

**Alain Croteau**  
Courtier immobilier  
819 373-7140

**RE/MAX**  
DE FRANCHEVILLE  
Agence immobilière

«Ma priorité,  
votre  
satisfaction»



>236963

(PHOTO AUDREY LEBLANC)

**Budget  
participatif**  
TROIS-RIVIÈRES



**C'EST  
L'HEURE  
DU VOTE!**

Jusqu'au 25  
septembre,  
choisissez votre  
coup de cœur  
parmi les six  
projets finalistes.

[v3r.budgetparticipatif.com](http://v3r.budgetparticipatif.com)



>271100

**INMEMORIAM.CA**  
À JAMAIS DANS NOS COEURS



Société de transport de Trois-Rivières

## LES DÉFIS DU NOUVEAU PRÉSIDENT



Le nouveau président de la Société de transport de Trois-Rivières, Michel Byette, n'entend pas rester les bras croisés à la tête de l'organisation. D'emblée, M. Byette croit que la STTR doit trouver des façons d'être plus attrayante. Et il ira à la rencontre des citoyens pour l'aider dans cette démarche

PAGE 3

Fondation lymphoedème  
& mastectomie  
**Traitement et  
ressourcement  
sous un même toit**

PAGE 4



**Une fille qui  
court passe en  
mode automnal**

PAGE 10



**Le Lecteur**  
livres d'occasion

• Vente • Achat • Échange

LUNDI AU VENDREDI :  
13H À 17H

760 boul. des Récollets, Trois-Rivières • 819 371-1000



# Oser demander de l'aide et briser le tabou

**MARIE-EVE ALARIE**  
mbalarie@lhebdojournal.com

**Le Centre de prévention du suicide L'Accalmie est à même de constater l'impact du confinement et de la pandémie de COVID-19 sur les adolescents et les jeunes adultes. Depuis la mi-mars, l'organisme a reçu 1700 demandes d'aide de la part de jeunes de 15 à 29 ans, ce qui représente une augmentation de 14%.**

«Ce qu'on observe, c'est que le confinement et l'absence de contacts sociaux ont été des éléments stressants qui se sont ajoutés au reste. Pour certains, c'est ce qui a fait déborder le vase. C'est toutefois trop tôt pour dire si cette hausse est seulement due à la pandémie», souligne Patrice Larin, directeur général du Centre de prévention du suicide L'Accalmie.

«Dans les 15 ou 20 dernières années, on a beaucoup mis l'accent sur des stratégies de prévention du suicide. Au final, en parler est notre outil le plus important. On voit que le simple fait de parler à quelqu'un a des impacts à court, moyen et long terme. Parfois, ça dure 10 minutes et la personne se sent mieux. Je crois que c'est mieux compris que le fait de demander de l'aide est important et que c'est un signe de force en 2020», ajoute-t-il.

Mais malgré tout, le tabou demeure lorsqu'il est question d'aborder la question du suicide, notamment quand il faut en parler avec un proche. Et l'initiative n'a pas toujours à venir de la personne qui souffre. Patrice Larin encourage les gens à s'informer de l'état d'un proche qui semble souffrir et vivre un moment difficile.

«C'est une question simple à poser: «As-tu des idées noires ou suicidaires». Je pense que les gens ont plus peur de la réponse, surtout si tu n'as jamais été confronté à ce

genre de souffrance. Ça peut être déstabilisant. Il faut dire à la personne qu'on s'intéresse à elle et qu'on souhaite la soutenir dans ce qu'elle vit. On invite les gens à recevoir la réponse et après, ils peuvent appeler des ressources professionnelles. On constate aussi que maintenant, les proches qui s'inquiètent ont de meilleurs réflexes d'appeler», précise M. Larin.

## OBJECTIF: 30000\$

M. Larin sent qu'il y a une urgence d'agir, en ce moment, auprès des jeunes. La campagne de financement participatif «Osez en parler», qui se déroule jusqu'au 13 septembre sur la plateforme La Ruche, va en ce sens. L'objectif est d'amasser 30000\$ pour venir en aide aux jeunes de 15 à 29 ans et leur entourage qui ont vécu ou qui vivent des problématiques liées au suicide.

Puisque la campagne est admissible au Fonds Mille et UN pour la jeunesse COVID-19, le fonds versera une contribution supplémentaire pouvant totaliser un maximum de 30000\$ à la fin de la campagne.

Le montant amassé permettra à L'Accalmie d'absorber le rehaussement des demandes d'aide ainsi que de financer des ressources pour aller à la rencontre des jeunes pour faire de la prévention.

«On a l'impression que la jeune génération n'aime pas avoir de l'aide et que les jeunes préfèrent se débrouiller seuls. Cependant, en voyant le nombre de demandes d'aide que l'on a reçues, on constate qu'ils sont réceptifs à recevoir de l'aide quand ils ne vont pas bien. On veut démontrer que c'est possible de demander de l'aide, que ça vaut la peine et qu'on peut aller de l'avant avec de bonnes ressources. Ça peut faire peur d'appeler à des lignes d'intervention. La campagne vise aussi à briser ces tabous auprès de la jeune génération», explique Mylène Davignon, responsable du développement philanthropique à la Fondation du Centre de prévention du suicide L'Accalmie.

**Besoin d'aide ou de soutien?**  
**1 866-APPELLE (277-3553)**

Pour contribuer à la campagne «Osez en parler»:  
<https://laruchequebec.com/fr/projet/osez-parler-1-866-appelle-7606>.

Le Centre de prévention du suicide L'Accalmie invite aussi la population à partager la campagne. (Photo archives - Denis Germain)

# BORÉALIS

# 10 ANS

**DÉCOUVREZ NOTRE  
PROGRAMMATION  
ANNIVERSAIRE**

**Groupe Somavrac**  
Fier de contribuer au rayonnement  
de l'histoire industrielle



**À BOIRE ! ET UNE HISTOIRE**



**DRAVE ET DÉDRAVE -  
RAMENER L'ÉQUILIBRE**



**VÉLO À BOBO**

>269280

**CULTUR3R**  
CULTURE TROIS-RIVIÈRES

**TRÈS**  
Trois-Rivières

**Canada**

**Québec**

**CULTUR3R.COM**

200 av. des Draveurs, Trois-Rivières | 819 372-4633

# La STTR veut devenir un leader en développement durable

AUDREY LEBLANC  
aleblanc@lhebdojournal.com

En poste depuis quelques semaines à titre de président, Michel Byette veut faire de la Société de transport de Trois-Rivières (STTR) un chef de file en matière de développement durable.

Lui qui cumule quelque quarante ans d'expérience dans le monde municipal entreprend ce nouveau mandat avec le désir de rendre au transport collectif ses lettres de noblesse.

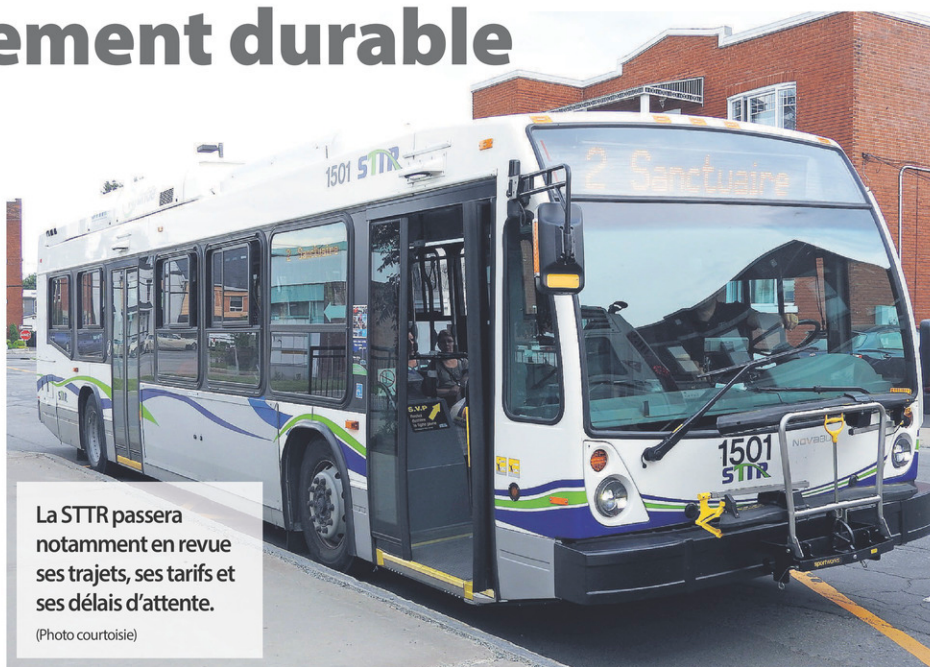
«On a tout ce qu'il faut comme structure pour jouer ce rôle de leader en matière de développement durable, soutient M. Byette. Ce qui m'intéresse dans mes nouvelles fonctions, c'est d'aller plus loin, d'innover. Si on m'avait demandé de seulement présider une société de transport et de faire la petite routine, je serais resté chez moi.»

