233-3334

WB ASSURANCES GÉNÉRALES
Welleston Bouchard Ltée

Les Bergeronnes Sacré-Coeur
418 232-6222 418 236-9166

72a, rue Principale, Les Bergeronnes G0T 1G0

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

GARAGE JEANNINE BOULIANNE LES ESCOUMINS **AUTO SELECT**

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

Complétez votre carte-fidélité essence et obtenez un rabais de 5 \$ sur tout achat à notre hôtel, restaurant, dépanneur ou station d'essence. Chaque tranche d'achat de 10 litres d'essence ou diesel payée comptant ou par carte débit vous donne droit à une validation.

5 \$

Règlements à l'intérieur

401, route 172 Nord, Sacré-Coeur
418 236-9444

Profitez de notre **CARTE-FIDÉLITÉ ESSENCE** et économisez

Coronet HOTEL + MOTEL RESTAURANT

CARTE-FIDÉLITÉ ESSENCE

Le **Haute-Côte-Nord**

VOUS VOULEZ ÊTRE VU ICI

CONTACTEZ :
Stéphane Hovington
418 587-2090 poste 2219
Cell : 418 297-9523

S
E
R
V
I
C
E
S
P
R
O
F
E
S
S
I
O
N
N
E
L
S

Le succès du Carnaval de Tadoussac

Le Carnaval de Tadoussac était de retour pour une 4^e édition cette année, et c'était sa première fois en tant qu'organisme à but non lucratif. L'organisation désire prendre de l'ampleur avec cette structure tout en gardant son cachet unique de fête de village basé sur la participation citoyenne.

Renaud Cyr

Bruno Forest, qui pilote le Carnaval en tant que membre du comité organisateur depuis 2022, est maintenant sur son X en termes d'organisation.

Au départ, le Carnaval était une initiative municipale de 2022 à 2023 et, en 2024, les bénévoles l'ont repris en mode «spontané» en s'organisant avec l'Auberge de jeunesse de Tadoussac, comme le rappelle l'organisateur.

Pour une première fois cette année et pour son avenir, le Carnaval s'est incorporé en tant qu'organisme afin de faciliter l'administration et l'organisation. «On veut commencer à se structurer pour que ça devienne plus facile à gérer dans les années futures», fait savoir Bruno Forest.

Rester local

Pour Bruno Forest, l'aspect local reste très intéressant pour les résidents et les gens de l'extérieur.

Il raconte comment il a rencontré un groupe venu de la ville de Québec durant l'événement qui a beaucoup apprécié le côté spontané et organique de la semaine.

«Ils sentent qu'il y a l'amour d'un village derrière l'événement, et c'est ça qu'ils viennent chercher. En termes de marketing, c'est gagnant de rester petit», estime-t-il.

Toujours dans le souci de rester accessible, Bruno Forest identifie la diversité d'activités comme une



Les fanatiques de sciage de bois lors du concours de bûcherons, une activité qui perdure depuis la première édition. Photo Facebook

force incontournable du carnaval.

«On veut que ça fasse tripper autant l'artiste un peu bohème que le passionné de scie à chaîne. C'est plaisant pour nous que le village ait un événement où tout le monde peut vibrer au même rythme», détaille-t-il.

Pour la suite, Bruno Forest affiche son intention de «faire grossir et rayonner» le carnaval de Tadoussac sans toutefois que l'événement devienne corporatif.

Participation citoyenne

Dans la lignée du Carnaval de Québec lancé en 1955, une vague de carnivals de village a balayé la province et Tadoussac a eu le sien tout au long des années 1960 jusqu'à ce qu'il soit progressivement abandonné par les bénévoles dans les années 1990.

Inspiré par la construction de châteaux en neige lorsqu'il travaillait à la Municipalité, Bruno Forest décide de relancer le carnaval avec une formule moderne, mais qui garde le traditionnel défilé.

«À la salle des loisirs, j'ai retrouvé la tête de l'ancien bonhomme Carnaval de Tadoussac et des photos d'époque. Il y avait des activités de toutes sortes et c'était un événement qui appartenait aux gens du village», raconte-t-il.

L'organisateur met en lumière comment les bénévoles, qui sont plus qu'une cinquantaine, font vivre le festival qui propose des activités journalières pour tout le monde durant la semaine de relâche. «C'est une fête, mais c'est aussi une corvée d'une certaine façon», lance-t-il avec une touche d'humour.

R
E
S
T
A
U
R
A
N
T

MARS, Mois de la reconnaissance de la pharmacie



Un souci de santé? Rendez-vous à la pharmacie!

En cas de problème de santé mineur, il est déconseillé de se rendre à l'urgence qui, comme le nom le dit, est réservée aux cas urgents. La solution? Consulter votre pharmacien ou votre pharmacienne! Il ou elle peut non seulement vous conseiller sur les produits offerts en vente libre, mais aussi vous prescrire des médicaments!

Ainsi, vous pourriez vous rendre dans une pharmacie si vous (ou l'un de vos proches) étiez dans l'une ou l'autre des situations suivantes :

- Vous avez besoin d'une contraception orale d'urgence (« pilule du lendemain »);
- Vous souhaitez entreprendre un traitement pour cesser de fumer;
- Vous êtes enceinte et avez des nausées nécessitant la prise d'une médication;
- Votre famille est infestée par des poux;
- Vous désirez recevoir des vaccins;
- Vous avez besoin d'un traitement contre le zona.

Eczéma, érythème fessier, diarrhée du voyageur, grippe, insomnie, troubles digestifs, blessures mineures, allergies, incontinence... quels que soient vos ennuis de santé, votre pharmacie est votre alliée pour les soulager!

En mars, Mois de la reconnaissance de la pharmacie, il est pertinent de se rappeler tout ce que les pharmaciens et les pharmaciennes du Québec peuvent faire pour nous au quotidien. Leur professionnalisme, leur savoir-faire et leur accessibilité permettent de désengorger les services d'urgence et de garder la population en meilleure santé. Levons notre chapeau à ces hommes et à ces femmes indispensables!

 **Brunet** *plus*

Pharmacie G. Viens-Larouche, D. Lesage,
A. Roy, M. Mohammed A Madi & M. Tremblay

LES ESCOUMINS : 418 233-2567

 **Brunet** Clinique

Pharmacie G. Viens-Larouche, D. Lesage,
A. Roy, M. Mohammed A Madi & M. Tremblay

SACRÉ-CŒUR : 418 236-9310

 **Brunet**

Pharmacie G. Viens-Larouche, D. Lesage,
A. Roy, M. Mohammed A Madi & M. Tremblay

PORT-CARTIER : 418 766-4424

Au **coeur** de notre communauté!



Sur la Côte-Nord

Moins de participation pour le défi 28 jours sans alcool

Le défi 28 jours sans alcool se termine avec une récolte de 5 778 \$ et un total de 34 participants sur la Côte-Nord.

Karianne Nepton-Philippe

L'an dernier, plus de 130 participants de la région ont récolté 9 000 \$. En 2023, 7 202 \$ ont été amassés grâce à la participation de 99 personnes.

«Il ne faut pas oublier que beaucoup de gens font le défi sans le faire de façon officielle, enregistrée avec un don», soutient l'ambassadeur du

défi 28 jours sans alcool, Jean-Marie Lapointe.

«Ce qu'on essaie de faire à la Fondation, c'est d'aller chercher des gens qui le font déjà, mais qui ne le font pas en association avec une fondation et une levée de fonds. Le défi 28 jours sans alcool de la Fondation Jean Lapointe est une levée de fonds majeure», poursuit-il.

Sensibilisation

Il y a un objectif précis de sensibili-



À l'échelle de la province, la Fondation Jean Lapointe conclut la 12^e édition du défi en récoltant plus de 555 000 \$. Photo Pixabay

sation relié à ce 28 jours. Les gens sont de plus en plus conscients de leur consommation d'alcool, soutient M. Lapointe.

«Je crois que les gens sont de plus en plus sensibilisés par l'importance de ce défi des bienfaits de faire un arrêt pour un mois. C'est aussi un mouvement de masse qui permet de ne pas se sentir seul», lance-t-il.

«Il faut aussi comprendre que la grande majorité des gens qui embarquent, ce ne sont pas des alcooliques, ils n'ont pas de problèmes de dépendance. Mais, on le fait dans le but d'en aider d'autres. Et ça aussi, ça fait partie de la préparation mentale et de la sensibilisation», soutient l'ambassadeur.

Le but du défi

Ce défi 28 jours sans alcool veut mettre en lumière la réalité des dépendances souvent méconnues. Chaque dollar récolté permet d'encourager la maison Jean Lapointe qui, elle, a une mission de prévention, de sensibilisation et d'accompagnement des proches.

Notons qu'un Québécois sur trois est touché de près ou de loin par les dépendances.

À l'échelle de la province, la Fondation Jean Lapointe conclut la 12^e édition de l'initiative en récoltant plus de 555 000 \$. Le défi a rassemblé 5 029 participants au total.

Au-delà du mois de février, la Fondation Jean Lapointe continue son éducation face aux enjeux des dépendances, spécialement chez les jeunes.

«Nous avons beaucoup d'animateurs et d'intervenants qui vont dans les différentes écoles partout au Québec. Depuis une vingtaine d'années, c'est plus d'un million de jeunes qui ont été rencontrés et sensibilisés», fait savoir Jean-Marie Lapointe.



Jean-Marie Lapointe, ambassadeur du défi 28 jours sans alcool. Photo courtoisie

Reprenez le contrôle sur vos habitudes de jeu. Nous pouvons vous aider avec notre service de soutien à distance.



GRATUIT • CONFIDENTIEL



1 800 461-0140 • telecounseling.ca

Partenaire: Québec



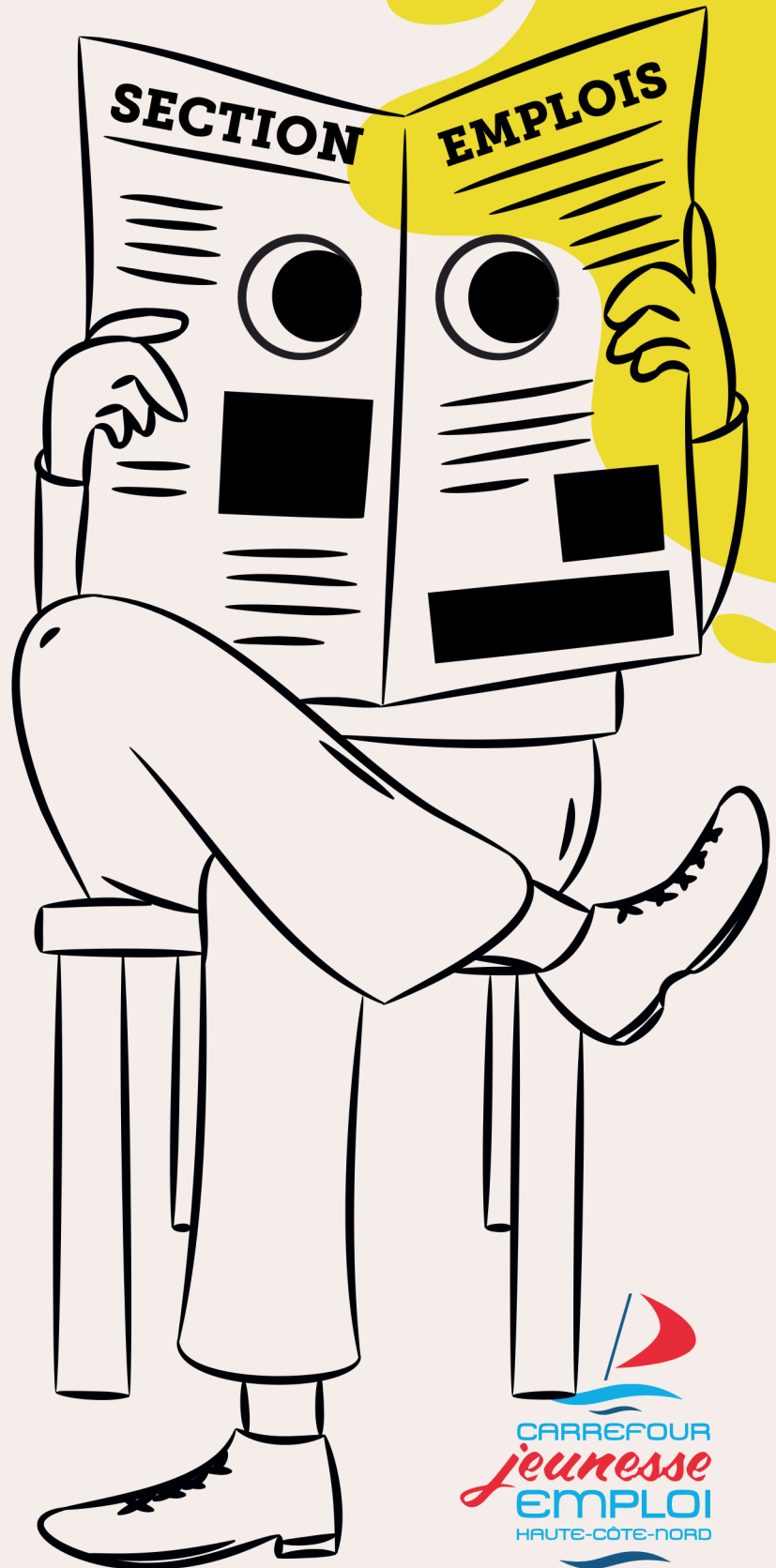
ee
Opération
emploi
Haute-Côte-Nord

Cahier EMPLOI 2025

DES COMPÉTENCES,
DES OPPORTUNITÉS

UN AVENIR

Avec la participation financière de :



VOTRE ENTREPRISE, NOTRE PRIORITÉ!

