



L'ÉCHO DES BEAUX-BIENS

Journal municipal St-Philippe-de-Néri



Février 2015

Vol.19 No 182

LA CAISSE DESJARDINS DU CENTRE DE KAMOURASKA, LA FABRIQUE,
LE CLUB DE SKI DE FOND BONNE ENTENTE, LE CLUB DES 50 ANS ET PLUS,
L'ÉCOLE SAINT-PHILIPPE, LES LOISIRS THIBOUTOT,
LA GARDE PAROISSIALE, LA TROUPE DU VILLAGE

Capsule d'espérance : Les enfants et les personnes âgées construisent l'avenir des peuples : les enfants parce qu'ils font avancer l'histoire, les personnes âgées parce qu'elles transmettent l'expérience et la sagesse de leur vie.

Pape François

CLUB DES 50 ANS ET +

Le club des 50 ans et + désire remercier sincèrement toutes les personnes qui ont contribué au succès du premier dîner de l'année 2015 le 27 janvier dernier. Votre grande participation a été très appréciée.

Il ne faudrait pas passer sous silence les efforts déployés par les membres du comité à la préparation de ces activités, de même que nos valeureux bénévoles qui acceptent volontiers de nous prêter main forte à chaque occasion. Merci mille fois à vous tous car, sans votre précieuse contribution, le club des 50 ans et + ne pourrait pas survivre!

Cependant, la soirée du 30 janvier a dû être annulée à cause de la température incertaine et il a été convenu de la reporter au 22 mai prochain. Nous aurons certainement l'occasion de vous en reparler d'ici là.

Comme l'an dernier, nous organiserons un voyage à la cabane à sucre en autobus au cours du mois d'avril prochain. Si vous êtes

intéressé, faites-le savoir aux membres du conseil car nous aurons besoin de connaître le nombre de personnes avant de réserver le transporteur. Des détails supplémentaires suivront très bientôt.

Notre prochaine activité sera le dîner prévu le 24 février et la soirée qui aura lieu le 27 février prochain. Merci à vous tous de venir nombreux!

Nicole Desjardins, présidente

INFO-LIONS

Les membres Lions ont désormais en main leurs billets de loterie; le tirage se fera le dimanche 19 avril, après le souper spaghetti. Nous vous remercions d'encourager les oeuvres des Lions par l'achat d'un billet.

Membres Lions de St-Philippe :

Nicole Dionne, Kristina Bouchard, Gervais Roy, Constance Dumais et Luce Garon.

L'ÉCHO DES BEAUX-BIENS

Journal mensuel édité 10 mois par année,
relâche les mois de juillet et août.

Présidente: Rachel G. Albert 498-3221

Secrétaire-trésorière: Lise Viens 498-3133

Montage: Lise Viens 498-3133

Courrier et contacts: Lise Joncas 498-3275

Trucs/recettes : Nicole Pelletier 498-2266

Rédaction et correction :

Luce Lévesque 498-3130

Rachel G. Albert 498-3221

Publicitaire: Georges Moreau 498-2349

BIBLIOTHÈQUE

Nous vous rappelons que vous avez jusqu'au 30 avril 2015 pour vous procurer des livres de la collection « infos express ».

Cette collection est basée sur les thèmes suivants : la santé au naturel; les finances personnelles; les voyages; comment donner le goût de lire à mon enfant; comment régler les conflits dans les milieux familiaux, sociaux, de travail, etc; la violence à l'école. Cette collection est placée à côté du comptoir de service.

Nous vous rappelons les heures d'ouverture de votre bibliothèque : les mardis de 19 h à 20 h 30 et les dimanches de 10 h 15 à 11 h 15.

Joyeuse St-Valentin à vous tous!