En tant que citoyen, il s'est également senti interpellé par les derniers événements entourant la STTR tels que les problèmes liés aux trajets des autobus.

«On va mettre en place un plan d'action pour se rapprocher de notre clientèle, particulièrement du milieu scolaire, indique M. Byette. On veut aussi amener les gens à mieux comprendre le transport en commun, ce que c'est, comment ça fonctionne, etc. On a un gros travail de communication et d'information à faire, autant auprès des jeunes que des aînés.»

Au cours des prochains mois, l'équipe de la STTR ira à la rencontre des citoyens afin de comprendre pourquoi la majorité des gens n'utilisent pas le transport collectif. D'emblée, M. Byette croit que la Société de transport doit trouver des façons d'être plus attrayante.

«Il faut réfléchir en dehors de la boîte, affirme-t-il. Et



La STTR passera  
notamment en revue  
ses trajets, ses tarifs et  
ses délais d'attente.

(Photo courtoisie)

cette réflexion doit se faire avec d'autres gens d'affaires qui pourraient se joindre à nous pour avoir une offre de services qui correspond aux besoins de la clientèle. On a beaucoup de chemin à faire avec le milieu socioéconomique. On n'est pas très près du milieu des affaires. Il faut trouver une façon d'intéresser ces personnes au transport collectif.»

## RÉFLEXION SUR L'ÉLECTRIFICATION

Plus encore, la STTR passera en revue ses trajets, ses tarifs, ses délais d'attente, etc. L'objectif est non seulement d'augmenter le nombre d'usagers, mais aussi de faire en sorte que les autobus soient utilisés en dehors des heures de pointe.

«On a déjà fait un bon travail avec le conseil d'administration, mentionne M. Byette. Dans les prochains jours, on va se revoir pour déterminer si la planification stratégique actuelle tient toujours la route dans le contexte actuel de la pandémie. On doit se questionner là-dessus. La deuxième question qu'on va se poser, c'est jusqu'où on veut aller en tant que leader en développement durable.»

M. Byette et son équipe devront également entamer une réflexion importante au sujet de l'électrification du transport collectif. «C'est un aspect qui nous intéresse grandement. C'est un gros morceau auquel on veut s'attaquer», conclut le président de la STTR.

## Stationnement au centre-ville Vers une tarification progressive

MARIE-EVE ALARIE  
mbalarie@lhebdojournal.com

Engagée dans une réflexion au sujet du stationnement au centre-ville depuis près d'un an, la Ville de Trois-Rivières souhaite mettre en place une tarification progressive aux espaces de stationnement régis par un horodateur. Voici en quoi consiste cette refonte du stationnement au centre-ville.

### COMMENT FONCTIONNERA LA TARIFICATION PROGRESSIVE?

Cette tarification prévoit une baisse de tarif pour la première heure, mais une augmentation pour les heures suivantes. Par exemple, les frais passeront de 1,50\$ à 1\$ pour la première heure de stationnement, puis passeront à 2\$ pour la deuxième heure et à 3\$ pour les heures suivantes.

Toutefois, en périphérie du cœur du centre-ville, là où l'on retrouve les parcs, le tarif horaire sera diminué à 1\$ pour toute la durée du stationnement, ce qui représente une réduction de 33%.

### POURQUOI FAIRE CE CHANGEMENT PLUTÔT QUE DE CONSERVER LA FORMULE ACTUELLE DE TARIFICATION?

Le comité conjoint qui s'est penché sur cet enjeu estime que cela favorisera le roulement des véhicules au cœur du centre-ville et d'inciter le stationnement de longue durée en périphérie. Aussi, une étude

réalisée par Roulons Vert a indiqué que le problème au centre-ville était surtout le roulement des places de stationnement plutôt que la tarification. Il serait aussi prouvé que le fait de favoriser le roulement au cœur de la ville a un impact positif sur la performance commerciale des commerces et restaurants.

### QUAND TOUTES CES MESURES ENTRERONT-ELLES EN VIGUEUR?

L'entrée en vigueur de ces mesures est prévue le 19 octobre. D'ici là, la gratuité du stationnement dans les rues du centre-ville, mis en place à la suite du confinement durant la pandémie de COVID-19, demeure. Notons que la gratuité sera maintenue les soirs dès 18h et la fin de semaine. (Photo archives)



## CONSEIL MUNICIPAL

### La prime du président de la STTR remise au budget de l'organisation

La prime que touchait normalement le conseiller municipal occupant le poste de président de la Société de transport de Trois-Rivières (STTR) sera remise au budget de la STTR. Cela représente un montant d'environ 14 000 \$.

Cela viendra affecter la rémunération de base des élus du conseil de ville puisqu'il avait été décidé que les bonis attribués à certaines fonctions seraient réparties également entre les conseillers. Cette décision sera rétroactive au 1<sup>er</sup> août 2020.

Rappelons que cette démarche était motivée par une notion d'équité entre les différents conseillers et ont permis de répartir, dès décembre 2018, les bonis initialement attribués aux membres du conseil exécutifs et aux présidents de la STTR et de la Régie de gestion des matières résiduelles de la Mauricie.

La décision s'applique aussi à la rémunération supplémentaire qui était remise au maire suppléant. (M.E.B.A.)

## CONSEILS de spécialistes



Dr Thierry Dhuyser  
DMD MRCO

Spécialiste en chirurgie buccale et maxillo faciale

### Le CONCEPT ALL-ON-4

Développé à la fin des années 90 par un jeune dentiste Portugais, Dr Paulo Malo, cette technique a changé la vie de nombreux patients dans le monde.

Découragé de n'avoir à offrir à ses patients, présentant des atrophies sévères, que des solutions à l'aide de greffes osseuses, Dr Malo travailla sur un concept qui lui permettrait de bien traiter ses patients sans qu'ils doivent passer par l'étape, plus longue et plus onéreuse, de la greffe osseuse.

Ses travaux le conduisirent à une technique, ALL-ON-4, qui lui permettait de placer des implants où il y avait le maximum d'os disponible et, en les inclinant, de pouvoir avoir le maximum de dents possibles sur la prothèse.

Des tests furent alors réalisés, les nuts tests. Ces tests consistaient à faire mastiquer aux patients une quantité de noix déterminée, en un certains laps de temps. Les noix étaient ensuite examinées pour vérifier l'efficacité de la mastication.

On découvrit alors que même si une prothèse avec 14 dents offrait la mastication la plus efficace, lorsque l'on réduisait le nombre de dents à 12 ou 10, la mastication était fort acceptable et la digestion tout aussi facile.

Dr Malo entreprit alors de traiter ses patients en ne plaçant que 4 implants, ce qui réduisait les coûts tout en permettant aux patients de bénéficier d'une prothèse fixe avec laquelle il pouvait manger, même des noix!

La technique est utilisée depuis plus de 10 ans avec des résultats plus que probants.

La nouvelle prothèse peut, dans de nombreux cas, être mise en bouche la journée même de la chirurgie.