À VOS CÔTÉS, À CHAQUE ÉTAPE



MRC
La Haute-Côte-Nord
**DÉVELOPPEMENT
ÉCONOMIQUE**

**UNE ÉQUIPE
SPÉCIALISÉE EN
GESTION ET EN
DÉVELOPPEMENT
D'ENTREPRISES**

NOUS JOINDRE :
1 866 228-0223
418 233-2102
26, rue de la Rivière,
bur.101, Les Escoumins
www.mrchcn.qc.ca



**DYNAMISER
LE TERRITOIRE**
Pour voir loin avec vous

DIRECTION

Alain Bossé, directeur,
poste 244, alain.bosse@mrchcn.qc.ca

ADJOINTE

Karine Migneault, adjointe administrative,
poste 237, karine.migneault@mrchcn.qc.ca

ÉCONOMIQUE

Alassane Camara, analyste financier,
poste 234, alassane.camara@mrchcn.qc.ca

CULTUREL

Kat Lynn Brisebois-Gagnon, conseillère en
développement culturel,
poste 206, kl.brisebois@mrchcn.qc.ca

IMMIGRATION

Marine Hoibian, conseillère en immigration,
poste 242, marine.hoibian@mrchcn.qc.ca



CONSEIL
Le meilleur service-conseil
pour votre entreprise

COMMUNAUTAIRE ET SOCIAL

Geneviève Dick, conseillère au développement
des communautés,
poste 235, genevieve.dick@mrchcn.qc.ca

VITALISATION

Simon Godin-Bilodeau, conseiller en
vitalisation municipale,
poste 230, simon.godin-bilodeau@mrchcn.qc.ca

COMMUNICATIONS

Marylise Bouchard, conseillère aux communications,
poste 238, marylise.bouchard@mrchcn.qc.ca

TOURISME

Claude Brassard, conseiller en
développement touristique,
poste 232, claudio.brassard@mrchcn.qc.ca



FINANCEMENT
Pour réaliser vos projets

Sacré-Coeur

EMPLOIS RÉGULIERS :

AGENT DE DÉVELOPPEMENT COMMUNAUTAIRE

Municipalité de Sacré-Coeur
Contactez : Jeannot Lepage
418 236-4621, poste 35
dg@sacre-coeur.ca

COMMIS-LIVREUR MATÉRIAUX

Pièces d'autos Deschênes
Contactez : Serge Deschênes
418 236-4764, poste 31
Fax : 418 236-9245
serge@padhh.com

CONDUCTEUR DE CAMION DE TRANSPORT DE SOUS-PRODUITS

Boisaco
emploi@boisaco.com
Carrières | Boisaco

DIRECTEUR GÉNÉRAL

Usine de transformation
Boisaco
emploi@boisaco.com
Carrières | Boisaco

JOURNALIER DE PRODUCTION

Boisaco
emploi@boisaco.com
Carrières | Boisaco

MÉCANICIEN INDUSTRIEL

Boisaco
emploi@boisaco.com
Carrières | Boisaco

MACHINISTE CNC

Usi-Art Innovation inc.
Contactez : Gabriel Tremblay
418 236-1115 ou 1 833 835-1935
gabetrem@gmail.com

SUPERVISEUR AUX OPÉRATIONS FORESTIÈRES

Boisaco
emploi@boisaco.com
Carrières | Boisaco

EMPLOI SAISONNIER :

PRÉPOSÉ À L'ACCUEIL ET À L'ENTRETIEN EN POUVOIRIE

Pouvoirie des Grands-Ducs
Contactez : Nicolas Gagnon
pouvoiriedesgrandsducs@outlook.com

EMPLOIS ÉTUDIANTS :

MONITEUR-SAUVETEUR (3 postes)

Municipalité de Sacré-Coeur
Contactez : Jeannot Lepage
418 236-4621, poste 35
dg@sacre-coeur.ca

MONITEUR DE TERRAIN DE JEUX ET CAMP DE JOUR (5 postes)

Municipalité de Sacré-Coeur
Contactez : Jeannot Lepage
418 236-4621, poste 35
dg@sacre-coeur.ca

PRÉPOSÉ À LA BOUTIQUE (2 postes)

Herbamiel
Contactez : Marie-Pierre
418 236-8226
info@herbamiel.ca

EMPLOIS SUR LISTE DE RAPPEL :

ÉDUCATRICE REMPLAÇANTE

(2 postes)
CPE de la petite enfance Grain de Soleil
Contactez : Carolane Gravel
418 236-1510
Fax : 418 236-1509
dg@cpegraindesoleil.com

Tadoussac

EMPLOI RÉGULIER :

BOUCHER

Épicerie Coté Tadoussac (Intermarché)
Contactez : Serge Hovington
418 235-4430 Fax : 418 235-4636
epiceriecote@hotmail.com

EMPLOIS SAISONNIERS :

AUBERGISTE - RÉCEPTIONNISTE

Auberge jeunesse de Tadoussac
Contactez : Mélanie Duchesne
418 235-4372
Fax : 418 235-4608
ajtadou@outlook.com

BARMAN

Hôtel Tadoussac
Contactez : Tina Tremblay
418 235-2525, poste 7584
Fax : 418 235-4607
ttremblay@hoteltadoussac.ca

BOULANGER (2 postes)

À l'emportée, coop
Contactez : Danielle Harvey
boulangeriealemportee@gmail.com

CAISSIER (2 postes)

À l'emportée, coop
Contactez : Danielle Harvey
boulangeriealemportee@gmail.com

COMMIS À LA CUISINE

Hôtel Tadoussac
Contactez : Tina Tremblay
418 235-2525, poste 7584
Fax : 418 235-4607
ttremblay@hoteltadoussac.ca

COMMIS À LA RÉCEPTION (2 postes)

Hôtel Tadoussac
Contactez : Tina Tremblay
418 235-2525, poste 7584
Fax : 418 235-4607
ttremblay@hoteltadoussac.ca

COMMIS DÉBARRASSEUR

Hôtel Tadoussac
Contactez : Tina Tremblay
418 235-2525, poste 7584
Fax : 418 235-4607
ttremblay@hoteltadoussac.ca

CUISINIER (2 postes)

À l'emportée, coop
Contactez : Danielle Harvey
boulangeriealemportee@gmail.com

CUISINIER (2 postes)

Le Gibard, café resto
Contactez : Nancy Guay
418 235-4534
legibard@hotmail.com

CUISINIER

Bistro de la Baie
Contactez : Myriam Therrien
418 514-4934
bistrodelabaie@gmail.com

GARDIEN DE NUIT

Auberge jeunesse de Tadoussac
Contactez : Mélanie Duchesne
418 235-4372
Fax : 418 235-4608
ajtadou@outlook.com

MAÎTRE D'HÔTEL

Hôtel Tadoussac
Contactez : Tina Tremblay
418 235-2525, poste 7584
Fax : 418 235-4607
ttremblay@hoteltadoussac.ca

PLACIER EN SALLE À MANGER

Hôtel Tadoussac
Contactez : Tina Tremblay
418 235-2525, poste 7584
Fax : 418 235-4607
ttremblay@hoteltadoussac.ca

PLONGEUR EN CUISINE

Hôtel Tadoussac
Contactez : Tina Tremblay
418 235-2525, poste 7584
Fax : 418 235-4607
ttremblay@hoteltadoussac.ca

PRÉPOSÉ À L'ACCUEIL, RÉCEPTION ET RÉSERVATION

La Galouine Auberge
info@lagalouine.com
admin@lagalouine.com

PRÉPOSÉ À L'ACCUEIL CLIENT

Hôtel Motel Le Béluga
Contactez : Lyne
info@le-beluga.qc.ca

PRÉPOSÉ À LA BUANDERIE

Hôtel Motel Le Béluga
Contactez : Lyne
info@le-beluga.qc.ca

PRÉPOSÉ À L'ENTRETIEN MÉNAGER

Maison Clauphi Tadoussac
Contactez : Fernand
418 235-4303
tadousac@bellnet.ca

PRÉPOSÉ À L'ENTRETIEN MÉNAGER

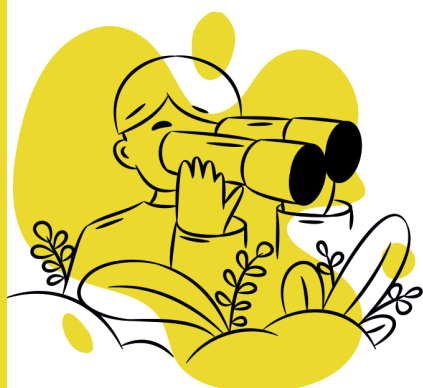
(2 postes)
Domaine des Dunes Tadoussac
Contactez : Bernadette Bender
418 235-4843
admin@domainedesdunes.com

PRÉPOSÉ À L'ENTRETIEN MÉNAGER

(2 postes)
Auberge jeunesse de Tadoussac
Contactez : Mélanie Duchesne
418 235-4372
Fax : 418 235-4608
ajtadou@outlook.com

PRÉPOSÉ À L'ENTRETIEN AUX CHAMBRES ET LAVAGE (3 postes)

La Galouine Auberge
info@lagalouine.com
admin@lagalouine.com



PRÉPOSÉ AU CONFORT

Hôtel Motel Le Béluga
Contactez : Lyne
info@le-beluga.qc.ca

PRÉPOSÉ AU STATIONNEMENT

Hôtel Tadoussac
Contactez : Tina Tremblay
418 235-2525, poste 7584 Fax : 418 235-4607
ttremblay@hoteltadoussac.ca

PRÉPOSÉ AUX CHAMBRES

Hôtel sous la croix
Contactez : Léona Dufour
581 235-9557
leonadufour1961@gmail.com

PRÉPOSÉ AUX CHAMBRES (2 postes)

Hôtel Tadoussac
Contactez : Tina Tremblay
418 235-2525, poste 7584
Fax : 418 235-4607
ttremblay@hoteltadoussac.ca

RÉCEPTIONNISTE

Domaine des Dunes Tadoussac
Contactez : Bernadette Bender
418 235-4843
admin@domainedesdunes.com

RÉCEPTIONNISTE

Motel l'Anse À L'eau
Contactez : Stéphane Cauchon
418 235-4313
motellansealeau@gmail.com

SERVEUR

Bistro de la Baie
Contactez : Myriam Therrien
418 514-4934
bistrodelabaie@gmail.com

SERVEUR DE BAR (2 postes)

Auberge jeunesse de Tadoussac
Contactez : Mélanie Duchesne
418 235-4372 Fax : 418 235-4608
ajtadou@outlook.com

SURPERVISEUR À L'ENTRETIEN MÉNAGER

Hôtel Tadoussac
Contactez : Tina Tremblay
418 235-2525, poste 7584
Fax : 418 235-4607
ttremblay@hoteltadoussac.ca

EMPLOIS SAISONNIERS OU TEMPORAIRES :

MATELOT (20 postes)

Société des traversiers du Québec
Contactez : Anne Lerbovici
1 877 787-7483, poste 71110
dotations.rh@traversiers.gouv.qc.ca

EMPLOIS SAISONNIERS OU ÉTUDIANTS :

GUIDE-INTERPRÈTE - MUSÉE

Chapelle de Tadoussac
Contactez : Nathalie Murray
418 514-8438 Fax : 418 235-4365
chappedetadoussac@hotmail.com

PRÉPOSÉ AUX CHAMBRES

Motel l'Anse À L'eau
Contactez : Stéphane Cauchon
418 235-4313
motellansealeau@gmail.com

PRÉPOSÉ AUX PONTONS ET À L'ACCUEIL (2 postes)

Carrefour maritime de Tadoussac (Marina)
Contactez : Julie Tremblay
418 235-4585
marinatadoussac@gmail.com

EMPLOIS ÉTUDIANTS :

PRÉPOSÉ À LA BOUTIQUE

Hôtel Tadoussac
Contactez : Tina Tremblay
418 235-2525, poste 7584
Fax : 418 235-4607
ttremblay@hoteltadoussac.ca

PRÉPOSÉ À LA PISCINE

Hôtel Tadoussac
Contactez : Tina Tremblay
418 235-2525, poste 7584
Fax : 418 235-4607
ttremblay@hoteltadoussac.ca

Les Bergeronnes

EMPLOIS RÉGULIERS :

AGENT DE DÉVELOPPEMENT

Municipalité des Bergeronnes
Contactez : Nicole Maltais
418 232-6244, poste 1222
Fax : 418 232-6602
direction@bergeronnes.com

COORDONNATEUR EN LOISIRS, CULTURE ET VIE COMMUNAUTAIRE

Municipalité des Bergeronnes
Contactez : Nicole Maltais
418 232-6244, poste 1222
Fax : 418 232-6602
direction@bergeronnes.com