Luce Garon

CHRONIQUE LITTÉRAIRE

Voici quelques livres que vous pourrez trouver à la bibliothèque dans notre collection locale :

Micheline Duff : Coup sur coup, tome 2 : Coup d'envol;

Pour les jeunes : Danielle Dumais : Les 5 derniers dragons : Tome 10 et tome 11;

T.A. Barron : Merlin, tome 5 : Les ailes de l'enchanteur;

Ariane Charland : Aïnako : tome 6 : L'affrontement final. (Série complète).

CLUB DE SKI DE FOND BONNE ENTENTE

Malgré le froid, les activités vont bon train au club. Merci aux personnes qui ont acheté leur carte de saison ou qui viennent régulièrement y faire des activités. Il me fait plaisir de vous rappeler notre **SOUPER POULET BBQ** le 21 février au coût de 13 \$. Des cartes sont en vente au chalet du club, au salon de Coiffure Marlène, au salon Coiffure Mode Elle et Lui (Lyne Caron) ainsi qu'auprès de Marc Albert et Alain Castonguay.

Vous êtes aussi invités à notre 3e CLAIR DE LUNE le 6 mars et à notre PARTIE DE SUCRE annuelle le 8 mars. À noter que M. Langis Laflamme sera présent pour nous divertir en musique et en chansons lors de notre dernier « clair de lune » le 6 mars prochain.

Vous êtes tous bienvenus à notre club et à nos activités de financement.

Alain Castonguay, président

SOCIÉTÉ D'HORTICULTURE ET D'ÉCOLOGIE DE KAMOURASKA – L'ISLET

La prochaine rencontre pour les membres de la SHEKI aura lieu aux serres de l'ITA, le mercredi 18 février, à 19 h 30; les membres sont invités à apporter des boutures de plantes d'intérieur (géraniums, feuilles de violette africaine, lierres...). Et il y aura possibilité de faire des échanges entre les participants. Conseils horticoles donnés sur place.

Pour infos : Luce Garon

VIACTIVE CHEZ NOUS!

Le comité de la Famille et des aînés invite cordialement les personnes âgées de 50 ans et plus à participer à une démonstration de Viactive les 10 et 17 février 2015 à 13 h 30. L'activité se déroulera au centre municipal. Cette rencontre se veut simple, conviviale et active. Madame Gisèle Couture, conseillère des groupes Viactive du Kamouraska, sera avec nous pour effectuer la démonstration et vous inviter à bouger avec elle.

Le programme Viactive est monté pour et par les aînés dans leurs milieux de vie. Il vise à amener les personnes de 50 ans et plus à bouger régulièrement et à augmenter leur fréquence hebdomadaire de pratique d'activités physiques sur une base annuelle.

Au Kamouraska, on compte 14 municipalités qui ont adhéré à ce programme. Plusieurs groupes **VIACTIVE** intègrent la marche en plein air, le vélo, le ski de fond et la raquette à leur programmation, selon les territoires, les disponibilités des animateurs bénévoles et les installations à proximité pour le bénéfice des participants. On y voit aussi apparaître l'intégration de la gymnastique du cerveau qui permet de garder son cerveau actif. C'est donc un rendez-vous pour les gens de Saint-Philippe-de-Néri! On vous attend en grand nombre!

Personne ressource : Nicole Desjardins
(418) 498-2940

RECETTE : LASAGNE VÉGÉ AUX ÉPINARDS

9 lasagnes sans gluten ou ordinaires
1 bloc de tofu ferme 454 g coupé en gros morceaux
1 tasse d'épinards surgelés et décongelés

¼ tasse de fromage crémeux ail et ciboulette de type Boursin cuisine
1 œuf
Sel et poivre au goût
4 tasses de sauce marinara
2 tasses de mozzarella râpé

Dans une grande casserole d'eau bouillante salée, cuire les lasagnes selon le mode de préparation. Égoutter.

Préchauffer le four à 375⁰ F. Dans le contenant du robot culinaire, déposer le tofu, les épinards, le fromage ail et ciboulette, l'œuf, le sel, le poivre. Mélanger jusqu'à homogénéité.