Dr Dhuyser est certifié du Malo Institute à Lisbonne, Portugal, et pratique la technique ALL-ON-4 depuis 2005.

**APPELEZ-NOUS  
POUR EN SAVOIR PLUS!**

**alterego**



**PRENEZ RENDEZ-VOUS  
DÈS AUJOURD'HUI!**

(819) 694-4506 | CLINIQUE-ALTEREGO.COM

>236469

# Traitement et ressourcement sous un même toit

**AUDREY LEBLANC**  
aleblanc@lhebdojournal.com

**La Fondation lymphoedème & mastectomie inaugure sa nouvelle maison MAIN...TENIR L'ESPOIR. Il s'agit d'un centre de ressourcement situé au 743, boulevard du St-Maurice. On y offrira, entre autres, de l'aide, du soutien et de l'écoute pour toutes personnes touchées de près ou de loin par le cancer en Mauricie et au Centre-du-Québec.**

Pour France Sirois, propriétaire de la résidence et cofondatrice de la Fondation, c'est un rêve qui se réalise. «J'y pensais depuis 15 ans. Ça me rend très émotive aujourd'hui de voir qu'on est rendu là, confie-t-elle. La

Fondation a grandi au fil du temps et on peut maintenant offrir une expérience améliorée aux gens qui viennent nous voir.»

«C'est un endroit où on va traiter les gens physiquement et psychologiquement, poursuit-elle. Ces personnes-là ont eu un cancer. Elles ont perdu un poumon, un sein ou autre chose. Elles ont vécu un choc. Et quelques années plus tard, elles reçoivent un diagnostic de lymphoedème. Et ça, c'est la goutte qui fait déborder le vase. Malheureusement, le lymphoedème, c'est chronique. Elles sont prises avec ça le restant de leur vie. Ici, il y a des thérapeutes pour contrôler la situation.»

De plus, conférences et des ateliers seront offerts à la maison MAIN...TENIR L'ESPOIR. Le deuil, la réflexologie et l'art-thérapie font partie des sujets qui seront abordés.

«On va aussi offrir des demi-journées de bien-être comprenant des soins du visage, du maquillage, de la réflexologie, etc. On aura aussi d'autres activités comme des cours de yoga sur chaise», mentionne Rachel Noël, directrice administrative de la maison.

## GROUPE DE SOUTIEN POUR LES HOMMES

L'équipe de la maison MAIN...TENIR L'ESPOIR tenait également à offrir de l'aide aux hommes, eux qui sont généralement plus réticents à se confier. C'est pourquoi un groupe de soutien dédié uniquement aux conjoints a été mis sur pied.

«C'est un groupe pour les hommes dont la compagnie est atteinte de cancer ou l'a été. C'est un groupe où les hommes vont pouvoir parler de leurs émotions. Ils savent déjà quoi faire pour aider leur conjointe, mais là, ils vont pouvoir parler de comment ils se sentent», explique M<sup>me</sup> Sirois. Le groupe se réunira pour la première fois le 9 septembre en soirée.

Toutes les personnes désirant prendre part aux activités de la maison MAIN...TENIR L'ESPOIR sont invitées à devenir membre en se procurant une carte au coût de 25\$.

Rappelons que la Fondation du Lymphoedème, fondée en 2005 par France Sirois et Lise Guilbert Goulet (décédée en 2009 des suites d'un cancer du sein), a uni ses forces en 2019 à la Fondation Mastectomie du Québec, fondée par Annie Hardy afin d'aider un plus grand nombre de personnes.

Depuis, la Fondation fait le don de camisole post mastectomie en plus de continuer d'offrir une aide financière aux personnes atteintes du lymphoedème. L'argent recueilli au cours des activités permettra aux bénéficiaires de recevoir des soins appropriés à leurs conditions, camisoles et/ou traitements.



Chloé Rancourt, directrice événementielle, Rachel Noël, directrice administrative, France Sirois, propriétaire de la maison, et Annie Hardy, cofondatrice de la Fondation. (Photo Audrey Leblanc)

## TRAVAUX PUBLICS

**AVIS DE RINÇAGE UNIDIRECTIONNEL  
SECTEURS À RINCER POUR LA SEMAINE DU  
13 AU 19 SEPTEMBRE 2020**

### ■ SECTEUR DE TROIS-RIVIÈRES :

**De jour du lundi au vendredi de 7 h à 17 h**

- Périmètre formé par le boulevard St-Louis, la rivière St-Maurice et le boulevard St-Maurice.

**De jour du lundi au vendredi de 7 h à 17 h**

- Périmètre formé la rue Ste-Marguerite, l'autoroute 40 et le boulevard des Récollets.

### ■ SECTEUR DE POINTE-DU-LAC :

**De jour du lundi au vendredi de 7 h à 17 h**

- Périmètre formé par l'ensemble du secteur de Pointe-du-lac.

### ■ SECTEUR DU SAINTE-MARTHE-DU-CAP :

**De jour du lundi au vendredi de 7 h à 17 h**

- Périmètre formé le rang St-Malo et les rues s'y attachant, la limite est de Trois-Rivières, le fleuve St-Laurent et la rue Montée Sainte-Marthe.

\*Prendre note que certaines séquences de rinçage prévues de jour peuvent être exécutées de nuit, et ce, en raison de la configuration du réseau de distribution d'eau potable de la Ville de Trois-Rivières.

**PROCHES AIDANTS  
vous êtes invités à :**



## INVITATION À UNE CONFÉRENCE GRATUITE

Par Renée Pelletier, Médecin,  
auteure et conférencière  
S'adressant aux proches aidants :  
S'adapter et oser changer, un  
pas et un souffle à la fois.

**GRATUIT**

**Le mercredi 23 septembre 2020 à 19 h 30**

**Lieu: Cinéma Le tapis rouge salle #3  
1850, rue Bellefeuille, Trois-Rivières**

**Pour information et réservation: 819.693.6072 POSTE 4**

**www.rdanm.org**

Cet événement est rendu possible grâce à la participation financière de

**L'APPU** POUR LES PROCHES AIDANTS DAINES MAURICIE

**L'Hebdo Journal**

**Pour soutenir la recherche  
ON A BESOIN  
DE VOUS**

**Société de recherche  
sur le cancer**

**RechercheCancer.ca**

**1 866 343-2262**

**Bien le Bonjour**



Associée et directrice-conseil chez Acolyte, Stéphanie Dusablon a été nommée par le site spécialisé Infopresse au nombre des 30 personnalités d'affaires québécoises du domaine des communications marketing, de 30 ans ou moins, qui inspirent par leurs réalisations, leurs idées, leur audace et leurs ambitions.



**UNE HISTOIRE  
à chaque bouchée**

1147, rue Hart, Trois-Rivières  
Québec G9A 4S3  
**819-373-0204**

**21 Jours**

**PLUS DE 38 CHOIX  
DE PLATS DE PÂTES.**

Dans les classiques, à l'achat d'un spaghetti et de 2 breuvages au prix régulier, obtenez le 2<sup>e</sup> spaghetti (de valeur égale ou moindre) GRATUITEMENT.

