

POUR NOUS JOINDRE  
**MUNICIPALITÉ DE CHAMPLAIN**

**BUREAU MUNICIPAL**



**Adresse :** 819, rue Notre-Dame  
**Téléphone :** (819) 295-3979  
**Télocopieur :** (819) 295-3032

**Nos heures d'ouverture :**

|                  | AM         | PM          |
|------------------|------------|-------------|
| Lundi au jeudi : | 7h30 à 12h | 12h45 à 16h |
| Vendredi :       | 8h à 12h   | FERMÉ       |

**Numéro d'urgence :** (819) 996-3434

Note : À utiliser seulement sur les heures de fermeture du bureau municipal pour des urgences nécessitant une intervention immédiate

**Courriel :**

[info@municipalite.champlain.qc.ca](mailto:info@municipalite.champlain.qc.ca)

**Site internet :**

<http://www.municipalite.champlain.qc.ca>

 @Municipalité de Champlain

**Système d'alertes municipales :**

<https://champlain.alertesmunicipales.com>

**SERVICE D'URBANISME**



**Adresse :** 819, rue Notre-Dame  
**Téléphone :** (819) 295-3979  
**Horaire :** du lundi au jeudi  
de 8h à 12h et 13h à 16h

**Courriel :** [urbanisme@municipalite.champlain.qc.ca](mailto:urbanisme@municipalite.champlain.qc.ca)

**SERVICE DES LOISIRS**



**Adresse :** 961, rue Notre-Dame  
**Téléphone :** (819) 295-3166  
 @Loisirs Champlain

**Courriel :** [loisirs@municipalite.champlain.qc.ca](mailto:loisirs@municipalite.champlain.qc.ca)

**SERVICE INCENDIE**

\*\*\* À UTILISER UNIQUEMENT POUR OBTENIR UN  
PERMIS POUR FEU À CIEL OUVERT\*\*\*

**Téléphone:** (819) 295-3979

**BIBLIOTHÈQUE**



**Adresse :** 963, rue Notre-Dame  
**Téléphone :** (819) 840-0407  
 @Biblio Champlain

**Courriel :** [biblio005@reseaubibliocqlm.qc.ca](mailto:biblio005@reseaubibliocqlm.qc.ca)



**Bulletin municipal**  
**LE CHAMPLAINOIS**

**MARS 2025**

**CE BULLETIN CONTIENT :**

|                                           |    |
|-------------------------------------------|----|
| MOT DU MAIRE.....                         | 2  |
| CONSEIL MUNICIPAL .....                   | 3  |
| ADMINISTRATION .....                      | 4  |
| SERVICE INCENDIE .....                    | 4  |
| LOISIRS.....                              | 5  |
| BIBLIOTHEQUE.....                         | 9  |
| ACTIVITES ET INFORMATIONS REGIONALES..... | 10 |
| TABLE DES MAREES DE CHAMPLAIN.....        | 15 |
| CALENDRIER MUNICIPAL.....                 | 16 |



Mars = changement d'heure  
quand? (page 4)

**CAMP DE JOUR  
CHAMPLAIN**



**Inscription camp  
de jour 2025  
(page 6)**



**1<sup>er</sup> versement taxes municipales**  
**7 mars 2025**

---

## LE MOT DU MAIRE

---

Champlainoises, Champlainois,

### *Fosses septiques - Suivi de la rencontre avec Énercycle*

Le 10 février, environ, 80 personnes ont assisté à une rencontre où :

- La municipalité a expliqué pourquoi elle adhérerait à la compétence de la vidange de fosses septiques de la Régie de Gestion des Matières Résiduelles de la Mauricie (ÉNERCYCLE) : «C'est pour s'assurer du respect de la Loi sur la Qualité de l'Environnement et du Règlement en matière d'évacuation et de traitement des eaux usées des résidences isolées (Q2-R22)»
- Les représentants d'ÉNERCYCLE sont venus présenter le service offert, les modalités de communication avec les citoyens et les attentes envers la préparation à réaliser pour la vidange, mais aussi les dates et les lieux de vidanges pour 2025 et 2026.

Lors de cette rencontre ou autrement, plusieurs personnes ont demandé pourquoi nous faisons affaire avec cette « compagnie » plutôt que d'aller en soumission publique pour identifier les moins chers.

Tout d'abord, il faut mentionner qu'ÉNERCYCLE n'est pas une compagnie privée, mais une régie constituée des villes de Trois-Rivières, Shawinigan et des MRC de Maskinongé, de Mékinac et de Des Cheneaux, son conseil d'administration est constitué d'élus municipaux provenant des partenaires mentionnés.