Dans un plat allant au four 13 x 9, verser 1 tasse de sauce marinara. Couvrir de 3 lasagnes, puis 1 ½ tasse de sauce et ½ tasse de mozzarella. Couvrir de 3 lasagnes. Répartir la garniture au tofu. Couvrir de 3 lasagnes, du reste de la sauce et du mozzarella. Cuire au four 35 à 40 minutes, jusqu'à ce que le fromage soit gratiné.

Nicole Pelletier

LES P'TITS TRUCS DE NICOLE

Le **bicarbonate de soude** contre les maux d'estomac et pour une meilleure digestion.

Vous souffrez de brûlures d'estomac? C'est que l'acidité est mal équilibrée. Le soda, un sel alcalin, peut vous aider. Diluez-en une cuillère à café dans un grand verre d'eau que vous boirez doucement et en entier, même si le goût salé n'est pas très agréable. La sensation de soulagement est très rapide; les muqueuses sont vite apaisées.

Même remède si vous êtes victime de remontées acides; le ph à 8,4 du soda va neutraliser celui de l'acide chlorhydrique.

Le soda est aussi efficace dans le cas de digestion difficile. Vous pouvez d'ailleurs en ajouter à la cuisson des aliments qui vous posent particulièrement problème. Il vous aidera aussi à soulager les sensations de nausée les lendemains de fête bien arrosée.

Il n'est cependant pas recommandé de boire un verre d'eau au soda si vous suivez un régime sans sel. Demandez conseil à un pharmacien si vous prenez des médicaments avant d'utiliser ce remède.

Nicole Pelletier

ENSEMBLE ON S'AMUSE!

Journée plein air pour toutes et tous !

Au menu : glissade, raquettes (fournies), ski... et plaisir assuré !

Où : Club de ski de fond Bonne Entente, au 70, route 287 à Saint-Philippe-de-Néri.

Date : le mercredi 4 mars de 10 h à 15 h.

Apporte ton lunch. Prix de participation !!!

Organisé par le comité des **Partenaires en santé mentale du Kamouraska**.

Pour information, contactez Lise Lemay 418-492-1449 ou Judith St-Jean 418-856-5540

LA FETE DES AMOUREUX À SAINT-PHILIPPE!

À l'occasion de la Saint-Valentin, le comité de développement de Saint-Philippe invite tous les amoureux et amoureuses de Saint-Philippe et des alentours (sans oublier ceux et celles en quête d'amour!) à un **souper fondue chinoise** qui se tiendra **le 14 février dès 18 h** à la salle municipale.

Les convives doivent apporter les fourchettes à fondue et un caquelon (poêle) par groupe de quatre personnes. Le reste est fourni ; cela inclut le bouillon, les sternos pour faire chauffer le bouillon, le potage, les salades, les trempettes et sauces, le pain baguette frais, le gâteau forêt noire et une coupe de vin. Du vin et d'autres boissons seront en vente sur place et des prix de présence seront tirés.

Les cartes, au coût de 25 \$, sont en vente à la municipalité auprès de Nicole Dionne (418-498-2744) ou auprès des membres du comité de développement, soit Alain Castonguay, Ghislain Émond, Jocelyn Lévesque, Jean-Marie Michaud, Jérôme Poirier, Louis-Marie Roy, Jean-François Vallée, de même qu'au salon Coiffure Mode Elle et Lui (418-498-2881).

Faites vite: seulement 100 billets sont en circulation ! Au plaisir de vous embrasser sur place!

Jean-François Vallée

Pour le comité de développement

REMERCIEMENTS - FETE DE NOËL

Le 14 décembre dernier a eu lieu la fête de Noël organisée par le comité des Loisirs Thiboutot. Un gros merci à tous ceux et celles qui se sont présentés pour une autre année consécutive afin de participer à cette belle journée qui fut un succès auprès de nos tout-petits.