ÉLECTROMÉCANICIEN

Bersaco inc.
Contactez : Chantal Simard
418 236-4633, poste 2233
csimard@boisaco.com

MANŒUVRE DE SCIERIE

Bersaco inc.
Contactez : Chantal Simard
418 236-4633, poste 2233
csimard@boisaco.com

MÉCANICIEN INDUSTRIEL (2 postes)

1 poste régulier, 1 poste apprenti
Bersaco inc.
Contactez : Chantal Simard
418 236-4633, poste 2233
csimard@boisaco.com

EMPLOIS SAISONNIERS :

AGENT D'ACCUEIL

Camping Bon-Désir
Contactez : Nicole Maltais
418 232-6244, poste 1222
Fax : 418 232-6602
direction@bergeronnes.com

ANIMATEUR OU INTERVENANT

Maison des jeunes La Ramasse
Contactez : Johanne Bouchard
418 232-1228, cell. 418 293-2830
coordination@mdjlaramasse.com

CHEF D'ÉQUIPE REBOISEMENT

Coopérative forestière La Nord-Côtière
Contactez : Pierre Michaud
418 714-4904
pierre.michaud@lanordcotiere.com

CONTREMAÎTRE

Camping Bon-Désir
Contactez : Nicole Maltais
418 232-6244, poste 1222
Fax : 418 232-6602
direction@bergeronnes.com

CONTREMAÎTRE ÉDUCATION DE PEUPEMENT (Débroussaillage)

Coopérative forestière La Nord-Côtière
Contactez : William Lebel
418 617-1541
william.lebel@lanordcotiere.com

CUISINIER

Explos-Nature
Contactez : Nicolas Ethier
418 232-6249, poste 23
direction.general@explosnature.ca

CUISINIER

Boulangerie artisanale
la P'tite cochonne inc.
Contactez : Chantal
418 617-9834
<https://www.facebook.com/share/p/15s83RJN24/>

GARDIEN DE SÉCURITÉ

Camping Bon-Désir
Contactez : Nicole Maltais
418 232-6244, poste 1222
Fax : 418 232-6602
direction@bergeronnes.com

JOURNALIER AUX TRAVAUX PUBLICS

Municipalité des Bergeronnes
Contactez : Nicole Maltais
418 232-6244, poste 1222
Fax : 418 232-6602
direction@bergeronnes.com

OPÉRATEUR DE DÉBUSQUEUSE – PRÉPARATION DE TERRAIN (4 postes)

Coopérative forestière La Nord-Côtière
Contactez : Dylan Gremont
418 514-9356
dylan.gremont@lanordcotiere.com

PRÉPOSÉ À L'ENTRETIEN MÉNAGER

Explos-Nature
Contactez : Nicolas Ethier
418 232-6249, poste 23
direction.generale@explosnature.ca

PRÉPOSÉ À L'ENTRETIEN DES CHAMBRES

La Bergeronnette inc.
Contactez : Daniel Brochu
418 232-6642 ou 581 985-6641
info@bergeronnette.com

TECHNICIEN FORESTIER – SUIVI DES TRAVAUX SYLVICOLES (4 postes)

Coopérative forestière La Nord-Côtière
Contactez : Simon Boutevin
367 321-1736
simon.boutevin@lanordcotiere.com

EMPLOIS SAISONNIERS OU ÉTUDIANTS :

AGENT D'ACCUEIL

Camping Bon-Désir
Contactez : Nicole Maltais
418 232-6244, poste 1222
Fax : 418 232-6602
direction@bergeronnes.com

PRÉPOSÉ À L'ACCUEIL

Municipalité des Bergeronnes
Contactez : Nicole Maltais
418 232-6244, poste 1222
Fax : 418 232-6602
direction@bergeronnes.com

PRÉPOSÉ À L'ENTRETIEN MÉNAGER

Camping Bon-Désir
Contactez : Nicole Maltais
418 232-6244, poste 1222
Fax : 418 232-6602
direction@bergeronnes.com

Les Escoumins

EMPLOIS RÉGULIERS :

CONSEILLER EN DÉVELOPPEMENT DES ENTREPRISES

MRC La Haute-Côte-Nord
Contactez : Élise Guignard
418 233-2102
Fax : 418 233-3010
claudine.dufour@mrchcn.qc.ca

CONSEILLER EN DÉVELOPPEMENT DES ENTREPRISES

(Volet innovation)
MRC La Haute-Côte-Nord
Contactez : Élise Guignard
418 233-2102
Fax : 418 233-3010
claudine.dufour@mrchcn.qc.ca

CONSEILLER EN ENVIRONNEMENT (Plan climat)

MRC La Haute-Côte-Nord
Contactez : Élise Guignard
418 233-2102
Fax : 418 233-3010
claudine.dufour@mrchcn.qc.ca

COORDONNATEUR EN GESTION DES MATIÈRES RÉSIDUELLES

MRC La Haute-Côte-Nord
Contactez : Élise Guignard
418 233-2102
Fax : 418 233-3010
claudine.dufour@mrchcn.qc.ca

DIRECTEUR DE PROJET

MRC La Haute-Côte-Nord
Contactez : Élise Guignard
418 233-2102 Fax : 418 233-3010
claudine.dufour@mrchcn.qc.ca

GREFFIER ADJOINT

MRC La Haute-Côte-Nord
Contactez : Élise Guignard
418 233-2102 Fax : 418 233-3010
claudine.dufour@mrchcn.qc.ca

TECHNICIEN EN AMÉNAGEMENT

MRC La Haute-Côte-Nord
Contactez : Élise Guignard
418 233-2102 Fax : 418 233-3010
claudine.dufour@mrchcn.qc.ca

EMPLOIS SAISONNIERS :

BARISTA (3 postes)

Kiboikoi
Contactez : Laurie Fait
581 322-1221
kiboikoi@hotmail.com

CUISINIER (2 postes)

Conseil de la Première Nation des Innus Essipit
Contactez : Annie Bellavance
418 233-2509, poste 227
annie.bellavance@essipit.com

CUISINIER (2 postes)

Kiboikoi
Contactez : Laurie Fait
581 322-1221
kiboikoi@hotmail.com

GUIDE DE KAYAK (2 postes)

Mer et monde écotours
Conseil de la Première Nation des Innus Essipit
Contactez : Annie Bellavance
418 233-2509, poste 227
annie.bellavance@essipit.com

MATELOT DE PONT (2 postes)

Compagnie de Navigation des Basques
Contactez : Capitaine Rioux
gestionheritage1@gmail.com

MÉCANICIEN 4^E CLASSE/SVWO

Compagnie de Navigation des Basques
Contactez : Capitaine Rioux
gestionheritage1@gmail.com

MÉCANICIEN À TEMPS PARTIEL

PML Entretien paysager
Contactez : Lisette Dufour
418 514-8705 option 1, poste 4
info@pmllessard.ca

PRÉPOSÉ À L'ACCUEIL ET AUX RÉSERVATIONS (2 postes)

Mer et monde écotours
Conseil de la Première Nation des Innus Essipit
Contactez : Annie Bellavance
418 233-2509, poste 227
annie.bellavance@essipit.com

PRÉPOSÉ À L'ENTRETIEN MÉNAGER

Motel le Marinier
Contactez : Michel Gagnon
418 233-3309
mich1960@outlook.com

PRÉPOSÉ À L'ENTRETIEN MÉNAGER

(2 postes)
Chalets et condos
Conseil de la Première Nation des Innus Essipit
Contactez : Annie Bellavance
418 233-2509, poste 227
annie.bellavance@essipit.com

PRÉPOSÉ À L'ENTRETIEN DE TERRAIN

Mer et monde écotours
Conseil de la Première Nation des Innus Essipit
Contactez : Annie Bellavance
418 233-2509, poste 227
annie.bellavance@essipit.com

PRÉPOSÉ AU RESTAURANT

(2 postes)
Compagnie de Navigation des Basques
Contactez : Capitaine Rioux
gestionheritage1@gmail.com

PRÉPOSÉ DE QUAI

Compagnie de Navigation des Basques
Contactez : Capitaine Rioux
gestionheritage1@gmail.com

RESPONSABLE DES CROISIÈRES

Conseil de la Première Nation des Innus Essipit
Contactez : Annie Bellavance
418 233-2509, poste 227
annie.bellavance@essipit.com

RESPONSABLE TONTE DE GAZON ET ENTRETIEN DE TERRAIN

PML Entretien paysager
Contactez : Lisette Dufour
418 514-8705 option 1, poste 4
info@pmllessard.ca

EMPLOIS SAISONNIERS OU ÉTUDIANTS :

PRÉPOSÉ À LA FRIPERIE (2 postes)

Carrefour Solidaire HCN
Contactez : Nathalie Beaudoin
418 233-3910
directrice@entraidehcn.com

TRAVAILLEUR DE RUE EN MILIEU FESTIF ET PARCS (2 postes)

Carrefour Solidaire HCN
Contactez : Nathalie Beaudoin
418 233-3910
directrice@entraidehcn.com

EMPLOIS ÉTUDIANTS :

AGENT DE L'ENVIRONNEMENT

(2 postes)
MRC La Haute-Côte-Nord
Contactez : Élise Guignard
418 233-2102
Fax : 418 233-3010
claudine.dufour@mrchcn.qc.ca

ANIMATEUR CAMP DE JOUR

(2 postes)
Municipalité des Escoumins
Contactez : Andrée Lessard
418 233-2766, poste 4
andree.lessard@escoumins.ca

GESTIONNAIRE CAMP DE JOUR

Municipalité des Escoumins
Contactez : Andrée Lessard
418 233-2766, poste 4
andree.lessard@escoumins.ca

VOIRIE-PARCS ET ESPACES VERTS

(3 postes)
Municipalité des Escoumins
Contactez : Andrée Lessard
418 233-2766, poste 4
andree.lessard@escoumins.ca

Portneuf-sur-Mer

EMPLOI RÉGULIER :

DIRECTEUR GÉNÉRAL ET GREFFIER-TRÉSORIER

Municipalité de Portneuf-sur-Mer
Contactez : Cynthia Plante ou Jean-Maurice Tremblay
418 238-2642
Fax : 418 238-5319
greffe@portneuf-sur-mer.ca

Forestville

EMPLOIS RÉGULIERS :

AGENT DE DÉVELOPPEMENT

Ville de Forestville
Contactez : Dominique Tremblay
418 587-2285, poste 1106
dg@forestville.ca

PLOMBIER

Plomberie Stéphane Bergeron
Contactez : Stéphane Bergeron
418 587-3683
plombrerie_s.bergeron@icloud.com

TECHNICIEN EN LOISIRS

Ville de Forestville
Contactez : Dominique Tremblay
418 587-2285, poste 1106
dg@forestville.ca

TECHNICIEN EN URBANISME

Ville de Forestville
Contactez : Dominique Tremblay
418 587-2285, poste 1106
dg@forestville.ca

**EMPLOIS RÉGULIERS,
SAISONNIERS, ÉTUDIANTS ET
RÉSERVE DE CANDIDATURE :**

ADJOINT ADMINISTRATIF
Les Excavations A. Savard
Contactez : Maxime Desmeules
418 587-4740
excavard@globetrotter.net

ARPENTEUR
Les Excavations A. Savard
Contactez : Maxime Desmeules
418 587-4740
excavard@globetrotter.net

ESTIMATEUR
Les Excavations A. Savard
Contactez : Maxime Desmeules
418 587-4740
excavard@globetrotter.net

MÉCANICIEN
Les Excavations A. Savard
Contactez : Maxime Desmeules
418 587-4740
excavard@globetrotter.net

OPÉRATEUR MARCHENIRIE LOURDE
(Pelle, tracteur, loader,
conducteur de camion)
Les Excavations A. Savard
Contactez : Maxime Desmeules
418 587-4740
excavard@globetrotter.net

TECHNICIEN EN COMPTABILITÉ
Les Excavations A. Savard
Contactez : Maxime Desmeules
418 587-4740
excavard@globetrotter.net

**TECHNICIEN EN GÉNIE CIVIL OU
CHARGÉ DE PROJETS**
Les Excavations A. Savard
Contactez : Maxime Desmeules
418 587-4740
excavard@globetrotter.net

EMPLOIS SAISONNIERS :

**COORDONNATEUR DES
ACTIVITÉS ESTIVALES**
Ville de Forestville
Contactez : Dominique Tremblay
418 587-2285, poste 1106
dg@forestville.ca

**PRÉPOSÉ À L'ENTRETIEN
DU TERRAIN**
Golf le Méandre
Contactez : André Drapeau
418 587-6363
Cell. 418 587-3330
golf.meandre@hotmail.com

**EMPLOIS SAISONNIERS OU
ÉTUDIANTS :**

PRÉPOSÉ À L'ACCUEIL ET AU BAR
(2 postes)
Golf le Méandre
Contactez : André Drapeau
418 587-6363 Cell. 418 587-3330
golf.meandre@hotmail.com

EMPLOIS ÉTUDIANTS :

PRÉPOSÉ À L'ACCUEIL
Zec de Labrieville
Contactez : Laurier Goulet
514 778-7792
laurier.goulet@gmail.com

PRÉPOSÉ AU TERRAIN (2 postes)
Zec de Labrieville
Contactez : Laurier Goulet
514 778-7792
laurier.goulet@gmail.com