ÉNERCYCLE a compétence pour l'enfouissement des matières résiduelles, pour la collecte et le traitement du recyclage (bacs bleus et bruns) et la vidange des boues de fosses septiques. Ainsi, lorsqu'une municipalité décide de déléguer sa compétence pour l'un de ces sujets, elle le fait en faveur d'ÉNERCYCLE.

Pour répondre à la question des coûts, il faut répéter qu'ÉNERCYCLE assure les municipalités du maintien du registre nécessaire pour répondre à la Loi et au Règlement, mais aussi que cet organisme régional assure ses obligations pour l'ensemble de la collectivité et que les frais sont les mêmes pour tous.

Pour ces services que vous soyez à Ste-Ursule, à Trois-Rivières, à St-Adelphe, les frais d'enfouissement ou les frais de vidange de fosses sont les mêmes.



**Guy Simon, Maire**

**Municipalité de Champlain**

819, rue Notre-Dame, Champlain QC G0X 1C0

Téléphone : (819) 295-3979 | Fax : (819) 295-3032 Courriel :

[mairie@municipalite.champlain.qc.ca](mailto:mairie@municipalite.champlain.qc.ca)

## CONSEIL MUNICIPAL

### MEMBRES DE NOTRE CONSEIL MUNICIPAL

**Maire :** Guy Simon

**Siège #1 :** Sébastien Marchand

**Siège #2 :** Jocelyne Poirier

**Siège #3 :** Yvon Sauvageau

**Siège #4 :** Sonya Pronovost

**Siège #5 :** Mireille Le Blanc

**Siège #6 :** Claude Boisvert

Prochaine réunion  
du conseil municipal

**Lundi 3 mars 2025**

20h au Centre du Tricentenaire  
961, rue Notre-Dame

**Vous êtes les bienvenus !**

### Résumé de l'assemblée régulière du conseil municipal du 3 février 2025\*

#### **Résolution 2025-02-019**

Le conseil municipal adopte l'ordre du jour.

#### **Résolution 2025-02-20**

Le conseil adopte le procès-verbal de l'assemblée du 13 janvier 2025.

#### **Résolution 2025-02-21**

Le conseil municipal autorise le paiement des comptes à payer en date du 3 février 2025 pour une somme n'excédant pas 338 740.26\$.

#### **Note**

Dépôt du rapport 2024 de gestion contractuelle.

#### **Résolution 2025-02-022**

Le conseil municipal autorise le directeur général à signer le contrat avec le groupe de musique «Le Groupe Les Forges» pour la soirée de fêtes du 5 décembre 2025.

#### **Note**

Dépôt de la liste de biens municipaux vendus.

#### **Résolution 2025-02-023**

L'adhésion à l'association des Plus Beaux villages et à l'association québécoise d'urbanisme est renouvelée pour l'année 2025.

#### **Note**

Avis de motion et dépôt du projet de règlement 2025-02 sur la tarification des services municipaux.

#### **Résolution 2025-02-024**

Adoption de la procédure de traitement des plaintes suite à l'octroi de contrats municipaux.

#### **Résolution 2025-02-025**

Le conseil municipal accorde une aide financière à la Société Historique de Champlain pour la publication du journal Le Postillon.

#### **Résolution 2025-02-026**

Le conseil municipal adopte une politique d'achat local.

#### **Résolution 2025-02-027**

Le conseil municipal autorise le directeur général à participer au congrès annuel 2025 de l'ADMQ.

#### **Résolution 2025-02-028**

Le conseil municipal autorise la présentation d'une demande d'aide financière pour le ponton au rang St-Pierre dans le cadre du programme d'aide à la voirie locale, volet «Rétablissement» du ministère des Transports.

#### **Résolution 2025-02-029**

Le Maire et le directeur général sont autorisés à signer l'entente avec Développement C.J.R. inc. pour le paiement de la pierre de surplus et l'achèvement des travaux de drainage sur la rue Massicotte.

#### **Résolution 2025-02-030**

La demande de dérogation mineure pour le 219, rue Notre-Dame est acceptée.

#### **Résolution 2025-02-031**

À la suite de la recommandation du CCU, le conseil municipal nomme monsieur Sébastien Marchand, président du CCU pour l'année 2025.

**Résolution 2025-02-032**

Nomination des membres du comité de démolition pour l'année 2025.

**Résolution 2025-02-033**

Le conseil municipal autorise le versement de l'aide financière au Service des Loisirs de Champlain inc.

**Résolution 2025-02-034**

Appui à la candidature de la municipalité de Saint-Boniface pour leur participation au concours Hockeyville Kraft 2025.