Nous tenons à remercier grandement nos commanditaires sans qui cette journée n'aurait pu être si bien réussie : *le club Lions, Raymond Chabot Grant Thornton, Martin Mécanique, Ébénisterie Mario Massé, Caisse Desjardins et Centre de service St-Philippe*. Sans oublier notre Père Noël ainsi que son épouse, la fée des Étoiles. Un gros merci !

Merci également à tous les bénévoles qui ont donné de leur temps pour la préparation et la réalisation de cette journée!

Votre comité des Loisirs

ACTIVITÉS AU CENTRE-FEMMES **LA PASSERELLE DU KAMOURASKA**

Une p'tite jasette !

Venez vous amuser en participant à un jeu de table où sont mises en situation huit femmes avec huit budgets et vécus différents ! Cette activité aura lieu le mercredi 18 février à 13 h 30 au Centre-Femmes. Inscrivez-vous au 418-492-1449.

Une **Chronique Toast et Café** ayant pour sujet « *La réflexologie : Comment appliquer ce soin par soi-même ?* » aura lieu le jeudi 26 février à 9 h. Cette activité se déroulera au Centre-Femmes au 710, rue Taché à St-Pascal. Inscrivez-vous; places limitées. 418-492-1449.

Le dimanche 8 mars, c'est la **Journée internationale de la Femme**. Visitez notre site web pour connaître l'activité qui sera organisée par le Centre-Femmes. 418-492-1449

COMPTE-RENDU DE LA SÉANCE DU **4 DÉCEMBRE 2014**

Distribution des bacs bruns.

M. François Dionne, conseiller, donne avis de motion de la présentation du budget 2015 lors d'une séance subséquente.

Les séances du conseil 2015 auront lieu les mardis suivants :

13 janvier	3 février	3 mars
7 avril	5 mai	2 juin
7 juillet	4 août	8 septembre
6 octobre	3 novembre	1 décembre

Approbation de la tarification du Lieu d'enfouissement technique de la Ville de Rivière-du-Loup - pour un total de 90.15 \$ / tonne métrique.

Adoption du règlement numéro 265 concernant la gestion des matières résiduelles (consulter le site de la municipalité).

Le conseil accepte l'offre de service de la firme IDC pour l'installation et la configuration de base du service « Back up », poste de travail (2) et des frais mensuels pour la sauvegarde des données, 521.40 \$ plus taxes, pour la 1^{re} année, par la suite 29.95 \$/mois plus taxes pour le service.

COMPTE-RENDU DE LA SÉANCE **DU 13 JANVIER 2015**

Les membres du conseil demandent au secrétaire-trésorier de transmettre un avis aux propriétaires qui ont un compte de taxes impayé où il sera indiqué que le solde devra être acquitté avant le 2 février 2015, sinon ce compte sera soumis à la séance du 3 février 2015 pour être par la suite transmis pour vente par la MRC.

Dans le dossier de vente pour taxes du matricule 5058-97-8170 (Hôtel Canada), un jugement de la Cour Supérieur en homologation d'un état de colocation a été rendu.

La municipalité achète des étagères d'Ébénisterie Mario Massé au prix de 555 \$ plus taxes.

Les membres du conseil renoncent à leur indexation de rémunération pour l'année 2015.

LA MAISON DE LA FAMILLE DU
KAMOURASKA

PROGRAMMATION DE FÉVRIER-MARS 2015

LES P'TITS EXPLORATEURS : Une matinée avec vos tout-petits, remplie d'activités axées sur différentes sphères du développement de l'enfant :

Saint-Pascal, groupe 2-3 ans : le lundi 16 février, de 9 h 30 à 11 h, à nos locaux.

