Mars 2021 • Vol 22 Nº 3

Le Félix

JOURNAL LOCAL

20 ans 2000

Suivez-nous sur Le Félix

« Femme d'ici »

Madame Louise Steiger

Pages 19 et 20

REBECCA'S REFLECTIONS

HAS THE PANDEMIC CAUSED US TO HAVE MORE GARBAGE AND RECYCLING?

Pages 19

JOURNÉE DE LA FEMME 8 MARS

Les réflexions de Rebecca

La pandémie a-t-elle causé plus de déchets et de recyclage ?

Pages 18

S'isoler, c'est sérieux.

Pour lutter contre la propagation de la COVID-19, on doit rester à la maison quand :

- on a des symptômes
- on a passé un test
- le résultat est positif
- on revient de voyage
- on a été en contact avec un cas confirmé

Québec.ca/isolement

1 877 644-4545

Votre gouvernement

Québec

« Femme d'ici »

Madame Louise Steiger

À l'occasion de la Journée internationale des droits des femmes le 8 mars, l'AFEAS a l'habitude d'organiser un gala où on honore une « Femme d'ici ». En raison de la pandémie, le gala a été annulé. Mais « Le Félix » rend hommage à sa façon à une « Femme d'ici ». Dû à cette pandémie qui n'en finit plus, cette entrevue avec Louise Steiger a été réalisée par courriel.

Parcours

Louise St-Denis est née à Montréal et a vécu sur le plateau Mont-Royal jusqu'à l'âge de 21 ans, en face de l'école des Saints-Anges, école rendue célèbre par Michel Tremblay.

« J'ai arrêté mes études à l'école normale pour aider ma mère financièrement. J'ai étudié un an à l'Académie Ste-Anne pour me retrouver à travailler au Collège Ville-Marie, une école secondaire privée où je faisais la comptabilité. Puis mes besoins, mes goûts et mes intérêts ont pris le dessus et j'ai voulu me réaliser. Tout en travaillant, j'ai poursuivi mes études au Collège Ste-Croix pour finalement obtenir mon permis d'enseignement ».

En 1966, elle rencontre Léo Steiger, un Suisse arrivé au Québec un mois plus tôt, dans un club allemand lors de l'Oktoberfest. « Je me suis mariée à Léo Steiger, puis j'ai enseigné à St-Jérôme jusqu'à la naissance de notre premier enfant. J'ai été femme collaboratrice : Léo était propriétaire d'une boucherie-charcuterie. À la naissance de notre deuxième enfant, on s'est acheté un duplex à Anjou ».

Une rencontre

« J'ai rencontré mon amie Jacqueline par l'entremise de nos fils. Elle m'a invitée à travailler bénévolement pour un service de gardiennage. Quelques mois plus tard, avec d'autres mamans, nous démarrions une garderie coopérative. C'était avant les garderies. J'ai été élue membre du conseil d'administration et trésorière du Camp familial le Nordêt. À une autre assemblée de représentants d'organismes, j'ai été élue présidente du Service d'aide communautaire Anjou.

Louise Steiger, « Femme d'ici ». Photo gracieuseté de Louise Steiger

À ce poste, j'avais bien compris qu'on ne pouvait pas demander à la même personne de se consacrer à l'animation d'un milieu et d'allouer autant de temps aux tâches administratives et d'être performante dans les deux fonctions. Le budget permettait l'engagement d'une seule personne. J'ai scindé le poste et l'horaire

suite à la page 5

Sommaire

À la bibliothèque 25
Afeas 6
APPAD L'APPUI 17
Billet doux • «Femme d'ici» Madame Louise Steiger 3, 5-6
Billet doux • Chère Louise... . . . . 7 et 9
Between two committees 38
Chevaliers de Colomb 4
Chronique Diéto-Conseil 10
Concours 16
Dernière séance en bref 28-29
Développement et Paix 14
Entre deux conseils 30
Fadoq 12
Jouons un peu (Solutions p. 36) 20
La municipalité vous informe 27
Last Session In Brief 31-32
Liste des annonceurs 4
Mars Mois de la francophonie ! 15
Mot de la présidente 7
MUNICIPALITÉ DE SAINT-FÉLIX-DE-KINGSEY
Le sondage pour les gens de Saint-Félix âgés de 50 ans et plus... 26
Triennal Plan 2021-2022-2023 32-33
Budgetary Prevision 2021 34-35
Paroisse Saint-Luc 13
Pot-pourri et Pensées judicieuses 11
Rebecca's Reflections 18-19
Service incendie 24
The municipality wishes to inform you 30
Viactive 14

Yvon Forcier
COURTIER IMMOBILIER AGRÉÉ, DA

Voyez mes incriptions à la page 43

CHEVALIERS DE COLOMB 7619 SAINT-FÉLIX-DE-KINGSEY

par Mario Benoit
Grand Chevalier

Mot du grand chevalier

C'est avec regret que nous vous annonçons le décès de l'un de nos membres fondateurs, frère Émilien Patry.