Limite d'un coupon par 2 personnes. Exclusivement en salle à manger. Ne peut être jumelé à aucune autre offre. Non monnayable. Valable à Trois-Rivières seulement. Expiration 9 octobre 2020

**L'Hebdo Journal**  
VOTRE MÉDIA D'ICI

POUR NOUS JOINDRE  
635 rue du Père-Daniel,  
Trois-Rivières (Québec) G9A 5Z7  
Tél. : 819 379-1490  
Annonces classées : 1 866 637 5236  
www.icimédias.ca

**RÉSEAU SÉLECT**

**Directrice générale :** Amélie St-Pierre  
**Directrice Stratégies Médias :** Amélie St-Pierre  
**Directrice support aux ventes :** Katy Champagne  
**Adjointe-administrative :** Suzanne Blanchette  
**Rédactrice en Chef :** Marie-Ève B. Alarie

Veuillez recycler ce journal

**Journalistes :** Jonathan Cossette, Audrey Leblanc  
**Conseillers en solutions médias :** Claude Martin, Marc Lemire, Marilyne Desautels  
**Coordonnatrices aux ventes :** Josianne Magny, Marie-Claude Laforce  
**Collaborateur :** Robert Martin  
**www.icimédias.ca**

**Publié par :** Icimédias inc.  
**Président :** Renel Bouchard  
**Directeur général :** Marc-Noël Ouellette  
**Impression :** Imprimeries Transcontinental 2005 s.e.n.c., division Transcontinental Transmag, 10807, rue Mirabeau, Anjou  
**Distribution :** Distribution Transcontinental inc. Division Publi-Sac Mauricie

**DISTRIBUTION : 49 534 EXEMPLAIRES • TIRAGE : 49 796 EXEMPLAIRES IMPRIMÉS**

Convention de la poste-publication #40050124. Retourner toute correspondance ne pouvant être livrée au Canada au : 635 rue Père-Daniel, Trois-Rivières (Qc) G9A 5Z7. Toute reproduction des annonces ou informations, en tout ou partie de façon officielle ou déguisée est interdite sans la permission écrite du directeur général. L'Hebdo Journal ne se tient pas responsable des erreurs typographiques pouvant survenir dans les textes publicitaires mais il s'engage à reproduire uniquement la partie du texte ou se trouve l'erreur. La responsabilité du journal et du directeur général ne dépassera en aucun cas le montant de l'annonce. Les articles publiés dans l'Hebdo Journal sont sous la seule responsabilité des auteurs et la direction ne partage pas nécessairement les opinions émises.

## EN RAFALE

### ■ Boréalis a 10 ans

Depuis son inauguration le 10 septembre 2010, plus de 363 000 visiteurs ont franchi les portes du musée Boréalis. Pour souligner le 10<sup>e</sup> anniversaire du musée, une programmation évolutive a été dévoilée.

### ■ Une piscine qui ne fait pas l'unanimité

Un projet d'autorisation concernant un terrain situé en bordure de la rue des Tamias, dans le secteur Pointe-du-Lac, où l'on souhaite pouvoir aménager une piscine, a soulevé des questions parmi les conseillers municipaux. C'est que le projet implique de diminuer la bande de protection du milieu humide adjacent au terrain.

### ■ Vers une hausse d'étudiants à l'UQTR

L'Université du Québec à Trois-Rivières (UQTR) s'attend à enregistrer une hausse de ses inscriptions. De règle générale, on compte un peu plus de 14 000 étudiants

par année, dont environ 13 % sont des étudiants internationaux.

### ■ Le Marché public en prolongation

Puisque les récoltes sont abondantes, le Marché public de Trois-Rivières prolonge sa saison jusqu'au 17 septembre, sous les préaux du Musée POP, les jeudis de 14h à 18h. Les clients du marché pourront s'approvisionner auprès de la Ferme du Garde-Manger, de la Ferme horticole Louis-Gaudreault, de la Multi-Ferme, du Vieux Balsamique et de Canneberges des Cyprès.

### ■ Encourager la mobilité durable en septembre

Roulons VERT a lancé la campagne **Avançons vers la mobilité durable** visant à sensibiliser les gens sur le transport durable durant tout le mois de septembre. Le Défi sans auto solo revient également du 14 au 20 septembre.

**Retrouvez toutes les nouvelles au [www.lhebdojournal.com](http://www.lhebdojournal.com).**

## ET SI C'ÉTAIT MOI...



### PARLER DE SA DÉTRESSE, UN ACTE DE COURAGE



Parkinson  
Centre-du-Québec • Mauricie

819 693-1287

[www.avoscotes.ca](http://www.avoscotes.ca)

[info@avoscotes.ca](mailto:info@avoscotes.ca)

Parkinson Centre-du-Québec. Mauricie

Je suis proche aidante d'un être merveilleux. Nous sommes mariés depuis 36 ans et au-delà des tempêtes, nous sommes toujours aussi complices. Pour notre retraite, nous avons planifié de voyager, vendre la maison et donner du temps à nos petits-enfants. Lorsque la maladie de Parkinson s'est installée et que le diagnostic est tombé comme une tonne de briques, notre vie a cependant

basculé. Mon conjoint a vécu des moments de panique, de découragements et de peurs. Moi, je me suis oubliée dans sa peine...

Après plusieurs nuits sans repos à me demander comment faire, je n'avais qu'une seule réponse : sans aide, je n'y arriverais pas. En parler à mes enfants ? Je ne veux pas les inquiéter. En parler à mes amis ? Ils me croient si forte. En parler à mon médecin ? Je ne voyais pas d'autres avenues, alors j'ai pris rendez-vous. Je me préparais à être forte et à bien lui expliquer ma situation.

Lors de ma visite, tous mes plans ont été bousculés. J'ai présenté la situation comme je l'avais si souvent pratiquée, mais il y avait une chose que je n'avais pas prévu... il me parlerait avec un texte que je n'avais pas écrit ! Il m'a suggéré d'adhérer à un groupe d'entraide de proches aidants... Je suis conjointe d'une personne malade... je suis proche aimante et non PROCHE AIDANTE ! Mon médecin m'a proposé de m'informer à Parkinson Centre-du-Québec. Mauricie afin de connaître des services pouvant m'aider et rencontrer des personnes vivant un cheminement semblable à moi.

J'ai pris mon courage à deux mains et j'ai appelé. On m'a dit que l'on pouvait me recevoir rapidement afin d'évaluer mes besoins. Je me suis sentie accueillie et surtout rassurée, quelqu'un pouvait m'écouter sans jugement. Je me suis présentée seule. J'avais besoin de voir le terrain avant d'en parler avec mon mari et de verbaliser des choses que je ne peux lui dire. J'ai constaté que c'est normal d'être dépassé par les événements et que de pouvoir parler de sa détresse librement est bénéfique. J'en suis ressortie avec le cœur plus léger. J'ai réalisé que j'ai besoin de ressources autour de moi afin de ne pas m'épuiser et ainsi retrouver ma joie de vivre, malgré la maladie.

Depuis cinq ans, mon mari et moi sommes actifs. Nous voyageons, donnons du temps à nos petits-enfants et participons aux activités de l'association. Notre retraite a connu un réajustement, mais nous sommes heureux.

Je me remercie d'avoir eu le courage d'avouer ma détresse et d'avoir demandé de l'aide.

Un texte écrit par Johanne, une fière proche aidante.

Prochaine chronique : Un texte écrit par l'Association des personnes malentendantes de la Mauricie (APMM).

Toutes les chroniques sont disponibles sur : Association des cardiaques de la Mauricie

Chronique financée par :

L'APPU POUR LES PROCHES AIDANTS D'AINES MAURICIE

*Vous êtes là pour eux, nous sommes là pour vous.*

INFO-AIDANT  
1 855 852-7784  
ÉCOUTE-INFORMATION-RÉFÉRENCES  
[LAPPUI.ORG](http://LAPPUI.ORG)

PROCHES AIDANTS MAURICIE

Votre journal en ligne  
dès le mardi à minuit

L'Hebdo  
Journal

[www.lhebdojournal.com](http://www.lhebdojournal.com)

## SERVICE DE COLLECTE DE CÈDRE GRATUIT À DOMICILE POUR RÉSIDENT ET MUNICIPALITÉ

### RÉCUPÉRATION DE FEUILLAGE DE CÈDRE

#### SERVICE CONSEIL

#### SERVICE DE TAILLAGE DE HAIE

#### SERVICE DE PLANTATION DE HAIE

#### VENTE D'HUILE ESSENTIELLE DE CÈDRE

#### PRODUCTEUR D'HUILE ESSENTIELLE

Nous collectons tout ce qui peut être **coupé par un taille-haie** (taillage du feuillage) incluant les **retailles et les branches de moins d'un pouce** (1 po) de diamètre. Nous ne récupérons pas les cèdres abattus complètement.