**Résolution 2025-02-035**

Le conseil municipal autorise le directeur général à faire l'acquisition d'un ordinateur portable pour le service d'urbanisme

**Résolution 2025-02-036**

L'assemblée est levée

## ADMINISTRATION

### Remerciements – déneigement bornes-fontaines

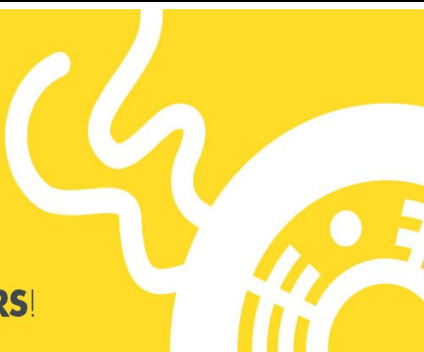
La Municipalité de Champlain, les employés des travaux publics ainsi que les pompiers volontaires, désirent remercier les personnes qui ont pris l'initiative de déneiger les bornes-fontaines situées sur leur terrain.

## SECURITE INCENDIE

CHANGEMENT  
D'HEURE

CHANGEMENT  
DE PILE

VÉRIFIEZ  
VOS **AVERTISSEURS!**



### Changement d'heure la nuit du 8 au 9 mars 2025

Avec le changement d'heure, nous vous suggérons de faire l'inspection de vos détecteurs de fumée et avertisseurs au monoxyde de carbone et de faire le changement des piles.

Une fois par mois :

- Appuyez sur le bouton d'essai pendant quelques secondes. Un signal sonore doit se faire entendre immédiatement. Si ce n'est pas le cas, changez la pile.
- Faites la vérification aussi au retour des vacances ou après une absence de plus de 7 jours. En effet, le signal sonore indiquant une pile faible ne se fait pas entendre plus d'une semaine.
- Vérifiez aussi les avertisseurs de fumée branchés à une centrale de surveillance. Informez d'abord le fournisseur de services et suivez ses instructions.

Une fois par année :

- Vérifiez sa capacité à détecter la fumée en l'exposant à la fumée produite en éteignant une chandelle, placée à une distance raisonnable, ou à celle produite en brûlant, dans un contenant sécuritaire, un bâton d'encens ou un fil de coton. Avec le temps, la corrosion, la poussière et la graisse peuvent s'accumuler dans l'appareil et nuire à son bon fonctionnement.

## LOISIRS

## CARNAVAL D'HIVER 2025

On peut dire mission accomplie pour l'édition 2025 du **Carnaval d'hiver de Champlain!**

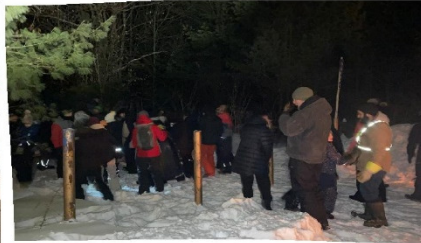
Merci aux 308 personnes (nous avons arrêté de compter à partir de là hihhi!) qui se sont déplacées pour la randonnée aux flambeaux et aux plus de 250 participants qui étaient présents pour l'après-midi du samedi!

Wow! Encore une fois votre présence et participation nous ont fait chaud au cœur!

De voir tous les gens présents pour les activités et événements nous fait un réel plaisir et nous motive à nous surpasser d'année en année.

Merci à la Municipalité de Champlain et son conseil municipal pour leur confiance et leur ouverture.

C'est très précieux!



Je tiens à remercier toutes les personnes qui ont participé de près ou de loin à la tenue de l'évènement. Premièrement, mes collaboratrices adorées qui font partie du comité des loisirs depuis plusieurs saisons : Mireille Leblanc, Martine Letendre, Christina Perreault, Caroline Lemay et Laurie Patry. C'est un réel bonheur de travailler avec vous!



Merci aussi à ceux et celles qui nous ont donné un précieux coup de main pour la soirée aux flambeaux et l'après-midi familial: Caroline Hélie, Diane Archambault, Denis Poirier, Stéphan Généreux, Martin Groleau, Jonathan Richard, Jérémy Poirier, Marie-Laure Corbeil, Florence Lévesque, Adèle Massicotte, Laurence et Camille Sauvageau.



Merci à Martin Tremblay de chez Disco Prodijs qui encore cette année a mis de l'ambiance à la fête.

Merci à Jeureka et leurs jeux géants. Ce fût un véritable coup de cœur pour tous!

Merci à Mercier 40 de nous avoir donné le bois pour alimenter les feux du vendredi et du samedi.

Un merci spécial cette année à l'URLS de la Mauricie et à la MRC Des Chenaux pour leurs contributions financières. C'est vraiment apprécié de sentir les encouragements de part et d'autre afin de faire profiter nos citoyens d'activités spéciales l'hiver! On se dit à l'année prochaine!

*Ann-Josée*



## INSCRIPTION CAMP DE JOUR ÉTÉ 2025

Le camp de jour de Champlain est un milieu encadré qui fait vivre la magie de l'été aux enfants. Avec nos activités diversifiées, nos infrastructures variées et nos animateurs chevronnés, vos enfants auront de quoi s'amuser!