Nous désirons remercier notre député provincial Sébastien Schneeberger pour l'aide financière de 3000 $ que nous avons reçue le mois passé. Merci également à la Caisse populaire de Saint-Félix-de-Kingsey pour le don de 150 $. Ceux-ci permettront au conseil de passer à travers cette année difficile.

Nos activités sont toujours suspendues à cause du contexte actuel. Cependant, nous continuons à tenir le conseil en santé.

Si vous, ou quelqu'un de votre entourage, désirez devenir chevalier, nous sommes continuellement en période de recrutement. Vous pouvez me contacter au 819 314-5572.

Liste des annonceurs

Annie Pageau
Optinov desing inc. 16
AMECQ 19, 28, 30, 36
Autonet Go 39
Carrefour jeunesse-emploi 10
Champoux Machinerie Inc. 39
Centre intégré USSS 24
Chevaliers de Colomb 38
Clinique de massothérapie, Denise Joyal 37
Clinique vétérinaire Vétérivi 37
Construction Luc Plante 39
Couture Gigi 37
Desjardins Caisse populaire . . . . . 8 et 42
Épicerie St-Félix Marché Ami 38
Espace détente Wentworth 21
Excavation Gaston Francoeur 41
Excavation JN Francoeur 40
FADOQ 41
Familiprix Nathalie Cloutier Pharmacie 6
Garage D Lafrance inc. 39
Garage Simon Francoeur 39
GCRI Éric Chicoine 37
Giguère & Morin Inc. 41
La Petite Chapelle St-Gérard 37
LCN Inc. 41
Leçons de piano 37
Le paysan gourmand 38
Les Deux L 38
Les Excavations Jacquylaine inc. 39
Location Richmond 16-44
Mathieu Choquette Ébénisterie 38
Martin Champoux
Député de Drummond 37
Marc Leblanc
Infographie Photographie Impression 7
Me Olivier Abinader Notaire 40
Micheline Auclair (Comptabilité) 9
Mini Excavation M.B. 39
Municipalité de Saint-Félix-de-Kingsey ***21***, 42
Nathalie Richard Agente de voyage 38
Patio & Terrasse 2000 38
Québec.ca/coronav 2, 22-23
Resto-Cantine la B.A 38
Sébastien Schneeberger
Député de Drummond-Bois-Francs 37
S EAU S Pompes à Eau 38
Tout frais dans le bec 38
Toyota Richmond 40
Transport Douglas Beard 39
Transport Yannik Mailhot inc. 39
Valéry Coiffure 37
Vivaco 40
Yvon Forcier agent immobilier Inc. Sutton . . . 3 et 47

Le Félix
JOURNAL LOCAL

Journal Local Le Félix
CASE POSTALE 506
Saint-Félix-de-Kingsey, Qc J0B 2T0
Tél.: 819 848-2785

info@lefelix.ca

Veuillez recycler ce journal

Faites parvenir par la poste ou par courriel vos communiqués et votre matériel publicitaire
au plus tard ou avant le 15 du mois*,
jour de tombée.

*Le journal se garde le droit publier ou non tout document reçu après la date de tombée.

Vous pouvez aussi déposer vos textes et votre paiement au bureau municipal.

DISTRIBUTION : 725 EXEMPLAIRES • TIRAGE : 750 EXEMPLAIRES IMPRIMÉS

Liste de prix des annonces publicitaires 2019

Format	Occasionnelles	Annuelles
Carte professionnelle	25 $	130 $
1/4 de page	40 $	250 $
1/2 page	50 $	360 $
Pleine page	70 $	600 $
1/4 page couleur	60 $	400 $
1/2 page couleur	120 $	700 $
Pleine page couleur	200 $	1250 $
Abonnement pour non-résident	s.o.	40 $

Petite annonces 10 $ (maximum de 30 mots)

Le *Journal local Le Félix* est membre de l'Association des médias écrits communautaires du Québec

Dépôt légal

Le *Journal local Le Félix* reçoit le soutien du ministère

COMITÉ DU JOURNAL

Présidente Jocelyne Fontaine
Vice-président Daniel Rancourt
Trésorier Réal Berthiaume
Secrétaire, traductrice et chroniqueuse Rebecca Taylor
Photographe Gisèle Chaput Bernier
Collaborateur Jean François De Plaen
Collaboratrice Louise Grenon
Éditeur délégué, infographie Marc Leblanc

suite de la page 3

Madame Louise Steiger

en deux : un poste d'animation pour travailler l'après-midi et un poste d'administration pour travailler l'avant-midi. Jacqueline a obtenu le poste d'animatrice et moi je me suis retrouvée trois mois plus tard, sur le poste en administration à la suite d'une démission. À partir de là, le SAC Anjou s'est réellement développé. Des programmes communautaires furent développés : des services aux aînés, un dépannage alimentaire, un service d'alphabétisation, un service aux décrocheurs scolaires, un service aux jeunes familles, un service pour les femmes qui est devenu le *Carrefour des femmes d'Anjou inc.*