LES P'TITES FRIMOUSES : Nous offrons une série d'ateliers pour les **parents accompagnés de leur bébé âgé de 0-1 an**. Les ateliers « *Les p'tites frimousses* » comptent 6 rencontres qui s'échelonnent sur 6 semaines. Il s'agit d'une occasion à saisir pour en connaître davantage sur le développement de la motricité globale, la motricité fine, le développement sensoriel/perceptif de votre enfant et l'importance du jeu dans la vie de votre petit trésor. Les ateliers se dérouleront **les jeudis 12, 19, 26 février et les 5 et 12 mars de 9 h 15 à 11 h 15**. Le tout aura lieu à la salle Guimond de la Cathédrale à La Pocatière. L'inscription est obligatoire. Faites vite; les places sont limitées à 8.

« J'AI PAS FAIM! J'AIME PAS ÇA! C'EST PAS BON! PAS ENCORE DES LÉGUMES ...! »

Weena Beaulieu, diététiste-nutritionniste, propose un atelier intitulé : « *Vision de la saine alimentation, développement du goût et respect de l'appétit* ». Vous découvrirez les facteurs influençant les comportements alimentaires de vos enfants, ainsi que des outils afin de reconnaître les signaux de faim et de satiété. Il y aura également quelques trucs pour favoriser le développement du goût de vos enfants.

Saint-Pascal, le lundi 23 février à 13 h 30 à nos locaux.

MASSAGE ET RELAXATION POUR BÉBÉ : Un atelier qui vous propose des outils simples et concrets pour aider à la relaxation des bébés de la naissance à un an. **Animateur :** Karine Chenard, massothérapeute.

Saint-Pascal, le mardi 24 février de 13 h 30 à 15 h à nos locaux.

IL ÉTAIT TROIS FOIS... Vous serez captivés par les récits racontés par notre animatrice à la bibliothèque. L'activité s'adresse aux enfants âgés entre 3 et 8 ans accompagnés de leurs parents.

Saint-Pascal, le mardi 3 mars de 13 h 30 à 15 h

La Pocatière, le jeudi 5 mars de 13 h 30 à 15 h

PARENTS EN FORME : Période d'exercices adaptés pour nouvelles mamans et femmes enceintes. Les papas sont les bienvenus.

La Pocatière, le lundi 9 mars de 13 h 30 à 15 h au Centre Bombardier.

MOI À L'ŒUVRE : En partenariat avec le Centre d'Art de Kamouraska, nous vous offrons une nouvelle série de 4 ateliers au cours desquels les enfants (1 à 5 ans), accompagnés de leurs parents, partiront à la découverte de différentes disciplines artistiques par le biais de rencontres avec des artistes. Thème de la **troisième et quatrième rencontre** « *Moi j'explore... la sculpture sur bois.* » et « *Moi j'explore... l'exposition* ».

Saint-Pascal, troisième rencontre : le mardi 10 mars à 13 h 30, à nos locaux.

MIEUX COMPRENDRE L'ALLERGIE ALIMENTAIRE : Un atelier visant à soutenir les parents, grands-parents et intervenant(e)s côtoyant un ou des enfants atteints d'allergie ou à risque. Plusieurs éléments seront abordés : principaux allergènes, manifestations cliniques, prise en charge de l'anaphylaxie, mode d'emploi de l'Epipen, etc.

Saint-Pascal, le mardi 10 mars à 19 h, à nos locaux.

Toutes les activités sont gratuites.

L'inscription obligatoire auprès de Marie-Pier Dumais, TES, ☎492-5993 poste 103.

REGARD SUR L'ANCÊTRE DU CRÉDIT

Au tournant du XX^e siècle, dans la région du Kamouraska, la population vivait des fruits de l'agriculture. De l'agriculture de subsistance : la production se limitait à l'alimentation de la famille et à quelques surplus. Les agriculteurs ne généraient pas beaucoup de profit. Comment se procurer des denrées si, n'étant pas solvables, ils ne pouvaient emprunter de l'argent à la banque?

Le magasin général a joué un rôle capital dans l'économie rurale. Le livre de comptes en est la preuve. Le commerçant vend. Il additionne. Il patiente. Pendant les récoltes, l'agriculteur monnaie sa production et rembourse son solde au commerçant. Ingénieux système de survie.