Notre camp de jour s'est même mérité le Tremplin d'Or de la Fondation Tremplin Santé en 2023 et en 2024!

Activités spéciales au camp, ateliers hebdomadaires avec des spécialistes et activités variées sont au menu!

### La thématique de l'été sera le **Tour du monde!**

Les inscriptions pour le camp de jour 2025 auront lieu du **mardi 25 MARS au mardi 8 AVRIL 2025 à minuit.**



Le processus se fera uniquement en ligne via la plateforme Qidigo.

Le lien sera sur la page Facebook Loisirs Champlain ainsi que sur le site internet de la municipalité. Comme à mon habitude, je ferai plusieurs rappels de la période d'inscription sur les réseaux sociaux.

Le camp de jour est offert en priorité aux enfants de 4 à 12 ans\* résidents de Champlain.

Nous acceptons aussi les enfants provenant de municipalités environnantes qui n'offrent pas de service d'animation estival.

\*Veuillez noter que les enfants de 4 ans doivent obligatoirement avoir **complété leur maternelle 4 ans.**

Le camp débutera le **MERCREDI 25 JUIN** et se terminera le **VENDREDI 15 AOÛT** (8 semaines).

Notez bien que **LUNDI et MARDI 23 et 24 juin ainsi que LUNDI 30 juin**, le camp sera **FERMÉ**.

Afin de nous permettre de mieux planifier les ressources matérielles et humaines ainsi que les réservations d'activités spéciales, nous vous demandons de sélectionner seulement les semaines où vous comptez **réellement** envoyer votre enfant.

De plus, cela nous permettra d'offrir les semaines vacantes à d'autres enfants.

### **Planifier l'intégration de votre enfant est un geste gagnant pour un été rempli de sourires et de rires!**

La municipalité s'est dotée d'un programme visant à intégrer les jeunes ayant des besoins particuliers afin de favoriser leur participation aux activités et leur faire vivre une expérience de loisirs diversifiée dans le cadre du camp de jour.



**Vous croyez que votre enfant pourrait bénéficier de ce programme?**  
**S'il vous plaît, communiquez avec moi au 819-295-3166, dès le 11 mars.**

Il me fera plaisir de discuter avec vous des besoins de votre enfant. Nous pourrions évaluer ensemble le niveau de soutien nécessaire pour lui permettre de passer un bel été au camp (interventions simples, poursuite du plan d'intervention scolaire ou CIUSSS, ajustement du ratio animateur/enfants, adaptation des locaux, de certaines activités ou en ajoutant la présence d'un accompagnateur, etc.)

Votre collaboration est primordiale dans ce processus.



## Pour procéder à l'inscription de votre enfant au camp de jour DU 25 MARS AU 8 AVRIL 2025

1. Rendez-vous sur la page Facebook Loisirs Champlain  
[facebook.com/loisirs.champlain](https://facebook.com/loisirs.champlain) ou sur le site internet [municipalite.champlain.qc.ca](https://municipalite.champlain.qc.ca)
2. Cliquez sur le bouton «J'inscris mon enfant au camp 2025».
3. Connectez-vous à votre compte Qidigo en cliquant sur «Mon compte» en haut à droite. Si vous n'avez pas encore de compte Qidigo, vous pouvez en créer un dès aujourd'hui. Vous sauvez du temps le jour de l'inscription au camp.



4. Dans la section «Activités», vous retrouverez les semaines de camp où il est possible d'inscrire votre enfant selon son groupe d'âge. Il est possible que votre enfant se retrouve sur la liste d'attente. Nous ferons notre possible pour accommoder tout le monde dans la mesure du possible.  
*Avant le 25 mars, il est normal que les semaines de camp n'apparaissent pas.*
5. Complétez le formulaire tel que demandé à la fin du processus.
6. Les rabais multi-enfants et multi-semaines s'appliqueront automatiquement dans votre panier. (Si ce n'est pas le cas, communiquez avec le service des loisirs.)
7. Payez vos frais d'inscription directement sur la plateforme ou encore en vous présentant avec votre chèque/argent comptant au bureau municipal ou au Centre du Tricentenaire sur les heures d'ouverture.

Pour toutes questions ou besoin d'assistance,  
n'hésitez pas à communiquer avec Ann-Josée Simard au service des loisirs.  
Messenger Loisirs Champlain 819-295-3166 [loisirs@municipalite.champlain.qc.ca](mailto:loisirs@municipalite.champlain.qc.ca)

## À venir

### MINI-GYM

Accompagnés de leurs parents ou grands-parents, les enfants de 3 à 5 ans et leur fratrie, sont invités à venir se dégourdir au gymnase! Du matériel sera à votre disposition pour vous amuser et dépenser un peu...

beaucoup d'énergie!