EMPLOIS À TEMPS PARTIEL :

POMPIER
Ville de Forestville –
Service des incendies
Contactez : Stéphanie Tremblay
418 587-2285, poste 2101
stephanietremblay@forestville.ca

Colombier

EMPLOIS SAISONNIERS :

CONTREMAÎTRE DE PRODUCTION
Sungro Horticulture Canada Itée
Fax : 506 336-9300
ink.jobs@sungro.com

**COORDINATEUR SÉCURITÉ
ET SOUTIEN ADMINISTRATIF**
Sungro Horticulture Canada Itée
Fax : 506 336-9300
ink.jobs@sungro.com

MÉCANICIEN
Sungro Horticulture Canada Itée
Fax : 506 336-9300
ink.jobs@sungro.com

OPÉRATEUR DE CHARGEUSE (Loader)
Sungro Horticulture Canada Itée
Fax : 506 336-9300
ink.jobs@sungro.com

**OPÉRATEUR DE CHARIOT
ÉLÉVATEUR**
Sungro Horticulture Canada Itée
Fax : 506 336-9300
ink.jobs@sungro.com

OPÉRATEUR DE PRESSE
Sungro Horticulture Canada Itée
Fax : 506 336-9300
ink.jobs@sungro.com

OPÉRATEUR DE PALETTISEUR
Sungro Horticulture Canada Itée
Fax : 506 336-9300
ink.jobs@sungro.com

TECHNICIEN DE LABORATOIRE
Sungro Horticulture Canada Itée
Fax : 506 336-9300
ink.jobs@sungro.com

La Haute-Côte-Nord

EMPLOIS RÉGULIERS :

CONSEILLER PÉDAGOGIQUE
(remplacement)
ERGOTHÉRAPEUTE
ORTHOPHONISTE
PSYCHOLOGUE
Centre de services
scolaire de l'Estuaire
Contactez : Félix Béland
418 589-0806, poste 4859
Fax : 418 589-0856
rh@cssestuaire.gouv.qc.ca

MÉCANICIEN, CLASSE 1
**TECHNICIEN EN FORMATION
PROFESSIONNELLE**
(foresterie et forage de diamant)
Centre de services scolaire de l'Estuaire
Contactez : Mery Dieng
418 589-0806, poste 4830
Fax : 418 589-0856
rh@cssestuaire.gouv.qc.ca

EMPLOIS SAISONNIERS :

MANŒUVRE SPÉCIALISÉ
Entreprises Jacques Dufour & fils inc.
Contactez : Pierre-Luc Poisson
418 435-1575
pierreluca@ejd.ca

GARDE-PARC PATROUILLEUR
(3 postes)
Parc national du Fjord-du-Saguenay
Contactez : Dominic Dion
418 272-1509, poste 6706
dion.dominic@sepaq.com

PRÉPOSÉ À L'ACCUEIL (3 postes)
Parc national du Fjord-du-Saguenay
Contactez : Véronique Vandal
418 272-1509, poste 6704
vandal.veronique@sepaq.com

**PRÉPOSÉ AUX OPÉRATIONS DE
TERRAIN** (2 postes)
Parc national du Fjord-du-Saguenay
Contactez : Martin Houde
418 272-1509, poste 6702
houdemartin@sepaq.com

EMPLOI ÉTUDIANT :

**ÉTUDIANT À L'EXPÉRIENCE
DU VISITEUR**
(Secteurs : Bergeronnes,
Escoumins et Baie Ste-Marguerite)
Parc Canada
Contactez : Maude Jacques-Beaudoin
367 321-0124
cv-ssl@pc.gc.ca

EMPLOIS CONTRACTUELS :

PRÉPOSÉ, SERVICES AUX VISITEURS
(2 postes) (Secteurs : Bergeronnes,
Escoumins et Baie Ste-Marguerite)
Parc Canada
Contactez : Maude Jacques-Beaudoin
367 321-0124
cv-ssl@pc.gc.ca



Dans ce document, le genre masculin est utilisé comme générique, dans le seul but de ne pas alourdir le texte.

« Saviez-vous que »

SELON LES DONNÉES DU RECENSEMENT DE 2021 DE STATISTIQUE CANADA

(la population de Unamen Shipu et celle de Pakua Shipu ne sont pas prises en compte dans le recensement de 2021):

- La population totale de la MRC de la Haute-Côte-Nord représente environ 12 % de la population de la région de la Côte-Nord.
- Et environ 10 % des personnes d'identité autochtone de la Côte-Nord, résident dans la MRC de la Haute-Côte-Nord.
- Par rapport au recensement de 2016, la **population totale** dans la communauté d'Essipit a augmenté de 4,4 % en 2021. Elle est passée de 297 habitants en 2016 à 310 habitants en 2021.



SAVIEZ-VOUS QU'AU CJE HCN

ON A UNE DIVERSITÉ DE SERVICES ? // // // //

QUELS QUE SOIENT VOS BESOINS,
VOS QUESTIONS, NOUS SOMMES LÀ POUR VOUS.

Les Bergeronnes

427, rue de la Mer, 2^e étage
Les Bergeronnes (Qc) G0t 2A0
Téléphone : 581 324-1110

Forestville

31, route 138 Ouest
Forestville (Qc) G0T 1E0
Téléphone : 581 324-1110



Courriel : cjehcn@cjehcn.qc.ca

POUR LES 15-35 ANS

On peut t'accompagner dans toutes les étapes de ta recherche d'emploi: de ton curriculum vitae en passant par la préparation à l'entrevue jusqu'à l'entrée chez ton nouvel employeur. On peut également t'aider à trouver tes objectifs en employabilité. Notre intervenante est là pour toi!

POUR 18 - 35 ANS AVEC FORMATION

Si tu souhaites t'installer ou pour un retour en HCN, notre agente Place aux jeunes peut t'accompagner dans la recherche d'emploi, de logement ou dans la découverte de ton nouveau milieu de vie en HCN. On est là pour toi!

POUR LES PERSONNES IMMIGRANTES

Tu viens d'arriver en HCN et tu as besoin d'aide pour t'installer dans ton nouveau milieu? Notre agente d'intégration en immigration offre un soutien personnalisé pour te faire connaître les services, organismes et activités sur notre territoire et t'accompagner vers les différentes ressources selon tes besoins. On est là pour toi!

POUR LES EMPLOYEURS

Vous avez trouvé la perle rare pour combler un poste, mais elle hésite avant de s'installer? Notre agente Place aux jeunes peut vous aider en accompagnant et en offrant un séjour accompagné.

Vous avez sélectionné un candidat de plus de 35 ans et souhaitez le voir en entrevue ou faciliter son installation? Nous pouvons l'accompagner avec Destination Haute-Côte-Nord.

Vous éprouvez quelques difficultés avec un employé, vous vous questionnez sur sa place dans votre entreprise? Le programme de maintien en emploi permet d'intervenir sur les attitudes professionnelles et les défis personnels de vos employés.

Vous avez des personnes immigrantes parmi vos employés ou vous comptez en accueillir bientôt. Afin de faciliter leur intégration et vous soutenir dans l'accueil de ces employés, notre agente en intégration peut les accompagner selon les besoins. Nous offrons des activités pour favoriser la rétention. Nous sommes là pour vous!

Québec emploi



Une valeur sûre pour afficher ou trouver un emploi

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

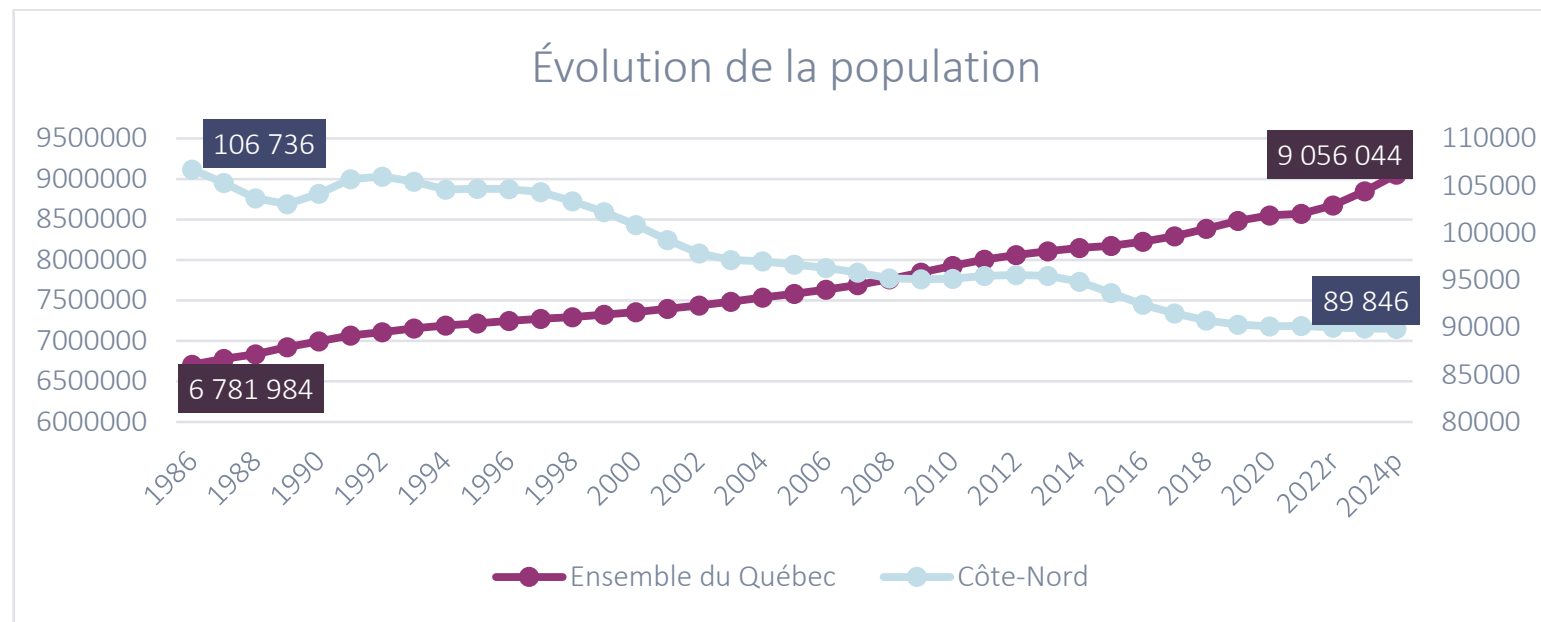
Votre
gouvernement

Québec 

« Saviez-vous que »

Selon les données de l'Institut de la Statistique du Québec (ISQ)

Entre 1986 et 2024, la population de la Côte-Nord a diminué de 16 % (-16 890 habitants), tandis que celle de l'ensemble du Québec a augmenté de 35 % (+2 347 874 habitants) au cours de la même période.



SOURCES :
Institut de la statistique
du Québec.

Statistique Canada,
Estimations démographiques
annuelles
(régions infraprovinciales,
janvier 2023).

Adapté par l'Institut
de la statistique du
Québec, mise à jour
le 11 janvier 2023

Le milieu de l'éducation t'intéresse ?

Nous avons un **URGENT** besoin de suppléants en enseignement
et plusieurs autres postes à combler!

Nos conditions de travail sont **TRÈS** avantageuses.

Pour faire une différence dans le cheminement
des élèves et contribuer à leur réussite éducative,
visite la section Carrière de notre site Internet
(cssestuaire.gouv.qc.ca) ou apporte ton CV.

En personne :
620, rue Jalbert, Baie-Comeau
Courriel : rh@cssestuaire.gouv.qc.ca
Téléphone : 418 589-0806, poste 4818

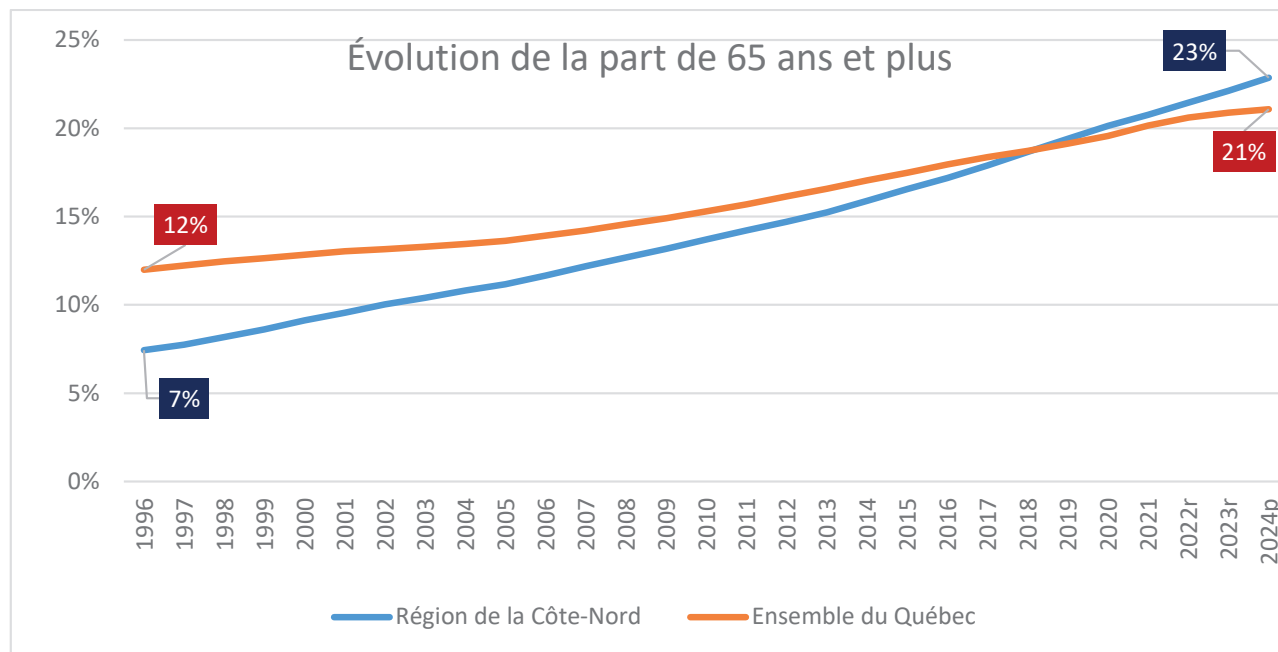
Centre
de services scolaire
de l'Estuaire

Québec

« Saviez-vous que »

Le vieillissement de la population est une réalité tant au Québec que sur la Côte-Nord. Cependant, ce phénomène est plus rapide sur la Côte-Nord comparativement à la moyenne québécoise.