Le Musée régional de Kamouraska possède le livre de comptes du magasin général de Charles-Alfred Desjardins, célèbre entrepreneur de Saint-André. Ainsi peut-on notamment y lire que Florien Dumais, au printemps 1892, fournit 2½ livres de beurre, 15 douzaines d'œufs et deux jours d'ouvrage pour rembourser un sac de sel, de l'avoine, de la

cassonade et des avelines. Autres temps, autres mœurs!

*Par Véronique Drouin
pour le Musée régional de Kamouraska*

SERVICES KAM-AIDE INC

Services Kam-Aide inc. a le plaisir de vous proposer un **nouveau service.**

Nettoyage de fenêtres extérieures

Service offert en tout temps

Coût résidentiel : 15,00 \$ par étage

Également disponible aux entreprises

**Services Kam-Aide inc.
vous simplifie la vie !
418-856-5636**

Service offert à toute la
population du Kamouraska

MOT DE LA RÉDACTION



Toute l'équipe du journal l'Écho des Beaux Biens souhaite à ses fidèles lecteurs une journée de la St-Valentin remplie d'amour. Rappelez-vous que cette fête n'est pas seulement la fête des amoureux, mais aussi celle de l'amitié. Profitez-en pour dire à toutes les personnes qui vous sont chères que vous les aimez.

N'oubliez pas que la tombée des textes pour le journal de mars sera **le 27 février.**

Heureuse journée de la St-Valentin!



LA MUNICIPALITÉ DE ST-PHILIPPE-DE-NÉRI

TÉL: 418 498-2744

M. Gilles Lévesque, maire

Site web : www.stphilipedeneri.com



CAISSE DESJARDINS DU CENTRE DE KAMOURASKA

Line Gagnon, directrice

Tél.: 418 492-4011 Télécopieur: 418 492-9044

Centre de service à St-Philippe-de-Néri

13, rue Mercier, St-Philippe-de-Néri (Qc) G0L 4A0




Dany Lavoie, propriétaire
20, rue Marquis
Saint-Philippe-de-Néri (Québec) G0L 4A0
Cell. : 894-5373 Téléc. : 498-3608

CENTRE DE SERVICE Saint-Philippe-de-Néri



Mécanique générale
Alignement
Traitement antirouille

173, Route 230 Ouest
Saint-Philippe-de-Néri
(Québec) G0L 4A0
418 498-2813



Mandataire SAAQ
pour la vérification mécanique
des camions lourds
Pose de système de balances
Ouvert de 8 h à minuit du lundi au vendredi



CLUB DES 50 ANS ET PLUS

St-Philippe-de-Néri
Kamouraska, Qc

Nicole Desjardins, prés.

**Maison Funéraire
Viateur Gallant**

Services professionnels
418-498-3382

MARCHÉ AMI

Lucien Dubé, prop.
14, route de la Station
St-Philippe-de-Néri, Qc

Tél.: 418 498-3251

À votre service depuis plus de 30 ans



St-Philippe-de-Néri

Colyn Roussel, président
239, route 230 ouest
St-Philippe-de-Néri, QC
G0L 4A0

Tél.: 418 498-2100

Fax: 418 498-2423

Vous aimez apprendre à votre rythme
en tenant compte de votre horaire ?

Pensez à notre Centre de perfectionnement !
Informatique • Comptabilité • Français



Téléphone : 1 855 856-1527

Courriel : jmercier@cegeplapocatiere.qc.ca

Extra
Formation continue
Cégep de La Pocatière

Les équipements **Patrick
Bérubé inc.**



R.B.Q. 8344-6211-15

Tél.: (418) 498-2037

Cell.: (418) 868-9979

Fax: (418) 498-4056

- Entrepreneur général
- Excavation-démolition
- Transport de sable et gravier
- Achat et vente de machinerie lourde

16, Rue Bérubé,
Saint-Philippe-de-Néri
(Québec) G0L 4A0