Il est encore possible de s'inscrire via la plate-forme Qidigo!

10\$ par famille pour les 5 séances.

**GYMNASE**

**DIMANCHE 16 MARS 9H00 À 10H00**



### BASKET-BALL 8 ANS ET +

Sous la supervision de Laurie Patry, venez vous amuser en pratiquant votre dribble et vos passes.

Les parents sont les bienvenus pour jouer avec leurs jeunes ou simplement pour les encourager.

C'est gratuit!



**GYMNASE**

**DIMANCHE 16 MARS 10H15 À 11H15**

### SOIRÉE JEUX DE SOCIÉTÉ

Entre amis ou en famille, venez jouer à des jeux de société! Vous êtes en solo?

Aucun problème, joignez-vous à un groupe!

Plus on est de fous, plus on rit!

Nous aurons plusieurs jeux de disponibles, mais n'hésitez pas à apporter les vôtres!

C'est l'occasion de socialiser et d'essayer de nouveaux jeux. Bienvenue à tous!



**SALLE POLYVALENTE  
(SOUS-SOL)**

**VENDREDI 21 MARS 18H30 À 21H00**

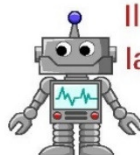
### TECHNO-SCIENCES ROBOTIQUE 6-12 ANS

Viens découvrir le monde de la robotique avec des animateurs passionnés de sciences!

Cet atelier est offert aux jeunes de 6 à 12 ans.

Pssst! Sache que les activités sont différentes de celles offertes dans les ateliers des années précédentes.

Il est encore possible de s'inscrire via la plate-forme Qidigo au coût de 20\$!



**GYMNASE**

**SAMEDI 22 MARS 9H30 À 11H30**



**Il est encore possible d'inscrire vos jeunes à ces formations  
qui auront lieu en mai!**

### GARDIENS AVERTIS

**11 ANS ET PLUS**

**SAMEDI 10 MAI 8H30 À 16H30**

### PRÊTS À RESTER SEULS

**9 À 13 ANS**

**DIMANCHE 11 MAI 9H00 À 15H00**

### MINI-HÉRO

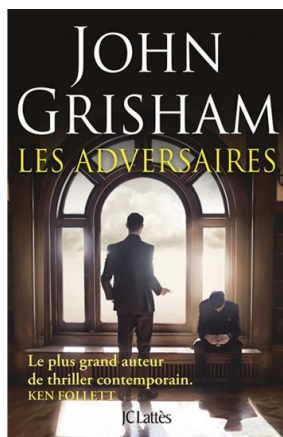
**5 À 8 ANS**

**SAMEDI 24 MAI 10H00 À 11H30**

## Bibliothèque municipale

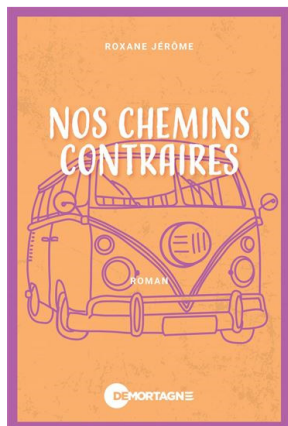
## NOUVEAUTÉS

N.B. Vu leur grande popularité, il se peut que ces titres soient empruntés lors de votre passage à la bibliothèque. Sachez qu'il est possible de les réserver ! Merci de votre compréhension !



**"Les Adversaires"**  
De John Grisham

«Trois des plus fortes histoires que John Grisham ait jamais racontées. Il confronte ses personnages d'avocats au pire : entre un escroc radié du barreau, un jeune condamné à mort et deux frères ennemis, jusqu'où les hommes peuvent-ils faire confiance à la justice ? ..... »



**" Nos chemins contraires"**  
De Roxane Jérôme

«Valparaíso, décembre 1986, tremblement de terre entre les quatre murs d'une maison. Un homme et une femme annoncent à leurs enfants qu'il faut tout laisser derrière et fuir le Chili de Pinochet. C'est Noël, la petite Caroline a sept ans et elle aura la nausée durant tout le voyage. La fillette atterrit à Montréal. En plus de la neige dehors, il y a le tapis rouge vin de l'hôtel Ramada qui accueille...»

**" La Famille Pépin "**  
De Richard Gougeon



«Montréal, 1932. À la suite du krach boursier de 1929, l'Amérique se trouve encore plongée dans la Grande Dépression. Les temps sont durs et les autorités peinent à résorber le chômage et la misère dans la population. De son côté, Fortunat Pépin, joueur de bridge et modeste livreur au service de la laiterie Perfection, profite tout de même d'une relative stabilité financière..... Malgré tout, Fortunat n'est pas complètement épargné par la crise économique et cherche un moyen d'améliorer son sort. C'est lors d'une de ses habituelles parties de cartes avec ses amis que germe une idée pour s'enrichir?: se lancer dans la fabrication de faux billets de banque.....»