En effet, la proportion des personnes âgées de 65 ans et plus est passée de 7 % à 23 % sur la Côte-Nord, tandis qu'elle est passée de 12 % à 21 % au Québec. Durant cette même période, l'âge médian sur la Côte-Nord est passé de 33,9 ans à 45,8 ans entre 1996 et 2024. Au Québec, l'âge médian est passé de 36,1 ans à 42,5 ans au cours de la même période.



SOURCES : Sources : Institut de la statistique du Québec. Statistique Canada, Estimations démographiques annuelles (régions infraprovinciales, janvier 2025). Adapté par l'Institut de la statistique du Québec.

Entre 1996 et 2024, la population a diminué dans toutes les MRC de la Côte Nord. Celle de **La Haute-Côte-Nord** a diminué de plus d'un quart (-26 %).

SOURCES : Institut de la statistique du Québec. Statistique Canada, Estimations démographiques annuelles (régions infraprovinciales, janvier 2025). Adapté par l'Institut de la statistique du Québec.

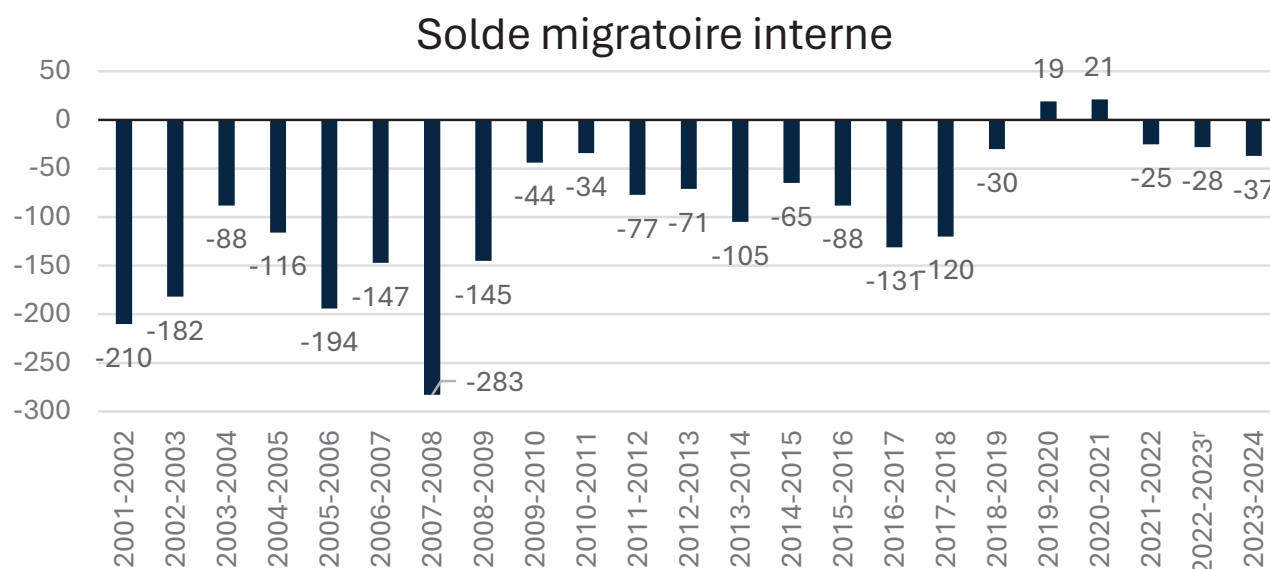
	Population		Variations entre 1996 et 2024	
	1996	2024	Volume	%
Côte-Nord	104 643	89 846	-14 797	-14 %
La Haute-Côte-Nord	13 615	10 076	-3 539	-26 %
Manicouagan	36 739	30 198	-6 541	-18 %
Sept-Rivières	36 964	34 534	-2 430	-7 %
Caniapiscau	4 488	3 808	-680	-15 %
Minganie	7 010	6 570	-440	-6 %
Le Golfe-du-Saint-Laurent	5 827	4 660	-1 167	-20 %

C'est dans la MRC de la Haute-Côte-Nord que l'âge médian de la population est le plus élevé dans la région.

Ainsi, en 2024 :

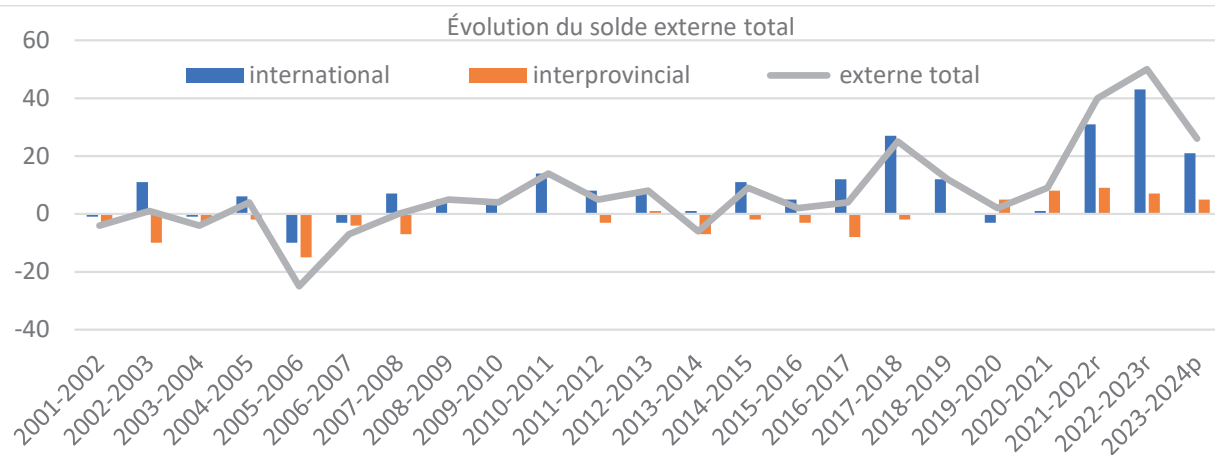
- **En Haute-Côte-Nord**, la moitié de la population avait plus 55 ans;
- Dans **Le Golfe-du-Saint-Laurent**, la moitié de la population avait plus de 48,2 ans;
- Dans la **Manicouagan**, la moitié de la population avait plus de 48,1 ans;
- En **Minganie**, la moitié de la population avait plus 45,7 ans;
- Dans les **Sept-Rivières**, la moitié de la population avait plus de 43 ans;
- Dans **Caniapiscau**, la moitié de la population avait plus 33,2 ans.

Depuis quelques années déjà, le nombre de décès dépasse le nombre de naissances dans la MRC de La Haute-Côte-Nord et l'écart est de plus en plus important, ce qui contribue à la baisse démographique.



SOURCES : Institut de la statistique du Québec, exploitation du Fichier d'inscription des personnes assurées de la Régie de l'assurance maladie du Québec.

De même, le solde migratoire interne est globalement négatif depuis 2001-2002 sauf en 2019-2021 ce qui contribue aussi à la baisse démographique.

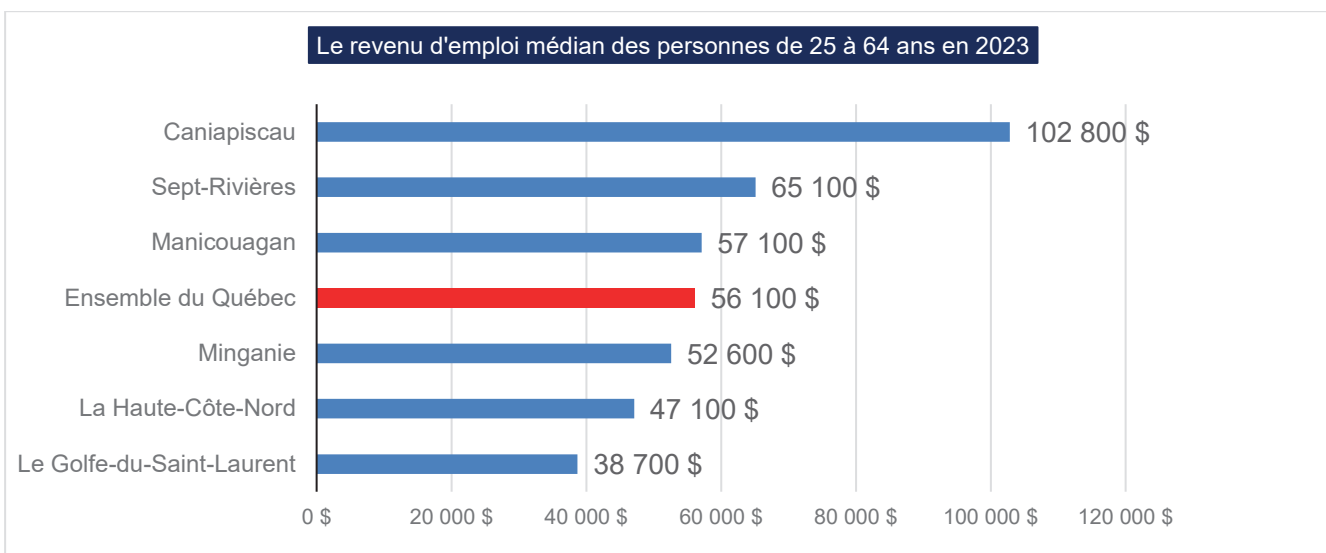


Par contre, le solde migratoire externe est positif ces dernières années mais insuffisant pour inverser la tendance démographique de la MRC de La Haute-Côte-Nord

SOURCES : Statistique Canada, Estimations démographiques annuelles (régions infraprovinciales, janvier 2025). Adaptation par l'Institut de la statistique du Québec

En 2023, la MRC de La Haute-Côte-Nord se classait en 5^e position des six MRC de la Côte-Nord quant à l'importance du revenu d'emploi médian des 25-64 ans.

SOURCES : Institut de la statistique du Québec, exploitation des données fiscales des particuliers de Revenu Québec. <https://statistique.quebec.ca/fr/produit/tableau/2588>



Besoin d'un coup de main?

Découvrez les services publics d'aide à l'emploi pour :

- ✓ trouver un emploi
- ✓ développer vos compétences
- ✓ faire le bon choix professionnel
- ✓ surmonter vos difficultés d'intégration et rester en emploi



Communiquez avec votre bureau de Services Québec le plus près

Bureau de Services Québec
de Forestville
134, route 138, RC-02
418 587-6611

Bureau de Services Québec
des Escoumins
459, route 138
418 233-2501

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

Des jeunes de Longue-Rive initiés au tissage

Le Cercle des fermières de Longue-Rive a une fois de plus transmis son savoir traditionnel en initiant des finissants de l'école primaire Notre-Dame-du-Bon-Conseil de Longue-Rive au tissage.

Johannie Gaudreault

Les fermières et les élèves de sixième année ont tissé des sacs par le recyclage de sacs de laits ou de pain. Le projet s'est déroulé à l'automne dernier avec la classe de Mme Nancy Dugas.

«Il s'agit d'un projet école-communauté qui a permis des échanges intergénérationnels riches, mais aussi une transmission du savoir traditionnel et une appréciation du travail artisanal fait à la main», affirme Patricia Lavoie, régisseuse aux communications au Centre de

services scolaire de l'Estuaire.

Les élèves se sont déplacés à tour de rôle au local des Fermières pour tisser leur sac. Ils y sont allés une fois chacun pour des rencontres de 1 h 15.

Cette initiative fait suite à celle réalisée en 2024 pour laquelle des élèves de 9 à 12 ans avaient tissé un napperon.

Ily a eu des partenaires financiers pour le projet, soit le Club Lions (1 000 \$), Alliance autochtone Québec (100 \$), la Municipalité de Longue-Rive (100 \$) et la MRC de La Haute-Côte-Nord (400 \$). «Ces sous ont permis l'achat d'un métier 8 cadres et des accessoires», précise Ginette Laprise du Cercle des fermières de Longue-Rive.

De leur côté, les fermières ont fourni le temps et le matériel.