Une mission

Un jour, on m'a approchée pour me présenter aux élections scolaires. Je faisais partie d'un groupe de parents qui travaillait localement sur un projet d'école alternative. Ce projet ne passait pas à la commission scolaire. J'avais donc une mission : me faire élire et faire accepter le projet. À mon deuxième mandat j'ai été élue présidente du comité exécutif et l'école alternative est née. C'est l'école Albatros. Mission accomplie, je n'ai pas sollicité un 3e mandat.

Une intuition à suivre

À cette époque, le décrochage était peu reconnu. J'ai fait appel à l'ex-directeur général de la commission scolaire et ensemble nous avons fondé un regroupement d'organismes de lutte au décrochage. Aujourd'hui le ROCLD réunit 59 organismes. Cette incursion dans le développement communautaire a duré 30 ans. Ce fut l'une de mes grandes passions.

Outre mon compagnon de vie, mes enfants et mes petit-enfants, qui ont marqué ma vie, dans ma quarantaine j'ai eu besoin de combler un désir, celui de fréquenter l'université. Je me suis inscrite en administration et obtenu un certificat en gestion d'entreprise. Deux cours par session m'ont pris trois ans pour obtenir un certificat. Il m'en aurait fallu encore six ans pour un BAC. Je n'ai pas poursuivi.

Mon premier grand voyage outre-mer, c'était en 1970 : la Suisse, la rencontre de la famille Steiger. Nous sommes retournés plusieurs fois en Suisse et ailleurs en Europe. J'ai fait la découverte de d'autres cultures, de paysages grandioses, d'immeubles et de sites patrimoniaux. C'est un enrichissement personnel qui est devenu une passion.

Saint-Félix-de-Kingsey

« Léo et moi partagions le même rêve : s'installer à la campagne, Léo pour élever des bœufs et moi pour revivre mes années d'enfance passées au chalet à Sainte-Rose sur les bords de la rivière des Mille-Îles. Un jour en 1994, lors d'une de nos tournées, nous avons traversé le pont de Richmond et la route nous a menés à Saint-Félix. Une pancarte, un numéro de téléphone, une vielle maison délabrée, un propriétaire pressé de vendre et vlan, la semaine suivante, nous étions propriétaires d'une ferme sur le rang 6. Notre rêve se concrétisait. Il a fallu reconstruire la maison. Les amis, la famille, tous ont participé. Puis est venue la retraite en 2011. Après plusieurs années à voyager toutes les fins de semaine, nous avons déménagé à Saint-Félix. Les Kingséens et Kingséennes sont des personnes accueillantes et chaleureuses. Nous nous sentons chez nous.

Arrivée à temps plein à Saint-Félix, avec des heures de liberté et un bagage d'expériences communautaires, j'ai cherché ce que je pouvais faire de mon temps. C'est *Viactive* qui a attiré mon attention. D'une activité à l'autre je me suis retrouvée sur le c.a. de l'AFEAS et sur celui du Club FADOQ. Ça correspondait bien à mes valeurs. Je me suis sentie utile à bâtir et réaliser des projets, à rédiger et présenter des demandes d'aide financière.

AFEAS

Je suis membre de l'Association féminine d'éducation et d'action sociale, et je préfère ce titre qui exprime bien ce qu'elle est. L'Association contribue à l'avancement de l'égalité des femmes au Québec. Elle est présente, et ce depuis plus de 50 ans, dans tous les grands mouvements, sur toutes les tables de concertation, à toutes les consultations publiques concernées. Être membre, c'est de confier à l'AFEAS le soin de me représenter, d'être ma voix auprès des différentes instances. En plus, elle est une source d'avancement social pour la femme, elle offre des formations, des occasions de coopérer dans la réalisation locale d'activités. Être membre c'est ma façon de travailler pour atteindre l'égalité.

8 mars

La Journée internationale des droits des femmes, le 8 mars, c'est une façon de se rappeler tout le parcours des femmes qui ont revendiqué pour obtenir l'égalité entre les femmes et les hommes : la reconnaissance légale, le droit de travailler, l'abolition de la discrimination au travail. Travail égal, salaire égal disait-on. Est-ce qu'on peut encore questionner le sujet de l'égalité en 2021 quand tout semble aller pour le mieux? Une étude de l'Association pour la Santé publique du Québec de novembre 2020 démontre bien que les inégalités de genre existent encore au Québec et que la situation sanitaire les a exacerbées. La femme s'est appauvrie, sa charge familiale s'est alourdie, la violence envers les jeunes femmes a augmenté et plus encore. Disons que le 8 mars est l'occasion de soulever toutes ces inégalités présentes au Québec et ailleurs dans le monde. On a collectivement des luttes à mener pour que l'on puisse enfin dire que l'égalité entre les femmes et les hommes est réellement atteinte.