Recyclage  
de cèdre inc.  
[recyclagedecedre.com](http://recyclagedecedre.com)

**NOUS RÉCUPÉRONS  
VOS CÈDRES  
DANS LES 48 H  
SUIVANT VOTRE APPEL.**

*Kaven Fleury*  
**819 740-2436**



# L'abc d'une rentrée scolaire sécuritaire

De l'attribution **d'un local par groupe-classe** au **lavage des mains**, en passant par des solutions pour assurer **l'enseignement de toutes les matières** et **un soutien accru** aux élèves, on a adopté des mesures pour une rentrée réussie et sécuritaire.

Consultez la foire aux questions

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

## 205 Logements / appartements à louer

2-1/2, 3-1/2, plusieurs, Trois-Rivières, chauffés, 400\$ à 525\$, 819-372-4835  
www.renaissancecia.com

3-1/2, 1336 Lavolette près des services, 3e, lumineux, très propre, libre, enquête crédit, 415\$, 514-647-2426

3-1/2 à 5-1/2, rénovés, calmes, 1er, 2e, 3e étage. Libres. Shawinigan, 819-247-0121

## 205 Logements / appartements à louer

SHAWINIGAN: 590 Grand-Mère, près toutes commodités, 3-1/2, 380\$, Nicole, 819-538-9995

## 245 Chambre à louer

CHAMBRE, 280\$ bas du Cap, Trois-Rivières. Cuisine, électros, télé, internet, autobus, a/c, pas de bail. Jean, 819-266-1115

## 370 Matériaux de construction

TÔLES à couverture à lambris de couleur/ galvanisés La longueur que vous désirez. 819-221-5429

## 397 On demande

ACHÈTERAIS antiquités, enseignes, militaire, cartes postales, cabarets, calendrier et thermomètre, etc... 819-383-5292

## 415 Massothérapie / Soins thérapeutiques

ESPACEEST.ca Massage 7/7 naturopathe et spa 577-A Notre-Dame, Repentigny 450-932-7990

## 424 Astrologie/occultisme

Ana Médium pure, 40 ans d'expérience, ne pose aucune question, réponses précises et datées, confidentielles. Tél.: 514-613-0179 (Avec ou sans Visa/ Mastercard)

## 442 Constructions / Rénovations / Réparations

APPELZ François: Rénovations générales, pose gypse, tirage de joints, céramique, peinture, menuiserie, sous-sol, etc... 514-516-9253

## 483 Compagne/compagnon

HOMME de Trois-Rivières, sérieux, dans soixantaine désire rencontrer femme sérieuse aussi dans soixantaine pour rencontre amicale, but sérieux à long terme. 819-840-6050

## 484 Services divers

POTEAUX de corde à linge, vente, installation, 7 jours/ semaine. 819-9-539-8190 819-701-0132 (Cell)

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

## 555 Argent à prêter

PRÊT DE 500\$ Sans enquête de crédit. www.creditcourtage.ca 1-866-482-0454

## 555 Argent à prêter

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

## 585 Services financiers divers

SOLUTIONS À L'ENDETTEMENT. Restez à la maison! Tout se fait en ligne. Trop de dettes? Harcelé par vos créanciers? Reprenez le contrôle. Un seul versement par mois (0% d'intérêt) Bureaux à Trois-Rivières à Grand-Mère et à Louiseville pour vous servir. MNP Ltée, Syndics autorisés en insolvabilité. 819-693-0004

## AVIS DE DISSOLUTION

Prenez avis que la personne morale «Éva – Écoute, Vie, Accueil» demandera au registraire des entreprises la permission de se dissoudre.

Dumont, Dupuis, Germain, Pruneau, notaires Inc.

## AVIS PUBLIC



## Procédure de demande de scrutin référendaire

Conformément aux articles 556 et suivants de la Loi sur les cités et villes (RLRQ, chapitre C-19) et 539 de la Loi sur les élections et les référendums dans les municipalités (RLRQ, chapitre E-2.2), avis public est, par les présentes, donné aux personnes habiles à voter ayant le droit d'être inscrites sur la liste référendaire de la Ville de Trois-Rivières quant aux chapitres 115 et 117 de ses règlements de 2020, de ce qui suit:

1. Lors de la séance que son Conseil a tenue le 1<sup>er</sup> septembre 2020, la Ville de Trois-Rivières a adopté les règlements suivants:

- Règlement créant une réserve financière en environnement afin de pourvoir aux capitaux nécessaires à des fins environnementales (2020, chapitre 115);
- Règlement autorisant des ajouts, de la réfection et des travaux de mise à niveau à l'amphithéâtre Cogeco et décrétant un emprunt à cette fin de 200 000,00\$ (2020, chapitre 117).

2. Conformément à l'arrêté ministériel 2020-033 de la ministre de la Santé et des Services sociaux en date du 7 mai 2020, toute procédure référendaire doit être suspendue, à moins que le Conseil en décide autrement, auquel cas elle doit être remplacée par un processus référendaire à distance. Le Conseil de la Ville de Trois-Rivières a adopté les résolutions n° C-2020-0957 et n° C-2020-0959 par lesquelles il a respectivement adopté les chapitres 115 et 117 de ses règlements de 2020 et ordonner à la greffière de poursuivre la procédure de mise en vigueur de ces règlements.

3. Les personnes habiles à voter, ayant le droit d'être inscrites sur la liste référendaire de la Ville de Trois-Rivières, peuvent demander que ces règlements fassent l'objet d'un scrutin référendaire en faisant une demande écrite à cet effet sur laquelle figurent les renseignements suivants:

- Le titre et le numéro du règlement faisant l'objet de la demande;
- Leur nom;
- Leur qualité de personne habile à voter (voir les conditions au bas de l'avis);
- Leur adresse (voir les précisions au bas de l'avis);
- Leur signature

4. Pour ces règlements, la transmission de demandes écrites pourra s'effectuer du **mercredi 9 septembre au vendredi 25 septembre 2020** inclusivement, en transmettant sa demande par courrier postal à l'adresse mentionnée ci-dessous ou par courriel à greffe@v3r.net. Nous invitons les personnes habiles à voter à utiliser le formulaire disponible sur le site internet de la Ville à l'adresse suivante www.v3r.net, en indiquant dans la barre de recherche «procédure d'enregistrement par demandes écrites» ou en cliquant sur l'onglet «formulaire - 115» ou «formulaire - 117». Vous pouvez également contacter la soussignée en composant le 311 pour obtenir toutes informations sur la présente procédure d'enregistrement écrite. Les personnes transmettant une demande par la poste sont invitées à le faire le plus rapidement possible pour tenir compte des délais de livraison postale.

5. Toute demande de scrutin référendaire doit être accompagnée d'une copie (photo, photocopie) de l'une des pièces d'identité suivantes:

- carte d'assurance maladie délivrée par la Régie de l'assurance maladie du Québec;
- permis de conduire ou permis probatoire délivré par la Société de l'assurance automobile du Québec;
- passeport canadien
- certificat de statut d'Indien;
- carte d'identité des Forces canadiennes.

Toute copie d'un document d'identification transmis avec une demande sera détruite à la fin de la procédure de demande de scrutin référendaire.

6. Dans le cas où le nom de la personne ne figure pas déjà sur la liste des personnes habiles à voter ayant le droit d'être inscrite sur la liste référendaire de la Ville, la demande doit également être accompagnée d'un document attestant son droit d'y être inscrite.

7. Toute personne qui assiste une personne habile à voter incapable de signer elle-même sa demande doit y inscrire:

- son nom;
- son lien avec la personne habile à voter (conjoint, parent ou autre);
- dans le cas où la personne habile à voter ne serait ni un parent ni un conjoint, une déclaration écrite selon laquelle elle n'a pas porté assistance à une autre personne qui n'est pas un parent ou un conjoint au cours de la procédure de demande de scrutin référendaire;
- une mention selon laquelle elle a assisté la personne habile à voter;
- sa signature.

8. Le nombre de demandes requis pour qu'un scrutin référendaire soit tenu est de **8 306**. Le règlement pour lequel ce nombre n'est pas atteint sera réputé approuvé par les personnes habiles à voter.