Voici les jeunes de l'école de Longue-Rive qui ont participé au projet du Cercle des fermières. Ils sont accompagnés de fermières et de Simon Bilodeau de la MRC de La Haute-Côte-Nord, partenaire du projet. Photo courtoisie

La Chambre de commerce
Haute-Côte-Nord invite la population à ses

DÉJEUNERS- CONFÉRENCES

SUR LE THÈME :
l'intelligence artificielle
et son application en entreprise

..... RÉSERVEZ VOS BILLETS
sur notre site internet : www.cchcn.ca

COÛT DE 35 \$ PAR PERSONNE


CHAMBRE
DE COMMERCE
HAUTE-CÔTE-NORD

Les
R.V.

..... DÈS 8 H

Le 26 mars 2025
au restaurant Le Danube
Bleu de Forestville

Avec la participation financière de :

Québec 


MRC
La Haute-Côte-Nord

SADC DE LA HAUTE-
CÔTE-NORD

Canada
Développement économique Canada
pour les régions du Québec appuie
financièrement le SADC

Il reste encore de la neige à tomber

Si les changements climatiques métamorphosent de plus en plus les saisons nord-côtières, ils ne font pas diminuer le nombre de tempêtes de neige à pelleter année après année.

Johannie Gaudreault

Les données climatologiques des 30 dernières années permettent de constater que des bordées de neige surviennent encore en mars et en avril. Elles sont toutefois très rares en mai.

«Il n’y a pas vraiment de différence. Il n’y a pas eu de changement significatif sur la quantité de neige totale à recevoir par mois. La normale 1961 à 1990, c’est 63 cm en mars et 39 cm en avril. La plus récente, c’est 62 cm en mars et 37 cm en avril», dévoile Jean-Philippe Bégin, météorologue chez Environnement et Changement climatique Canada.

Les changements climatiques ne sont pas la cause de toutes les variabilités de la température, insiste l’expert.

«C’est tout à fait normal de voir l’hiver s’installer lentement en début de saison. Par contre, à l’inverse, arriver à la fin de l’hiver, quand le soleil est plus fort, les poussées d’air froid dans l’est du pays sont favorisées. C’est normal qu’il se traîne les pieds dans l’est du pays. C’est le scénario qui se reproduit le plus souvent», explique-t-il en entrevue avec le Journal.

M. Bégin qualifie toutefois le redoux du début janvier d’exceptionnel sur la Côte-Nord. «C’est normal d’avoir des redoux en décembre jusqu’au début du mois de janvier. Alors qu’en fin de saison, d’avoir des hivers qui se traînent les pieds quasiment jusqu’à la fin du mois d’avril ou début du mois de mai, c’est normal aussi», ajoute-t-il.

Selon le météorologue, la climatologie de la Côte-Nord démontre la forte possibilité d’observer d’importantes tempêtes de neige tardives en saison.

Les changements climatiques n’affecteront donc pas le nombre de tempête pour les voir diminuer. «Ça va plus jouer sur le dernier gel qui risque d’être plus hâtif au printemps», fait-il savoir.

«Avec les changements climatiques, il faut s’attendre à avoir le même nombre de tempêtes. Par contre, lorsqu’il y a une tempête, elle aurait la possibilité d’être plus forte comme il y a plus d’énergie dans le système. C’est la même chose pour les ouragans», compare Jean-Philippe Bégin.

Prévisions à moyen terme

Le météorologue chez Environnement Canada ne peut prévoir le nombre de fois que les Nord-Côtières devront sortir leur pelle d’ici la fin avril.

«Pour l’année en cours, on ne s’étire jamais plus que sur une dizaine de jours pour la simple et bonne raison que la science ne nous permet pas d’aller plus loin. La trajectoire des systèmes n’est pas déterminable aussi longtemps d’avance», précise-t-il.

On ne peut donc connaître avec certitude le nombre de centimètres de neige qu’il reste à tomber dans la région. Par contre, les données de la climatologie nous permettent de spéculer.

«De parier sur la climatologie, c’est 9 fois sur 10 ce qu’on va avoir. C’est sûr qu’il y a des écarts, mais il reste beaucoup d’hiver, c’est ce qu’il faut comprendre», partage M. Bégin.

«Le soleil est de plus en plus fort, les journées sont de plus en plus longues,



Même si le printemps pointera bientôt le bout de son nez, les Nord-Côtières n’ont pas fini de pelleter. Photo Pixabay

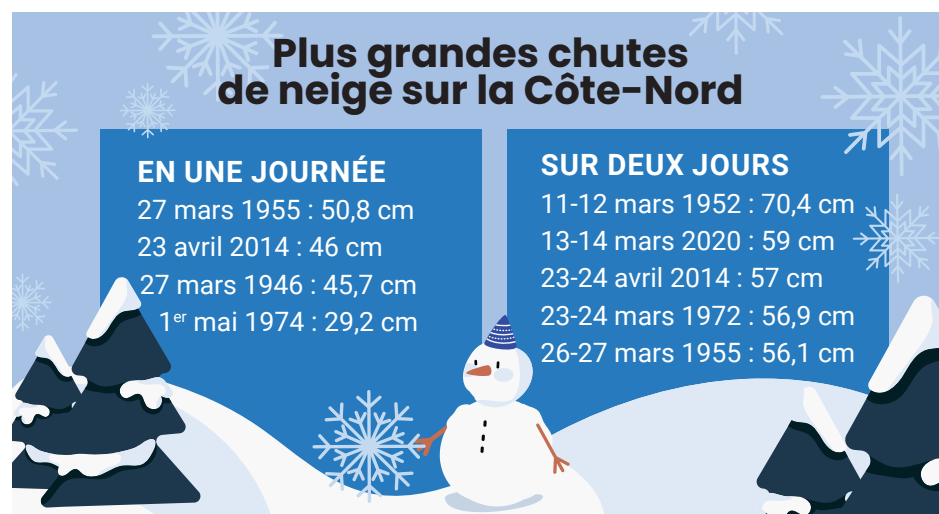
ça se fait sentir, mais il faut s’attendre à avoir des événements ponctuels dans les prochains mois et demi», poursuit-il.

Effectivement, si on se fie aux dernières années, en 2021, la Côte-Nord a reçu deux tempêtes de neige en mars et une grosse en avril. L’année suivante, on en a cumulé trois en mars et une seule en avril. En 2023, c’était plus tranquille côté tempête puisqu’on en a enregistré une pour

chaque mois tandis qu’en 2024, le mois de mars a été marqué par trois tempêtes.

«En fin de saison, ce n’est pas à coup de 5 ou 10 centimètres qu’on accumule. C’est comme il ne se passe rien ou il y a une grosse tempête», conclut Jean-Philippe Bégin.

* Source du tableau : Environnement et Changement climatique Canada



LES MARÉES

Prediction des marées pour sept jours
LIEU : FORESTVILLE

2025-03-12 (MER)			2025-03-13 (JEU)			2025-03-14 (VEN)			2025-03-15 (SAM)			2025-03-16 (DIM)			2025-03-17 (LUN)			2025-03-18 (MAR)		
HAE	(A)	(PI)	HAE	(A)	(PI)	HAE	(A)	(PI)	HAE	(A)	(PI)	HAE	(A)	(PI)	HAE	(A)	(PI)	HAE	(A)	(PI)
01:04	3.28	10.8	01:37	3.52	11.5	02:09	3.69	12.1	02:40	3.81	12.5	03:12	3.87	12.7	03:43	3.88	12.7	04:15	3.84	12.6
07:03	0.72	2.4	07:42	0.54	1.8	08:17	0.45	1.5	08:50	0.44	1.5	09:24	0.51	1.7	09:58	0.63	2.1	10:34	0.77	2.5
13:18	3.96	13.0	13:54	4.02	13.2	14:27	4.01	13.2	14:58	3.93	12.9	15:29	3.76	12.3	16:00	3.53	11.6	16:33	3.25	10.7
19:44	0.61	2.0	20:15	0.58	1.9	20:42	0.57	1.9	21:08	0.58	1.9	21:33	0.63	2.1	21:58	0.72	2.4	22:25	0.86	2.8



Journée nationale de la
**promotion de la
santé mentale positive**

13 MARS 2025

Créer des liens et être bien entouré-es



DES CHIFFRES QUI EN DISENT LONG

La détresse psychologique toucherait près de **40 %** des personnes en emploi selon une étude longitudinale de l'Observatoire sur la santé et le mieux-être au travail ¹.

80 % de la population québécoise considère que notre société devrait valoriser un rythme de vie plus lent ².

66 % des propriétaires de PME se disent près de l'épuisement ³, et **54 %** se préoccupent de leur équilibre travail-vie personnelle ⁴.

59 % des gestionnaires rapportent qu'on leur demande une quantité de travail excessive, et près de 67 % que leur travail est émotionnellement exigeant ⁵.

Près de **50 %** de la population active et aux études estime que ralentir pourrait nuire à leur parcours, leur faire perdre des possibilités prometteuses, et qu'il est impossible de ralentir lorsqu'on veut progresser ⁶.

¹ UNIVERSITÉ DE MONTRÉAL – OBSERVATOIRE SUR LA SANTÉ ET LE BIEN-ÊTRE AU TRAVAIL. FLASH Recherche : L'évolution des indicateurs de santé mentale dans les trois premiers cycles de l'ELOSMET, <https://www.osmet.umontreal.ca/flash-recherche/evolution-des-indicateurs-de-sante-mentale-dans-les-trois-premiers-cycles-de-latosmet/>.
²⁻⁶ ASSOCIATION POUR LA SANTÉ PUBLIQUE DU QUÉBEC. Perception sur le ralentissement du rythme de vie – Portrait de la situation au Québec en 2023, https://aspq.org/app/uploads/2024/04/ralentir_infographie-sondage-leger.pdf.
³ LA PRESSE CANADIENNE. « PME : 66% des propriétaires se disent près de l'épuisement », Les Affaires, <https://www.lesaffaires.com/mon-entreprise/entrepreneuriat-et-pme/pme-66-des-proprietaires-se-disent-pres-de-lepuisement-2/>.
⁴ BDC. La santé mentale des propriétaires d'entreprise s'est considérablement dégradée par rapport à l'an dernier, selon les nouveaux résultats du sondage BDC, <https://www.bdc.ca/fr/a-propos/centre-des-medias/communiqués-presse/sante-mentale-proprietaires-entreprise-sest-considerablement-degradee-par-rapport-lan-dernier-selon-nouveaux-resultats-sondage-bdc>.
⁵ BENEVA. L'épuisement professionnel des gestionnaires, <https://www.beneva.ca/fr/blogue/sante-et-bien-etre-des-employes/epuisement-professionnel-gestionnaires>.

SE RESSOURCER

C'EST TROUVER SA ZONE DE RECHARGE



7 ASTUCES POUR SE RECHARGER

etrebiendanssatete.ca



rocasm
Regroupement des organismes
communautaires et alternatifs
en santé mentale de la Côte-Nord

**Centre de
prévention
DU SUICIDE
CÔTE-NORD**

SANTÉ
MENTALE
QUÉBEC
Côte-Nord



Promouvoir. Soutenir. Outiller.

10, rue Boisvert, Port-Cartier, Québec G5B 2G9 | Tél : 418-766-4476 / 1 800-363-4476

Un pèlerinage pour célébrer 100 ans d'histoire

À l'occasion de la fête de St-Jean-Eudes, les pères eudistes viendront faire un pèlerinage sur la Côte-Nord au milieu du mois d'août. Leur périple en sera un chargé d'histoire, dans une région qu'ils ont aidé à développer depuis plus de 100 ans.

Renaud Cyr

C'est l'heure de la réjouissance chez les Eudistes, puisque 2025 marque le centenaire de la canonisation de saint Jean Eudes, le fondateur de la congrégation également connue sous le nom de Jésus et Marie.

«Pour toute la congrégation, c'est une année festive», détaille Denise St-Pierre, associée de la communauté des eudistes responsable de ce pèlerinage.

Cette dernière raconte que la cathédrale Saint-Jean-Eudes de Baie-Comeau est la seule au monde à être sous le patronage du saint, dont la fête sera célébrée le 19 août.

Et avec raison, puisque la Côte-Nord a été une région qui a longtemps été façonnée par leur effort de colo-

nisation et de développement de la civilisation.

Cela n'a pas manqué de piquer l'intérêt du conseil général de la congrégation à Rome, qui enverra trois pères pour le pèlerinage de cet été.

«C'est pour toutes ces raisons que les pères eudistes ont voulu venir sur la Côte-Nord, pour célébrer avec les Nord-Côtiers», explique-t-elle.

Reconnaissance

Denise St-Pierre qualifie le pèlerinage d'une «action de grâce» pour les Nord-Côtiers qui ont connu de près ou de loin des pères eudistes qui ont résidé sur la Côte-Nord.

L'associée raconte que même si le dernier père de la région a quitté Havre-Saint-Pierre en 2016, la marque des eudistes est encore bien présente.

«Ce sont eux qui ont permis qu'il y ait des routes, des écoles et des hôpitaux entre autres. Ils ont travaillé fort pour qu'il y ait une vie qui continue aujourd'hui, et au niveau spirituel, ils étaient très proches des gens», mentionne-t-elle.