## COORDONNÉES

963, rue Notre-Dame  
Champlain (Québec)  
G0X 1C0

**Téléphone :**  
(819) 840-0407

**Courriel :**  
biblio005@reseaubibliocqlm.qc.ca

**Visitez la page Facebook**  
de la Bibliothèque de Champlain  
@BiblioChamplain

## HORAIRE

## Horaire régulier

|          |               |
|----------|---------------|
| Lundi    | 19:00 - 20:30 |
| Mardi    | Fermé         |
| Mercredi | 19:00 - 20:30 |
| Jeudi    | Fermé         |
| Vendredi | Fermé         |
| Samedi   | 09:00 - 12:00 |
| Dimanche | Fermé         |



une naissance  
**"LIVRE"**



## ACTIVITES ET INFORMATIONS REGIONALES

Parc de la Rivière Batiscan

# SEMAINE DE RELÂCHE

AU PARC DE LA RIVIÈRE BATISCAN



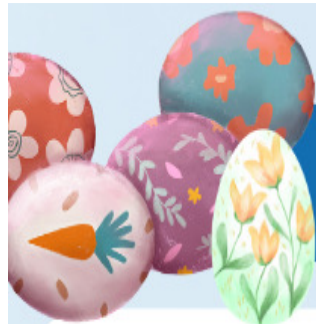
### À L'HORAIRE

- Feu extérieur
- Chocolat chaud et café
- Prêt de raquettes, crampons et ski-hoks
- Hockey sur neige
- Géocaching
- Animations spéciales
- Tire d'érable

### RÉSERVEZ VOTRE PLACE (\$)

- Parcours dans les arbres
- Grande Tyrolienne
- Randonnée à la frontale
- Séjour en prêt-à-camper
- Séjour en camping

## AQDR Des Chenaux



## Activités de mars et avril

14 mars: Café-rencontre  
**Mythes, questions et réponses sur les droits des locataires**, avec InfoLogis Mauricie.  
Gratuit!

13h30 au centre  
communautaire  
Charles-Henri-  
Lapointe  
à Sainte-Anne

Inscription  
obligatoire avant  
le 7 mars.

03 avril: dîner de vie associative  
**Cabane à sucre Massicotte**, avec  
musique et animation!  
25\$ membres, 35\$ non membres

11h30 à la  
Cabane à sucre  
Massicotte,  
Saint-Narcisse

Inscription  
obligatoire avant  
le 27 mars



Informations et inscriptions : 819-840-3090 \* [aqdrdc@stegenevieve.ca](mailto:aqdrdc@stegenevieve.ca)