9. Le résultat de la procédure d'enregistrement écrite sera annoncé lors de la séance que le Conseil tiendra le mardi 6 octobre 2020 à 19h00. Ce résultat sera également publié au www.v3r.net.

10. Ces règlements peuvent être consultés sur le site de la Ville au www.v3r.net ou en faisant la demande par courriel au greffe@v3r.net.

## RAPPEL

Est une personne habile à voter ayant le droit d'être inscrite sur la liste référendaire de la ville au regard des règlements ci-dessus identifiés:

► Toute personne qui, le 1<sup>er</sup> septembre 2020, n'est frappée d'aucune incapacité de voter découlant d'une manœuvre électorale frauduleuse et qui remplit une des conditions suivantes:

- être une personne physique domiciliée sur le territoire de la ville de Trois-Rivières et, depuis au moins six mois, au Québec;

## OU

- être depuis au moins douze mois:
  - ☐ le propriétaire d'un immeuble situé sur le territoire de la ville de Trois-Rivières;
  - ou
  - ☐ l'occupant d'un établissement d'entreprise situé sur le territoire de la ville de Trois-Rivières.

► Une personne physique doit également, le 1<sup>er</sup> septembre 2020, être majeure et de citoyenneté canadienne et ne pas être en curatelle.

**Condition supplémentaire pour les copropriétaires indivis d'un immeuble et les cooccupants d'un établissement d'entreprise situés sur le territoire de la ville de Trois-Rivières depuis au moins 12 mois, le 1<sup>er</sup> septembre 2020:**

► Avoir désigné, au moyen d'une procuration signée par la majorité des copropriétaires ou cooccupants qui sont des personnes habiles à voter, une personne à qui ils ont donné le droit de transmettre une demande écrite en leur nom et d'être inscrite sur la liste référendaire de la Ville de Trois-Rivières, le cas échéant.

⇒ Cette procuration doit être produite avant ou lors de la transmission de la demande écrite.

**Condition supplémentaire pour les personnes morales dont l'immeuble ou l'établissement d'entreprise est situé sur le territoire de la ville de Trois-Rivières depuis au moins 12 mois, le 1<sup>er</sup> septembre 2020:**

► Avoir désigné, au moyen d'une résolution, parmi ses membres, administrateurs ou employés, une personne physique qui, en date du 1<sup>er</sup> septembre 2020 et au moment d'exercer ce droit, est majeure et de citoyenneté canadienne, n'est pas en curatelle, ni déclarée coupable d'une infraction constituant une manœuvre électorale frauduleuse.

⇒ La résolution désignant la personne autorisée à transmettre une demande écrite doit être produite avant ou lors de la transmission de la demande écrite.

Nul ne peut être inscrit à plus d'un endroit sur la liste référendaire de la Ville de Trois-Rivières. Cette interdiction ne s'applique cependant pas à la personne habile à voter qui est désignée comme représentante d'une ou de plusieurs personnes morales.

## PRÉCISIONS CONCERNANT L'ADRESSE DEVANT FIGURER SUR UNE DEMANDE DE SCRUTIN RÉFÉRENDIAIRE

L'adresse devant être inscrite sur une demande de scrutin référendaire est, selon la qualité donnant à la personne habile à voter le droit d'être inscrite sur la liste référendaire de la ville:

- l'adresse du domicile, dans le cas d'une personne habile à voter domiciliée sur le territoire de la ville;
- l'adresse de l'immeuble, dans le cas d'une personne habile à voter qui est propriétaire unique ou copropriétaire indivis d'un immeuble situé sur le territoire de la Ville;
- l'adresse de l'établissement d'entreprise, dans le cas d'une personne habile à voter qui est occupante unique ou cooccupante d'un établissement d'entreprise situé sur le territoire de la Ville.

Trois-Rivières, ce 9 septembre 2020.

M<sup>re</sup> Marie-Michèle Lemay, assistante-greffière  
1325, place de l'Hôtel-de-Ville  
C. P. 368  
Trois-Rivières (Québec) G9A 5H3  
Téléphone: 819 374-2002

## AGENDA COMMUNAUTAIRE

### ■ Association de la fibromyalgie Mauricie/Centre-du-Québec

Qi-Gong adapté les lundis, du 14 septembre au 23 novembre, à 13 h 30 au 109, rue Brunelle. Coût: 75 \$ pour membres. Qi-Gong aussi offert en virtuel (le jeudi, du 17 septembre au 26 novembre, 11 h 45). / Cinq ateliers d'herboristerie avec Isabelle Lahaye en virtuel. Du 6 octobre au 4 décembre à 13 h 30. Coût: 50 \$ membres. / Info et inscription pour ces activités: 819 371-1458

### ■ Viactive (50 ans +)

Pour garder la forme et améliorer sa condition physique. Session d'automne dès le 15 septembre. Mardi: pavillon des Seigneurs (10 h à 11 h) et pavillon St-Arnaud (14 h à 15 h). Mercredi: pavillon St-Arnaud (10 h à 11 h) et Centre des Ormeaux (13 h 30 à 14 h 30). Possibilité de se joindre au groupe en tout temps. Info: Céline au 819 377-0326

### ■ Club de l'amitié Ste-Marthe

Début des cours de danse en ligne avec Denise Lévesque le 16 septembre à 19 h à la salle Félix-Leclerc (1001, rang St-Malo). Sécuritaire selon les normes. Apportez votre masque. D'autres cours débutants et avancés sont aussi disponibles. Info: 819 370-3979.

### ■ Projection de films

Visionnement de films au Pavillon St-Arnaud les jeudis à 13 h dès le 24 septembre. 75 \$ + taxes. Info et inscription: 819 374-2422. Inscription avant le 16 septembre.

### ■ Après-midis spirituels

Thème «Monter en amour». Les jeudis à 13 h 30 du 17 septembre au 5 novembre chez

les Carmes (600, rue Notre-Dame Est, secteur Cap). Par Alain Dupont. Info: 819 373-5159.

### ■ Regroupement des aidants naturels de la Mauricie

Conférence gratuite le 23 septembre à 19 h 30 au Cinéma Le Tapis Rouge, salle 3. Par Renée Pelletier, médecin, auteure et conférencière. «S'adapter et oser changer, un pas et un souffle à la fois». Info et inscription: 819 693-6072 poste 4

### ■ Association de la fibromyalgie Mauricie/Centre-du-Québec

Date limite d'inscription: 14 septembre au 819 371-1458

*Pour nous faire parvenir une annonce pour l'agenda communautaire, envoyez-nous les informations à [redaction@lhebdojournal.com](mailto:redaction@lhebdojournal.com) au plus tard le jeudi midi précédant la date de parution du journal désirée.*

## UNE CARRIÈRE UN EMPLOI

### OPÉRATEUR DE BÉTONNIÈRE RECHERCHÉ

Béton Crête est à la recherche d'opérateur de bétonnière, à St-Pierre-les-Becquets, St-Stanislas et St-Étienne-des-Grès.

#### LES PRINCIPALES TÂCHES DE CE POSTE À TEMPS PLEIN SONT:

- Conduire une bétonnière dans le respect des lois et réglementations (chantier et route)
- Effectuer la livraison et l'ajustement du béton (additifs, fibres et autres)
- S'acquitter de divers menus travaux relatifs à l'entretien de l'usine et du camion
- Effectuer quotidiennement ses rondes de sécurité lors de la prise de possession d'un camion
- Compléter toute documentation requise dans le cadre du travail

*Vous devez également détenir un permis de conduire valide de classe 1 ou 3, avec les mentions F et M.*

#### BÉTON CRÊTE VOUS OFFRE:

- Un salaire concurrentiel, et encore plus avantageux après 40 heures
- Une formation complète
- Assurance groupe
- L'employé est habillé et chaussé

Le tout dans une ambiance de travail dynamique, en plus d'avoir un poste enrichissant et jamais répétitif.

Vous désirez faire partie d'une équipe expérimentée depuis plus de 29 ans et toujours à la recherche de nouveaux défis?