Tout le monde sera le bienvenu lors des activités et causeries qui sont planifiées tout au long du pèlerinage qui mènera le convoi de Tadoussac à Havre-Saint-Pierre et l'aller-retour pendant six jours.

Une capsule vidéo sera publiée chaque mois en lien avec l'héritage des pères eudistes de la Côte-Nord sur le site web des eudistes du Québec.

«Quand on a préparé ce pèlerinage avec le supérieur à Rome, il nous a dit que ça serait bien d'avoir un avent pour qu'on se prépare. On va revoir l'importance de leur présence ici grâce à ces vidéos», dévoile l'associée.



Les pères eudistes de la Côte-Nord en 1903. Photo Fonds des Pères Eudistes

Plus d'un siècle d'histoire

Une bonne manière de mesurer l'héritage des pères eudistes sur la Côte-Nord est de consulter la toponymie. Delanoë, Gallant, LeStrat, Labrie, Blanche, et Leventoux sont tous des noms qui ornent plusieurs rues, parcs et autres éléments urbains partout dans notre région.

Ayant d'abord fui la France en raison de ses lois anticléricales de l'époque, plusieurs pères eudistes se retrouvent sur la Côte-Nord pour entreprendre des efforts de développement.

«C'était des gens habitués à avoir des maisons et le confort. Ils se sont retroussé les manches et sont devenus en quelque sorte des défricheurs qui ont permis à la Côte-Nord de se développer», raconte Mme St-Pierre.

L'un des plus célèbres de ces pères est le natif nord-côtier Napoléon-Alexandre Labrie, qui fut l'évêque et fondateur du diocèse de Baie-Comeau et qui avait une solide réputation de bâtisseur.

«Il a permis à plusieurs personnes d'aller étudier comme Gilles Vigneault. Il le faisait en sachant très bien qu'ils ne

seraient pas prêtres, mais dans le but de leur permettre de développer leur talent», se remémore l'organisatrice.

Accueil chargé de souvenirs

Le curé de Forestville, Portneuf-sur-Mer et Colombier, Irénée Girard, entend accueillir la délégation eudiste avec une réception empreinte de souvenirs.

Lorsque le convoi passera au sous-sol de l'église de Forestville pour un repas, ce sera l'occasion pour lui et ses fidèles qui ont connu de près ou de loin les pères eudistes de célébrer leur travail sur le territoire.

«On aimerait inviter une vingtaine de personnes de chacune des communautés afin de remettre à la délégation des œuvres de *scrapbooking* avec des souvenirs que les gens auront préparés», annonce-t-il.

L'homme de Dieu souligne que le convoi s'arrêtera aux Ilets-Jérémie sur le retour où il y aura un repas collectif et une célébration spéciale. «C'est un haut lieu de souvenirs, et l'histoire de Colombier est intimement liée au père Arthur Gallant et ses missions», spécifie Irénée Girard.



Le premier évêque du diocèse de Baie-Comeau Napoléon Alexandre-Labrie a fait des études chez les eudistes. Photo napoleonalexandrelabrie.org

J'ai écrit ton nom...

J'ai écrit ton nom sur le sable, mais la vague l'a effacé.

J'ai gravé ton nom sur un arbre, mais l'écorce est tombée.

J'ai incrusté ton nom dans le marbre, mais la pierre a cassé.

J'ai enfoui ton nom dans mon cœur, et le temps l'a gardé.



Les dons peuvent aussi être dédiés aux secteurs :

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

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

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

Nécrologie



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

Faites un don à la Fondation du Centre de santé des Nord-Côtiers **TOUS LES DONS RECUEILLIS**

serviront à l'achat d'équipements pour les pavillons de Bergeronnes, Escoumins et Forestville.

DONS EN LIGNE : fondationcsnc.org

Pour planifier vos arrangements préalables

Pour vous accompagner lors d'un décès

Pour un soutien au deuil



COOPÉRATIVE FUNÉRAIRE HAUTE-CÔTE-NORD MANICOUAGAN

cfhcn.ca • 418 589-2570
De Tadoussac à Baie-Trinité

HCN EN DIRECT/BEL ÂGE

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

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

MERCI DE VOTRE COLLABORATION!

LE CENTRE DE JUSTICE DE PROXIMITÉ CÔTE-NORD

est un organisme communautaire offrant des services gratuits et confidentiels d'information juridique à tous les citoyens. En plus de fournir de l'information juridique permettant de comprendre les diverses réalités juridiques, le CJPCN oriente les citoyens vers différentes ressources et leur apporte du soutien. Vous avez des questions concernant une situation juridique que vous vivez ? N'hésitez pas à nous contacter ou à venir nous voir !

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

FORESTVILLE

Carrefour Communautaire de Forestville

Souper et soirée 22 mars Hot hamburger avec frites. Musique Milaine Charron. Réservation 418 587-1563 ou 418 587-1445

Cercle des fermières de Forestville

Nous sommes en période de recrutement. Tu as envie d'apprendre à faire du tissage (couvertures, linges à vaisselle, etc.), coudre, tricoter et autres, alors viens nous rencontrer. Nous aurons un plaisir assuré à te guider dans ton nouveau passe-temps. Pour informations : Christine Brousseau au 418-587-2573.

Soupe populaire – Chevaliers Colomb de Forestville

Les citoyens sont conviés à la prochaine soupe populaire le dimanche 23 mars à 17 h à la salle des Chevaliers de Colomb, sur la rue Blouin à Forestville. Un bon repas sera servi gratuitement.

Ce sera également l'occasion de se réchauffer et de partager tous ensemble. Les personnes

qui ont besoin d'un transport peuvent téléphoner au 418 587-4226 ou au 418h587-4497. Bienvenue à tous !

FADOQ

Cartes et le baseball poche, le mercredi 13 h 30 à 15 h local de la FADOQ.

Quilles : mardi à 13 h. Complexe Guy-Ouellet.

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

Palet Américain (shuffleboard) : mercredi 13 h 30 à 15 h 30.

Salle Horizon (sous-sol de l'église). Bienvenue à tous nos membres !

COLOMBIER

FADOQ

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

PORTNEUF-SUR-MER

FADOQ

Nouveauté : Ouverture du local de l'âge d'or à tous les vendredis après-midi de 13 h à 16 h.

Activités diverses : Pétanque atout, baseball poche, jeux de poche, cribble et plusieurs autres. Prendre note qu'il n'a pas de changement pour les dimanches après-midi. Vous êtes les bienvenus.

LONGUE-RIVE FADOQ

Le club annonce la réunion mensuelle qui aura lieu le mardi 11 mars à compter de 13 h 30 au local du Club. Il y aura une soirée le samedi 15 mars à la salle des loisirs au 530, rue Principale à Longue-Rive. La musique de Gina nous accompagnera dans la danse sociale en ligne et en couple. Le coût d'entrée est de 10 \$. Le dimanche 16 mars il y aura un déjeuner au local du club de 7 h 30 à 11 h.

LES ESCOUMINS

FADOQ

Dimanche 23 mars 2025 le club FADOQ Escoumins vous invite à son BRUNCH mensuel entre 8 h 30 et midi au coût de 15 \$ à son Centre Claudette Roussel du 9, rue Roussel

Notre monde change le monde



TECHNICIEN(NE) SOUTIEN MÉCANIQUE

POSTE PERMANENT – FORESTVILLE

CONCOURS : 171816

FIN D’AFFICHAGE : 28/03/2025

VOS DÉFIS

- Fournir le soutien technique dans les projets, la vérification, la mise en route, la mise en service, les essais en réseau et hors réseau, la maintenance et l’exploitation des équipements et des systèmes du domaine.
- Élaborer ou participer au développement des encadrements (guides, procédures, avis de maintenance), en contrôler l’application, en assurer le rendre compte et suggérer les mesures correctives requises.
- Réaliser ou participer aux diagnostics sur l’état, la fiabilité, la performance, l’exploitation, le comportement et la maintenance des équipements et des installations du domaine, et recommander des mesures correctives ou de mise à jour des plans de maintenance et d’investissements.
- Participer à l’implantation, à l’alimentation et au soutien des systèmes de gestion de l’information de la fonction technique.
- Vérifier la conformité des travaux de maintenance exécutés avec les encadrements, lois, règlements et obligations et en assurer le rendre compte via les différents systèmes.

VOTRE PROFIL

- Détenir un des D.E.C. suivants ou l’équivalent :
 - Technique génie mécanique
 - Technologie de maintenance industrielle
 - Technique génie mécanique de marine
- Avoir une expérience minimale de 5 ans dans la spécialité mécanique
- Avoir des connaissances étendues dans les systèmes associés aux installations, équipements ou systèmes suivants :
 - Auxiliaire mécanique centrale
 - Centrale hydraulique
 - Groupe turbine - alternateur
 - Démontrer les compétences comportementales suivantes :
 - Autonomie
 - Capacité d’adaptation
 - Centré sur le client
- Bonne capacité à communiquer verbalement et par écrit.
- Être apte à utiliser les outils informatiques de la spécialité.
- Détenir un permis de conduire du Québec de classe appropriée.
- Être apte à se déplacer sur le territoire québécois par voie aérienne, terrestre.

PARTICULARITÉS

- Horaire de travail 4 jours, 36 heures / semaine, congé le vendredi
- Lieu de travail : 200 ROUTE 138 E, Forestville
- Avantages sociaux : vacances, assurances, régime de retraite.
- Au moment de postuler, veuillez joindre votre CV et votre diplôme.

Postulez dès aujourd’hui
emploi.hydroquebec.com



Pour joindre ma conseillère chez Enfant Soleil :

Catherine Bissonnette-Montminy
cbissonnettemontminy@operationenfantsoleil.ca
1 877 683-2325 poste 2017 (sans frais)

-Serge Lepage
Partenaire émérite d’Enfant Soleil

Maison enfant soleil
À gagner 1^{er} prix
Achetez ici
2^e prix Kia EV9 2025
1^{er} prix
Achetez vos billets en ligne
en numérisant ce code

AVIS DE CLÔTURE D’INVENTAIRE

Prenez avis que Marguerite Gamache, en son vivant domiciliée au 60, rue Saint-Marcellin Ouest, Les Escoumins (Québec) G0T 1K0, est décédée aux Escoumins le 27 octobre 2023. Un inventaire de ses biens a été dressé conformément à la loi et peut être consulté auprès de Marie-Josée Deschênes, liquidatrice, au 18, rue Beaulieu, Les Escoumins, province de Québec, G0T 1K0.

Donné à Saguenay, ce 6 mars 2025
Carol-Ann Verreault, notaire

AVIS DE CLÔTURE D’INVENTAIRE

Prenez avis que Émilien Deschênes, en son vivant domicilié au 60, rue Saint-Marcellin Ouest (Québec) G0T 1K0, est décédé aux Escoumins le 6 mai 2024. Un inventaire de ses biens a été dressé conformément à la loi et peut être consulté auprès de Marie-Josée Deschênes, liquidatrice, au 18, rue Beaulieu, Les Escoumins, province de Québec, G0T 1K0.

Donné à Saguenay, ce 6 mars 2025
Carol-Ann Verreault, notaire

B/**F** Gestion
Brisson et filles inc.



136 pi² | Grande fenêtre
Salle d’eau commune
Électricité incluse
380 \$/mois plus taxes

BUREAU À LOUER
au **31, route 138**
Forestville



Bianka au 418 587-2090 #2210

Règlementation à revoir pour Hockey Québec



La mise au jeu officielle du tournoi de hockey M9 de Forestville. Photo Prédateurs de la Haute-Côte-Nord

L'histoire du Mikun M9 de Uashat mak Mani-utenam en lien avec sa participation contestée au Tournoi de Forestville aura eu un impact. Hockey Québec compte revoir sa règlementation, en lien avec les événements sanctionnés et ceux qui ne le sont pas.

Sylvain Turcotte

Le dossier de l'équipe de l'Association de hockey mineur de Uashat mak Mani-utenam (AHMUM) a fait réagir à la fin février.

Comme des joueurs du Mikun ont pris part à des tournois non sanctionnés par Hockey Québec, leur participation au Tournoi M9 de Forestville était remise en question, alors qu'une

plainte aurait pu être déposée.

Le dossier s'est retrouvé entre les mains de Hockey Québec, qui a tranché, parlant de tolérance, permettant du coup aux jeunes de prendre part au tournoi qui était au calendrier du 7 au 9 mars.

Règlementation à revoir

Dans le contexte des défis rencontrés dans la gestion du hockey non sanctionnés pour les divisions M7 et M9, la fédération avait indiqué à ses membres et présidents régionaux, en début de saison, qu'une certaine flexibilité serait autorisée. La condition

était que cela ne perturbe pas les activités fédérées de la saison en cours.

Hockey Québec entend y aller d'une révision de la réglementation, après la saison.

«À noter que des démarches sont déjà en cours afin d'adresser cette problématique», indique-t-on. «Nous tenons à rappeler que notre priorité demeure le bien-être de nos jeunes joueuses et joueurs, pour qui nous organisons quotidiennement des activités de hockey», souligne Stéphane Auger, directeur général de Hockey Québec.



AVIS DE CONVOCATION

Assemblée générale annuelle (AGA) 2024-2025

Prenez avis que l'assemblée générale annuelle des membres de L'Odysée artistique pour l'exercice 2024-2025 se tiendra **le dimanche 30 mars 2025 à 12 h 30** à l'église Notre-Dame-de-Bon-Désir au 300, rue de la Rivière, Les Bergeronnes.