AQDR

Des Chenaux



## Association des Personnes Aidantes de la Vallée-de-la-Batiscan

|  <b>PROGRAMMATION MARS 2025</b><br>VEUILLEZ NOUS AVISER DE VOTRE PRÉSENCE SVP, MERCI!                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>CAFÉ-RENCONTRE « Composer avec un proche qui refuse les services extérieurs »</b> Est-ce la peur de vous perdre? Une crainte de maltraitance? De la méfiance? De la fierté? De la honte? La situation est préoccupante : votre proche refuse de faire appel à des services et à des intervenants extérieurs. Vous vous posez des questions.<br>Derrière ce refus d'aide extérieure, quelque chose s'exprime chez la personne aidée. Des éléments sensibles sont en jeu : la confiance, le consentement, la dignité, l'indépendance. Comment faire pour cheminer ensemble vers l'aide à domicile, alors que là, maintenant, il faudrait préparer les repas et faire l'épicerie de la semaine? Comment ne pas rompre le dialogue? | <b>Lundi 3 mars</b><br><b>13h30 à 15h30</b><br><br><b>L'APPUA</b> POUR LES PROCHES AIDANTS          |
| <b>REPAS ECHANGE:</b> Nous vous invitons à venir partager un repas ensemble au restaurant afin de passer un bon moment avec d'autres personnes qui peuvent avoir des réalités semblables à la vôtre.<br><i>Les frais sont à la charge du participant.</i><br><b>L'activité se termine à 13h30.</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Mardi 04 mars à 11h30</b><br>Marché de la Vallée<br>170 Rue de l'Eglise, Sainte-Geneviève<br><b>Judi 06 mars à 11h30</b><br>Microbrasserie À la fût<br>670, rue Notre-Dame, St-Tite |
| <b>SANTÉ MIEUX ÊTRE :</b> « Le sommeil, est-ce une perte de temps? » Pour les aidant.e.s d'aidé.e. de 18 à 64 ans. En tant que proche aidant, il arrive souvent que nous soyons submergés, cherchant à dégager du temps où nous pouvons. Réduire son temps de sommeil peut alors sembler une option tentante. Explorons l'importance du sommeil pour votre santé ainsi que des solutions pour vous aider lorsque votre petit hamster n'en fait qu'à sa tête !                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Mercredi 11 mars</b><br><b>9h à 12h</b><br>Ste-Thècle, local 213                                                                                                                    |
| <b>CAFÉ-RENCONTRE « Ciné-pop-corn »</b> Nous vous proposerons un choix de film sur la proche aidance. Une discussion sur le sujet suivra. Brevage & pop-corn offerts gratuitement. <b>De 13h15 à 15h15</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>Mardi 11 mars à St-Luc</b><br><b>Judi 13 mars à Ste-Thècle, local 217</b>                                                                                                           |
| <b>GROUPE DE SOUTIEN VIVRE UN DEUIL ET GRANDIR:</b> Ce groupe est pour tous les proches aidants (ou qui l'ont été) qui vivent la perte d'un être cher et dont le deuil est difficile. Nous offrons un lieu d'accueil, de soutien et de partage dans le respect et la confidentialité où plusieurs thèmes seront abordés avec l'intervenante. Il est recommandé que les personnes inscrites suivent les 8 rencontres.                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>Mercredi 12,19 &amp; 26 mars</b><br><b>13h15 à 15h15</b><br>St-Luc<br>. Inscription obligatoire                                                                                     |
| <b>CABANE À SUCRE:</b> Nous vous invitons à venir célébrer le printemps à la cabane à sucre. Chaque membre peut inviter un.e ami.e adulte. Coût : 25\$/personne. Transport disponible à partir de Ste-Thècle et de St-Luc. Places limitées Réservations obligatoires avant le 13 mars.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>Judi le 20 mars de 11h à 15h</b><br><b>La Sucrerie Boisvert &amp; fils</b><br>11, De La Rivière Batiscan Saint-Stanislas,                                                           |
| <b>CAFÉ RENCONTRE :</b> « La stratégie des petits pas » La stratégie des petits pas est une approche simple mais efficace pour atteindre un objectif ambitieux. Elle consiste à diviser un grand projet en de plus petites tâches, plus faciles à accomplir. Au lieu de se sentir submergé par l'ampleur de la tâche, on se concentre sur des étapes intermédiaires, réalisables et motivantes.<br>Café & collation offerts.                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>De 13h15 à 15h15</b><br><b>Mardi 18 mars</b><br>St-Luc<br><b>Judi 27 mars</b><br>Ste-Thècle, local 213                                                                              |
| <b>CAFÉ RENCONTRE :</b> « La stratégie des petits pas » La stratégie des petits pas est une approche simple mais efficace pour atteindre un objectif ambitieux. Elle consiste à diviser un grand projet en de plus petites tâches, plus faciles à accomplir. Au lieu de se sentir submergé par l'ampleur de la tâche, on se concentre sur des étapes intermédiaires, réalisables et motivantes.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>Lundi 24 mars</b><br><b>De 13h30 à 15h30</b><br>                                               |
| <b>CAFÉ-RENCONTRE « Mon carnet santé »</b> Maintenant que vous savez comment accéder et naviguer votre carnet santé, vous vous demandez peut-être ce que signifient tous ces résultats. La formatrice vous expliquera l'ensemble des résultats importants à votre condition et pourra répondre à toutes vos questions sur le contenu de votre Carnet Santé.<br>Il n'est pas obligatoire d'avoir suivi nos autres cours sur le carnet santé pour pouvoir suivre ce cours.                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Vendredi 28 mars</b><br><b>13h15 à 15h15</b><br>à Ste-Thècle (local 217)                                                                                                            |
| <div>  <b>Association des Personnes Aidantes de la Vallée-de-la-Batiscan</b><br/>         Contactez-nous pour info/inscription au 1 855 284-1390, poste 1 / Ou par courriel à <a href="mailto:inscriptionsaidants@hotmail.com">inscriptionsaidants@hotmail.com</a><br/> <b>Ste-Thècle:</b> 301, rue St-Jacques (local 207) / <b>St-Luc-de-Vincennes:</b> 660, rue Principale (local au 2<sup>e</sup> étage)       </div> <div>  </div>                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                        |

## Centre d'action bénévole Les Riverain

**Service d'impôt  
bénévole**

**Sur rendez-vous seulement  
418 325-3100  
du 17 février au 15 avril 2025**

**Informations importantes :**

Pour les résidents des municipalités de :

Ste-Anne-de-la-Pérade; Batiscan; Ste-Geneviève-de-Batiscan; Champlain; St-Prosper.