**Postulez dès maintenant!**  
[atrepanier@betoncrete.com](mailto:atrepanier@betoncrete.com)  
Alain Trépanier



>271149



Notre client, **Restaurant A&W** (Groupe Hamel) de la Mauricie, est à la recherche de personnes possédant un leadership mobilisateur et une forte approche client afin d'agir dans ses restaurants de la Mauricie à titre de:

## GÉRANT ET ASSISTANT GÉRANT

#### MANDAT

- Superviser les équipes et les opérations relevant de sa responsabilité;
- Voir à contrôler les inventaires, gérer la trésorerie, les budgets et planifier avec efficacité les rotations de marchandises;
- Planifier les horaires, former le personnel, tenir en place tous les processus et normes en matière de santé et sécurité ainsi qu'en matière de salubrité et assurer une excellente expérience client;

#### EXIGENCES REQUISES

- Pour le poste de **gérant**, posséder une solide expérience à titre de gestionnaire de restauration rapide et en cuisine (trois ans). Pour le poste d'**assistant gérant**, l'expérience peut être compensée par une formation et une expérience jugée pertinente;
- Posséder des connaissances de base en informatique;
- Posséder des habiletés de communicateur facilitant son travail auprès de la clientèle et des employés;
- Posséder un permis de conduire valide et un mode de transport fiable;
- Les qualités que nous recherchons chez nos candidats sont le dynamisme, être responsable et autonome, faire preuve de loyauté envers la direction, de flexibilité et d'une certaine disponibilité pour des horaires reliés au secteur de la restauration rapide;
- Solide face à la pression, les défis ne vous font pas peur;

#### CONDITION ET INSCRIPTION

- Les personnes intéressées à relever ce défi sont priées de faire parvenir dans les meilleurs délais, leur curriculum vitae à l'adresse ci-dessous mentionnée;
- Les conditions et le salaire offerts au candidat seront concurrentiels et en fonction de l'expérience du candidat.
- Seules les personnes retenues seront avisées et les candidatures seront traitées avec la plus grande discrétion. L'annonce est rédigée au masculin mais se veut respectueuse de toute candidature reçue.

**Veillez inscrire la référence suivante lors de votre envoi: A&W-août 2020**

À l'attention de M<sup>me</sup> Sylvie Bureau, 461, rue des Laurentides, Shawinigan, QC G9N 6X9  
Site WEB: [www.cgrh.ca](http://www.cgrh.ca) | Courriel: [info@cgrh.ca](mailto:info@cgrh.ca)

>270897

## POSTES CHAUFFEURS VOITURIERS

Division Côte Est des États-Unis



**CHOISIS TON TERMINAL :**  
Montréal, Québec, Trois-Rivières, Sherbrooke, St-Germain-de-Grantham

**CAMIONS RÉCENTS**

**REMORQUE FERMÉE, REMORQUE PLATEFORME OU CONTENEUR**

## REJOINS L'ÉQUIPE DÈS AUJOURD'HUI

**SGT**  
ON VEUT TE RENCONTRER!

**1.888.748.4213**  
**jobs@sgt.ca**

NOUS CHERCHONS AUSSI  
**CHAUFFEURS LOCAUX**

Division conteneur



**SPA Mauricie**

Trois-Rivières  
Félix et Princesse,  
shih tzu et poméranien  
Mâle et femelle, 8 ans

Trois-Rivières  
Riri, domestique  
Femelle, 1 an

**PROTÉGER ♥ SOIGNER ♥ ADOPTER**

[www.spamauricie.com](http://www.spamauricie.com) • Facebook

5000, boulevard Saint-Jean, Trois-Rivières 819 376-0806 | 2800, rue des Contremaîtres, Shawinigan 819 538-9683

>271152

## SPORTS

# Une fille qui court passe en mode automnal!

JONATHAN COSSETTE  
jcossette@lhebdojournal.com

Les adeptes de l'événement «Une fille qui court» avaient l'habitude de marcher ou de courir à la chaleur du mois de mai. La pandémie de la COVID-19 est venue contrecarrer les plans du comité organisateur cette année, mais

l'événement pourra finalement avoir quand même lieu le 4 octobre prochain.

C'est sous une formule adaptée aux mesures sanitaires que l'édition 2020 se tiendra. Les coureuses devront porter un masque jusqu'à ce qu'elles arrivent au point de départ. À leur arrivée sur le site, elles devront également se désinfecter les mains. Sur la ligne de départ, les plus rapides devront se placer à l'avant.

Pour permettre à l'événement de respecter le regroupement de 250 personnes maximum, il ne sera pas possible d'avoir des invités ou accompagnateurs sur place.

«Ça va bien aller et on a travaillé fort avec la Santé publique, la Ville de Trois-Rivières et la Fédération de l'athlétisme pour que tout soit très sécuritaire. Il y aura dix vagues de 220 coureuses, étalées sur 12 heures. Le départ de la course se fera à nouveau près de l'eau, à l'amphithéâtre, et l'arrivée de la course sera faite à la Place Technoparc dans un parcours simplifié pour éviter les croisements le plus possible, confie Laurie Bellerive, co-organisatrice de l'événement. On a ajouté l'alternative virtuelle cette année, alors les gens qui ne veulent pas se déplacer peuvent le faire à la maison et vont quand même recevoir la médaille et le chandail et leur temps sera calculé sur le site officiel. Une fille qui court est la course la moins

compétitive qui existe. On a du plaisir et il n'y a aucune compétition. C'est chacune à son rythme.»

À nouveau cette année, les parcours de 5 km (vague #1/ marche ou course), 5 km (vague #2/ marche ou course), 10 km (marche ou course) et 15 km (course) sont offerts. Les frais d'inscription ne sont ni remboursables ni transférables et seul le changement de distance est accepté avant le 20 septembre.

«Il n'y a pas vraiment d'autres courses offertes cette année, alors ça fait en sorte que les inscriptions vont bon train. On sent que plusieurs coureuses tiennent à leur défi annuel et ne veulent pas manquer l'occasion. C'est quand même une chance en or qu'on a puisque que nous avons longtemps pensé qu'il faudrait peut-être annuler l'édition 2020», m'ajoute-t-elle.

L'âge minimal pour participer à l'événement est 12 ans et un parent ou tuteur légal mineur doit signer la décharge électronique dans chacun des cas. Pour s'inscrire: <https://www.unefillequicourt.com>.

**TOUS LES SAMEDIS 18H**

**PLUS GROS, PLUS GÉNÉREUX,**

**PARTOUT EN MAURICIE!**

**RADIO★BINGO**

**DE LA MAURICIE**

**DIFFUSÉ SUR DEUX**

**RADIOS**

**103.1**

**COUNTRY POP**

**MRC MASKINONGÉ**

**92.9**

**SHAWINIGAN**

RAC3 : 201804024107-01 >269750



Une fille qui court offrira à nouveau les parcours de 5 km, 10 km et 15 km cette année.

(Photo courtoisie - Une fille qui court)

**INSCRIPTION OBLIGATOIRE**

**VEUILLEZ RÉSERVER VOTRE PLACE**

**AU 514-477-7020, POSTE 5325**

**NOTRE MISSION**

**VOTRE RÉUSSITE**

**SCOLAIRE!**

**CFP PAUL-GÉRIN-LAJOIE**

**Soirée d'information: 16 septembre 2020 à 18h30**

**CENTRE NATIONAL**

**DE FORMATION EN**

**TRAITEMENT DE L'EAU**

**DEP : Conduite de procédés**

**de traitement de l'eau**

**Début : 7 décembre 2020**

**ppl.cstros-lacs.qc.ca**

Téléphone : 514 477-7020, poste 5325

**INSCRIPTION EN LIGNE : WWW.SRAFP.COM**

**Centre Paul-Gérin-Lajoie**

400, avenue Saint-Charles, Vaudreuil-Dorion

**Centre de services scolaire des Trois-Lacs**

**Québec**

**Suivez-nous sur**

**facebook**

**Redécouvrez**

**Une sortie culturelle**

**dans le confort de votre salon!**

**Maski**

**HangARTS publics** est un événement de portes ouvertes sur les ateliers d'artistes et d'artisans de la MRC de Maskinongé. C'est une occasion privilégiée de mieux connaître le travail des créateurs de chez nous, un événement où la passion des artistes et des artisans est mise en valeur et, aussi, un moment idéal pour prendre contact avec eux afin de vous procurer œuvres d'art et créations artisanales.