Pour obtenir les documents, écrire à :
info@odysseeartistique.ca

Le Haute-Côte-Nord

**VOTRE
JOURNAL
VOUS ATTEND!**

COLOMBIER

- Épicerie Francis Dion
- Hôtel de ville
- Boîte postale Ilets Jérémie
- Boîte postale Cap Colombier

ST-MARC-DE-LATOURE

- 400, route 138
- Boîte postale Église

FORESTVILLE

- Hôtel de ville
- Dépanneur du Parc
- Marché Tradition
- Provigo, Martin Lapierre
- Pharmacie Brunet

PORTNEUF-SUR-MER

- Dépanneur Halte 138
- Bureau municipal

LES ESCOUMINS

- Station-service Ultramar
- Intermarché, Tremblay-Laurencelle
- Dépanneur Chamberland
- Dépanneur Essipit

LONGUE-RIVE

- Alimentation JMDS
- Bureau municipal

LES BERGERONNES

- Marché Richelieu
- Hall d'entrée guichet et salle de quilles

SACRÉ-CŒUR

- Intermarché, Épicerie Hovington
- Hôtel Motel Le Coronet

TADOUSSAC

- Intermarché, Épicerie Côte
- Épicerie madame Ida Laviole



Abandon de 5 000 kilomètres de sentiers de motoneige

La décision entre les mains des clubs

La FCMQ vise à déduire 5 000 kilomètres de sentier de l'ensemble de son réseau dans les 5 prochaines années. Photo Pixabay

L'heure est à la décroissance à la Fédération des clubs de motoneigistes du Québec (FCMQ), qui prévoit laisser tomber l'entretien de milliers de kilomètres de sentiers partout dans la province. Le directeur général se veut toutefois rassurant : ce sera aux clubs de décider.

Renaud Cyr

Ce sont environ 5 000 kilomètres de sentier dans les cinq prochaines années que la FCMQ prévoit retirer du circuit provincial, dans le but de «faire face à la musique», aux dires de son directeur général Stéphane Desroches.

«Ce n'est pas la Fédération qui va arriver et dire aux clubs de fermer tel ou tel chemin. On est là pour les accompagner dans leurs enjeux qu'ils vivent année après année, et ce sera aux clubs de voir», fait-il savoir d'entrée de jeu.

Tous les sentiers de la province pourront être touchés, autant régionaux, locaux que provinciaux.

M. Desroches illustre la situation par une question d'achalandage sur des sentiers peut-être moins utilisés dans le réseau. «Si le local n'est plus au rendez-vous, qui va payer pour l'entretien du sentier?», se demande-t-il.

Un enjeu toutes les secondes

Les enjeux provinciaux et régionaux liés au financement et à la survie des clubs, Stéphane Desroches les connaît et les voit de près en permanence. «J'en ai un chaque seconde», remarque-t-il avec humour.

Il en résume les grandes lignes en parlant de nombre de membres en baisse, d'argent difficile à trouver autant pour la FCMQ que pour ses clubs, et de bénévolat qui n'est plus adapté au marché actuel.

«Quand je fais des réunions régionales et que je rencontre la gang, je leur présente des chiffres qui font mal, détaille-t-il. Je n'ai pas le choix d'arriver avec la réalité, et je n'ai pas le choix de parler d'argent. Ça coûte extrêmement cher de garder ce réseau-là de 33 000 kilomètres en état.»

Garder la tête hors de l'eau

La FCMQ désire conscientiser les clubs qui déboursent beaucoup d'argent pour entretenir des sentiers pour pas très longtemps. «C'est de ça qu'il va falloir parler, et on va devoir s'asseoir ensemble et travailler en ce sens-là», annonce M. Desroches.

Toujours dans un souci de «faire du ménage», la FCMQ n'écarte pas la

possibilité de bâtir de nouveaux sentiers dans des endroits où il y a plus de neige au détriment de régions qui voient leur couverture de neige diminuer au fil des années.

Côte-Nord

Bien qu'il soit un peu tôt dans le processus, le directeur général se veut rassurant pour la Côte-Nord, qui a ses particularités et un trajet assez linéaire comparé aux autres régions du Québec.

«Il y a un long sentier le long de la Côte-Nord et ça se fait d'un bord à l'autre. Si on compare avec des régions comme l'Abitibi où il y a trois sentiers Trans-Québec qui font le tour de la région, c'est sûr qu'il y a plus matière à réduire dans ces coins-là», illustre Stéphane Desroches.

Cependant, le directeur général remarque que la volonté du gouvernement provincial d'investir dans l'énergie sur la Côte-Nord pourra apporter son lot de complications.

«Est-ce que tantôt on devra réanalyser le réseau en raison de la volonté du gouvernement de mettre beaucoup d'argent sur l'énergie durable avec des barrages?», questionne-t-il.

«Il y aurait peut-être des problèmes pour construire des ponts qui coûtent des millions. Il va falloir analyser le réseau et voir ce qu'on veut faire à ce niveau-là», précise Stéphane Desroches.

Si le local n'est plus au rendez-vous, qui va payer pour l'entretien du sentier?

– Stéphane Desroches

«La situation économique fait que le gouvernement ne nous donnera pas une enveloppe supplémentaire pour la création de nouveaux sentiers. Ensemble, on est une grande famille, et on va devoir prendre des décisions collectives», rappelle le directeur général.

La FCMQ dit vouloir garder la tête hors de l'eau et maintenir son accompagnement avec ses clubs pour la suite des choses.

Les gymnastes de L'Envol ramènent 38 médailles

Douze gymnastes du Club L'Envol de Forestville ont participé à la troisième rencontre régionale de gymnastique le 28 février à Baie-Comeau. Elles ont remporté 38 médailles et 24 rubans.

Johannie Gaudreault

En avant-midi, les catégories 9-10 ans, 11-12 ans R3 et 11-12 ans R5 entraient en compétition. Mary-Jay Tremblay-Roussy a mis la main sur la médaille de bronze à la barre ainsi que sur les rubans de 4^e, 5^e et 7^e positions au trampoline, au sol et à la poutre ainsi qu'au tumbling pour terminer sur la troisième marche du podium au total des appareils.

Sa compatriote, Sarah-Maude Girard a terminé championne au trampoline en plus d'obtenir le bronze au sol, les rubans de 4^e place au saut et au tumbling et le 7^e rang à la barre, ce qui l'a classée cinquième au cumulatif des appareils.

Chez les 11-12 ans de catégorie R3, Brittany Fournier a été couronnée de l'argent à la barre, du bronze au trampoline, des rubans de 4^e, 6^e et 8^e places respectivement à la poutre, au sol et au saut pour finir sur la troi-

sième marche du podium sur près de quinze gymnastes.

Dans la catégorie 11-12 ans R5, Eva Léonard a terminé avec l'argent au cumulatif des appareils en remportant le trampoline sur les deux acrobates en lice.

Les plus âgées

En après-midi, c'était au tour des R3 13-14 et 15 plus à se produire. Sarah Morin-Tremblay a terminé avec la médaille d'or au sol, les médailles d'argent au saut et au tumbling, le bronze à la barre et à la poutre et le ruban de 4^e position au trampoline. Elle s'est classée au deuxième rang sur 11 gymnastes au total des appareils.

Quant à Aurélie Laurencelle, elle a mérité l'or au trampoline, l'argent à la barre et les rubans de 4^e, 7^e et 8^e positions respectivement au saut, tumbling et à la poutre pour terminer au 4^e rang au cumulatif.

Charlotte Gilbert a reçu le bronze au tumbling, le ruban de 6^e place à la poutre, les rubans de 8^e position au trampoline, à la barre et au sol. Elle a



Les plus jeunes gymnastes et leur entraîneuse Nancy Therrien. Photo courtoisie



Les gymnastes du Club L'Envol de Forestville ont fait bonne figure à la compétition régionale tenue à Baie-Comeau. Photo courtoisie

fini au 7^e rang au total. Rosalie Durand est repartie avec les rubans de 6^e, 7^e et 8^e positions au sol, à la barre et au saut.

R5 15 ans et plus

Emma Tremblay a terminé au 1^{er} rang au total des appareils en s'emparant des médailles d'or à la barre, à la poutre et au tumbling, des médailles d'argent au saut, au trampoline et du bronze au sol.

Rosalee Desbiens a été couronnée de l'or au trampoline, des médailles d'argent au sol et à la poutre, du bronze au saut pour terminer avec l'argent au cumulatif des appareils.

Mélo die Bouchard a terminé bonne première au saut et au sol, avec l'argent au tumbling et le bronze à la barre, à la poutre et au total des appareils. Camille Tremblay a mérité l'argent à la barre et les médailles de bronze au trampoline et au tumbling.

Meilleures gymnastes

Cette année, deux athlètes du Club de gymnastique l'Envol de Forestville ont été couronnées du trophée de la meilleure gymnaste de leur catégorie.

Dans la catégorie R3 15 ans et plus,

Sarah Morin-Tremblay a mérité cet honneur tout comme Rosalie Desbiens dans la catégorie R5 15 ans et plus.

«Le total de points aux deux meilleures compétitions sur trois détermine les gagnantes de chaque catégorie», explique l'entraîneuse et fondatrice du Club l'Envol, Nancy Therrien.

Le prochain rendez-vous des gymnastes se tiendra à Chicoutimi les 29 et 30 mars pour une invitation inter-régionale.



Sarah et Rosalee Desbiens ont été nommées meilleures gymnastes de leur catégorie respective. Photo courtoisie



MEILLEURE OFFRE DE L'ANNÉE GARANTIE† OBTENEZ 4 ANS DE PROTECTION††

DÉCOUVREZ-EN PLUS SUR SKI-DOO.COM



©2025 Bombardier Produits Récréatifs Inc. (BRP). Tous droits réservés. ®, ™ et le logo BRP sont des marques de commerce de BRP ou de ses sociétés affiliées. Offres valides au Canada seulement sur les véhicules précommandés lors de la vente du printemps, du 19 février 2025 au 31 mars 2025. Pour obtenir l'offre exclusive de la vente du printemps, les consommateurs doivent faire un dépôt auprès d'un concessionnaire BRP. Les consommateurs doivent accepter la livraison et prendre possession de leur véhicule avant le 31 décembre 2025. Les consommateurs qui récupèrent leur véhicule après la date limite perdent tous les bénéfices de l'offre exclusive de la vente du printemps. Les conditions peuvent varier selon votre localisation et cette offre est sujette à résiliation ou à changement à tout moment sans préavis. Cette offre n'est pas remboursable, échangeable ou transférable (y compris d'un concessionnaire à un autre), ne peut être échangée contre de l'argent, un crédit ou d'autres produits de valeur équivalente et ne peut être jumelée à aucune autre offre ou rabais. Nul là où la loi l'interdit. Jusqu'à épuisement des stocks. Les unités admissibles sont les modèles Ski-Doo® 2026 neufs et inutilisés (les modèles jeunes, taille moyenne, et électriques sont exclus) achetés auprès d'un concessionnaire BRP participant. † Obtenez 4 ans de protection sur les modèles 2026. Les consommateurs qui achètent un véhicule admissible bénéficieront d'une garantie limitée BRP de 12 mois plus 36 mois de protection B.E.S.T. Sous réserve des exclusions, limitations de responsabilité et de toutes autres conditions de la garantie limitée courante de BRP, y compris, mais sans s'y limiter l'exclusion de dommages causés par un usage abusif, une mauvaise utilisation ou de la négligence. La protection B.E.S.T. est assujettie à une franchise de 50 \$ sur chaque réparation. Consultez votre concessionnaire BRP participant pour avoir tous les détails et pour recevoir une copie de la garantie limitée BRP et du contrat B.E.S.T. Jusqu'à épuisement des stocks. Cette offre ne peut être transférée, échangée, vendue ou combinée à toute autre offre à moins d'indication à cet effet dans le présent document. Consultez votre concessionnaire autorisé BRP pour plus de détails et vous informer sur la disponibilité des produits. †† Garantie de la meilleure offre de l'année - BRP garantie à tous les consommateurs qui achètent une motoneige Ski-Doo 2026 admissible pendant la promotion « La vente printemps » qu'il n'y aura pas de meilleure offre du fabricant avant le 1er janvier 2026. La comparaison se fera entre la protection totale qu'offre BRP sur les motoneiges Ski-Doo identiques, mais ne tiendra pas compte des rabais ou autres bénéfices qu'offrent ses concessionnaires. Les modèles jeunes, taille moyenne, et électriques sont exclus. Certaines exclusions s'appliquent. Lire attentivement le guide de l'opérateur et les instructions de sécurité. Tous les modèles de motoneige pour adultes sont destinés à être utilisés par des conducteurs âgés de 16 ans et plus. Respectez les lois et règlements applicables. Toujours porter les vêtements de protection appropriés, incluant un casque. Ne conduisez jamais sous l'influence d'alcool ou de drogues. Conduisez toujours de manière responsable et sûre. Consultez votre concessionnaire BRP autorisé pour plus de détails et visitez ski-doo.com.

NORDX
SPORTS & AVENTURES



305, boul. La Salle, Baie-Comeau
Tél. : 418 296-9191