Personnes, couples et familles à faible revenu uniquement.

Veuillez communiquer avec nous pour connaître les détails d'admissibilité au service.

Nous ne faisons pas de déclaration d'impôt dans les situations suivantes:

Revenu de travailleur autonome; Revenus et dépenses d'entreprise ou de location; Dépenses d'emploi; Faillite; Personnes décédées.

***Vous ne pouvez vous déplacer? N'hésitez pas, appelez-nous  
au 418 325-3100.***

**Popote Roulante****La popote de Champlain a de la place pour de  
nouveaux clients !**

**Pour bénéficier de ce service de répit, vous devez répondre à certains critères.**

**Vous avez 65 ans et plus et vous seriez intéressés à recevoir ce service ?**

**Appelez le Centre d'action bénévole pour vérifier  
votre admissibilité: 418 325-3100**

## Proches aidants des Chenaux



# Salon de la Bienveillance

**Samedi 22 mars 2025**  
Salle communautaire de Sainte-Geneviève

**10 h à 16 h**

**Prix de présence**

## Conférences/ Atelier

**10 h 30** : École de Yoga du Rire : atelier du yoga du rire **À NE PAS MANQUER**

**Midi** : Caisse Desjardins Mékinac-des Chenaux : **4 certificats-cadeaux de 50\$**

Thème : Accompagnement numérique



**14 h 30** : Mme Sandra Allaire, la Bienveillance **JUSTE POUR VOUS**

## Exposant(e)s

Aide Chez Soi des Chenaux

AQDR : Association Québécoise de Défense des Droits des Personnes Retraitées et préretraitées

CAAP : Centre d'Assistance et d'Accompagnement aux Plaintes

CAB : Centre d'Action Bénévole de la Moraine

Caisse Desjardins Mékinac-Des Chenaux, services financiers

Carpe Diem : Centre de ressources Alzheimer

Facilavie : Boutique de vêtements adaptés

**REPAS SUR PLACE**

PADC : Proches Aidants des Chenaux

**BOÎTE À LUNCH 10\$**

CIUSSS : Programme Maltraitance

Savons d'Éveline : anti-allergènes (aussi savons pour bateaux)

UQTR : Département des sciences infirmières

UQTR : Département chiropractie

Commerces du bien être



Organisé par :  
**Proches Aidants  
des Chenaux**







# CALENDRIER MUNICIPAL – MARS 2025

| DIMANCHE                                                                                                               | LUNDI                                                                                              | MARDI                                                                                                                                                                                                                                                                       | MERCREDI                                                                                                                                                                                                                                                                 | JEUDI                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | VENDREDI                                                                      | SAMEDI                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                        |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                               |  <b>1</b>  |
| <b>2</b>                                                                                                               |  <b>3</b>         | <b>4</b>                                                                                                                                                                                                                                                                    |  <b>5</b>                                                                                                                                                                               | <b>6</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>7</b><br>ÉCHÉANCE DU 1 <sup>ER</sup><br>VERSEMENT DES TAXES<br>MUNICIPALES |  <b>8</b>  |
| <b>9</b><br>Changement<br>d'heure<br> |  <b>10</b>        | <b>11</b>                                                                                                                                                                                                                                                                   |    <b>12</b>       | <b>13</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>14</b>                                                                     |  <b>15</b> |
| <b>16</b>                                                                                                              |  <b>17</b>       |  <b>18</b><br>Rue Notre-Dame (est du boul. de la Visitation), boul. de la Visitation, rue Hervé-Toupin, rue Massicotte, rue St-Joseph, rue Ste-Anne, rue du Quai, route et rang Ste-Marie |  <b>19</b>                                                                                                                                                                             |  <b>20</b><br>Rue Notre-Dame (ouest du boul. de la Visitation), route Marchand, rue Langevin, rue des Oblats, rue de l'île Valdor, route Carignan, rue Marsolet, rue Jacob, Place Boisvert, rue Provencher, rang St-Pierre | <b>21</b>                                                                     | <b>22</b>                                                                                     |
| <b>23 / 30</b>                                                                                                         |  <b>24 / 31</b> | <b>25</b>                                                                                                                                                                                                                                                                   |    <b>26</b> | <b>27</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>28</b>                                                                     | <b>29</b>                                                                                     |

**Légende :**  **Assemblée du conseil municipal : 20h**  
(voir page 3)



**Collecte des matières recyclables** (Énercycle : 819-373-3130)



**Collecte des matières compostables** (Énercycle : 819-373-3130)



**Collecte des déchets domestiques** (MRC des Chenaux : 819-840-0704)



**Bibliothèque (963, rue Notre-Dame)**

Lundi et mercredi : 19h à 20h30

Samedi : 9h à 12h