Cette année, on passe en mode virtuel. Alors, partez à l'aventure dans le confort de votre salon!

Tout d'abord, choisissez une tenue de circonstance. Peut-être opterez-vous pour un habit du dimanche, un coton ouaté ou un joli pyjama. Peu importe, il faut simplement que vous soyez confortablement installé sur votre divan, votre lit ou, encore, à la table de cuisine pour un mois de découvertes artistiques, devant votre ordinateur!

On se donne rendez-vous sur le site web [www.hangartspublics.com](http://www.hangartspublics.com) et la page Facebook Culture Maskinongé les 26 et 27 septembre prochain pour le dévoilement officiel des artistes et artisans participants à cette 4e édition, puis jusqu'au 26 octobre pour découvrir les talents d'ici, une municipalité à la fois.

Si vous avez aimé vos rencontres virtuelles, et que vous avez eu un coup de cœur pour l'un des créateurs, vous pouvez magasiner via la boutique en ligne de la page Facebook. Cela vous permettra d'encourager nos artistes et artisans, et d'acquiescer un produit unique.

**Comment participer?** Cet automne, rendez-vous sur la page Facebook Culture Maskinongé et au [www.hangartspublics.com](http://www.hangartspublics.com)!

**Maski, de nature humaine et toujours talentueuse!**

**MRC**

**Maskinongé**

**SADC**

Société d'aide au développement des collectivités

DE LA MRC DE MASKINONGÉ

**icimédias**

DES MÉDIAS D'ICI POUR LES GENS D'ICI

**Visitez [tourisme.maski.quebec](http://tourisme.maski.quebec)**

**Tourisme Maskinongé**



**Amélie St-Pierre**  
directrice générale



**Katy Champagne**  
directrice support aux ventes



**Suzanne Blanchette**  
adjointe-administrative



**Josianne Magny**  
coordonnatrice aux ventes



**Marie-Claude Laforce**  
coordonnatrice aux ventes



**Claude Martin**  
conseiller en solutions médias



**Marc Lemire**  
conseiller en solutions médias



**Marilyne Desaulniers**  
conseillère en solutions médias

# TOUTE LA VILLE en parle

Suivez-nous sur  /hebdojournal  @HebdoJournal • [www.lhebdojournal.com](http://www.lhebdojournal.com)

## BARON & TOUSIGNANT... UNE HISTOIRE DE FAMILLE!



C'est en 1975 que Baron & Tousignant voit le jour. Fondée par Raymond Baron et Jean-Claude Tousignant, l'entreprise se spécialise d'abord dans la réparation des scies mécaniques et des tondeuses. Puis, après 9 ans au sein de l'organisation, Étienne Moreau en devient le propriétaire. Avec son père, Sylvain Moreau, et sa mère, Carole Champagne, il achète l'entreprise en 2015. Baron & Tousignant s'impose rapidement comme référence dans le domaine du matériel de motoculture.

En 1999, l'entreprise s'agrandit. Baron & Tousignant devient ainsi le plus grand magasin de machinerie légère en Mauricie. Située à Trois-Rivières, l'entreprise familiale a une réputation sans égale. Pour l'achat, l'entretien et la réparation de machinerie légère, ils sont LA référence.

Enfin, en 2020, la notion d'entreprise familiale prend tout son sens, alors que Mélodie Moreau la sœur d'Étienne, se joint à l'entreprise. C'est un 45<sup>ème</sup> anniversaire qui se célèbre sous le dynamisme de la famille Moreau.

## LA FORGE DU MALT 3 ANS DÉJÀ!



Photo des trois propriétaires, de gauche à droite: Guy Lafrenière, Martin Baril, Étienne Lamontagne

Vendredi 28 août dernier, la Microbrasserie La Forge du Malt a célébré son 3<sup>e</sup> anniversaire devant plus de 80 clients et invités. Pour l'occasion, une énorme fête a eu lieu au salon de dégustation du 2385 Thibeau avec leurs bières et la présence du foodtruck Mr. Méchoui. La soirée s'est soldée par le spectacle du talentueux guitariste Steve Hill qui a enflammé la foule sur place durant deux heures!

Une soirée d'anniversaire à saveur locale qui a fait oublier le Covid-19, l'instant d'une soirée! Ou plutôt, l'instant d'une pinte de Côtasse!

## UNE PREMIÈRE ANNÉE RÉUSSIE AU CINÉMA LE TAPIS ROUGE

Les deux propriétaires du Cinéma le Tapis Rouge célébraient le 30 août dernier, le premier anniversaire de l'acquisition de l'entreprise: Une année sous de signe de la croissance, de l'amour du cinéma et de nombreuses surprises!

Pour Joël Côté et Paul Langevin, les 12 derniers mois auront été fort positifs. «Des milliers de cinéphiles de tous âges ont découvert notre cinéma indépendant, qui maintient sa mission première d'offrir un cinéma de qualité, dans un complexe moderne, avec une grande variété de productions québécoises et internationales.»

«La bonne nouvelle, c'est que la relance de notre cinéma est un succès, après la fermeture liée à la pandémie. Nos cinéphiles ont rapidement repris le chemin des salles et constaté que les mesures adoptées au Tapis Rouge sont exemplaires. Pour cela, nous remercions chaleureusement nos clients et amis pour leur soutien et leur confiance.»

Cinéma le Tapis Rouge, 1850 Bellefeuille, Trois-Rivières, 819 840-2540, poste 2.



## LE NOUVEAU GARAGE DONT TOUT LE MONDE PARLE !



LOGISTECK MÉCANIQUE, Nous sommes situés au: 2500 rue de l'industrie, Trois-Rivières.

Nous vous offrons tous les services requis pour l'entretien de votre véhicule, qu'il soit récent ou qu'il ait quelques années d'usure, notre expertise, notre professionnalisme, notre écoute, la qualité de notre service ainsi que nos efforts pour vous servir dans un délai rapide, tout cela fait de LOGISTECK MÉCANIQUE, un endroit incontournable pour vos véhicules. N'hésitez pas à nous recommander auprès de vos amis & famille.

Merci d'encourager une PME d'ici!



**MAÇONNERIE**  
**LE 3E PETIT COCHON INC.**  
RBQ : 8333-0936-59

Plus de 30 ans  
d'expérience à  
votre service

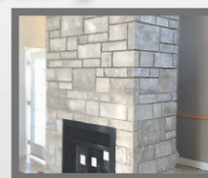
**ENTRETIEN / RÉPARATION**  
**BRIQUES / PIERRES**  
**PIERRES COLLÉES**

- Réparation de cheminée
- Réparation de fissures et remplissage de joints
- Restauration de maçonnerie
- Remplacement de tablette sous les fenêtres
- Réparation et finition de salage et installation de crépis.

**TRAVAIL GARANTI / ESTIMATION GRATUITE**

**Contactez-nous dès maintenant 819 698-2478**

*Votre expert  
en maçonnerie*





# Besoin d'une consultation médicale? N'attendez pas.

Si vous avez besoin de prendre un rendez-vous avec un professionnel de la santé et que vous ne présentez aucun symptôme d'allure grippale, de la gastroentérite ou de la COVID-19, communiquez avec :

- votre médecin;
- votre clinique médicale;
- votre groupe de médecine de famille;
- ou avec Info-Santé 811, si vous n'avez pas de médecin

pour obtenir une consultation par téléphone, ou encore en personne.

Le port du masque est obligatoire lors d'une consultation.



Toussez dans  
votre coude



Lavez  
vos mains



Gardez vos  
distances



Portez  
un masque

On continue de bien se protéger.

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

📞 1 877 644-4545