Projets

Je veux visiter l'Écosse et les pays scandinaves. J'ai un projet de photos qui dort dans mon ordi, il faudra un jour que je

suite à la page 6

Madame Louise Steiger

suite de la page 5

Madame Louise Steiger

m'y mette. Je voudrais aussi m'adonner à l'écriture pour laisser en cadeau à mes petits-enfants.

Et lorsque Léo moi ne serons plus d'âge à s'occuper d'une aussi grande maison, il faudra bien penser à se reloger ailleurs. C'est sûr que nous allons quitter Saint-Félix avec un pincement au cœur. Nous chercherons à nous rapprocher de nos deux enfants, de nos quatre petits-enfants et de nos amis.

Merci
Louise Steiger !

ACTIVITÉS FEMMES D'ICI

par Jocelyne Fontaine et Gisèle Laroche-Bernier

afeas
LA VOIX DES FEMMES

Journée internationale des droits des femmes

Femme de coeur, femme de tête, qui de mieux pour représenter la Journée internationale des droits des femmes ici à Saint-Félix, que Louise Steiger.

Très impliquée au niveau de l'Aféas, du club de la Fadoq et tout dernièrement dans le projet Mada (municipalité amie des ainés), Louise est une femme que l'on gagne à connaître autant pour ses nombreuses connaissances que pour sa grande générosité à les transmettre.

Alors ma chère Louise, c'est à ton tour de te laisser parler d'amour et d'amitié.

Jocelyne

Affilié à :
familiprix

UNE ÉQUIPE
À L'ÉCOUTE DE VOS BESOINS

4105, rue Principale St-Cyrille-de-Wendover
Téléphone : 819 397-6066
Télécopieur : 819 397-6020

NATHALIE CLOUTIER

SERVICES OFFERTS
• Livraison gratuite (Détails en succursale) • Borne photo
• Prise de photo passport et d'identité

Êtes-vous au courant ?

Notre véhicule de livraison est désormais # électrique !
En participant à la « Cohorte livraison électrique » de Familiprix et Maillon Vert, nous contribuons à réduire notre empreinte sur l'environnement. Ainsi, nous éviterons chaque année l'émission de près de 2,1 tonnes de GES, soit autant que 54 allers-retours Montréal-Québe !
Prêts à opter pour une livraison sobre en carbone ?
Votre familiprix !

Surveillez nos concours sur Facebook
Devenez membre de notre page Facebook.
Voici l'adresse pour vous inscrire :
www.facebook.com/familiprixnathaliecloutier

HEURES D'OUVERTURE
LUNDI-MARDI-MERCREDI : 9h À 18h30
JEUDI : 9h À 20h
VENDREDI : 9h À 18h30
SAMEDI : 10h À 17h
DIMANCHE : FERMÉ

Chère Louise...

Mon amie, ma collègue, femme authentique, « une pure sang », riche humainement, cœur ouvert et généreux, elle n'a pas son égal quand on parle de la communauté parce qu'elle défendra toujours le communautaire, c'est son champ de bataille. Sa devise : « Ce qui est bon pour l'un, est aussi bon pour l'autre ». Son dévouement, son acharnement, sa détermination, une passionnée du devoir accompli, sa forte personnalité et sa facilité de communiquer, lui permettent d'éclaircir et d'approfondir des dossiers chauds. Pour tout cela, bravo pour cette reconnaissance bien méritée. Chapeau, Louise !

Amitiés,
Louise Grenon

Une cousine de 5e génération que j'ai retrouvée en l'introduisant au c.a. de l'AFEAS. Femme de caractère, elle a ses idées et elle y tient ! Elle nous fait travailler des méninges : elle a toujours des idées qu'elle aime mener jusqu'au bout. J'apprécie grandement son soin de la langue française et son sens de l'humour : elle est drôle et ricaneuse, et sait déclencher des fous rires communicatifs. C'est une personne dévouée au sein de plusieurs organismes, où elle s'investit complètement, sans compter ses heures, et toujours en amour avec son Léo.

Salutations,
Suzanne Marchand

Quand je l'ai rencontrée, je ne savais pas comment prononcer son nom ; pourtant, c'est une vraie Québécoise qui s'est intégrée tout de suite à l'AFEAS. Disponible pour tout ouvrage demandant connaissances, elle apporte son érudition à l'organisation. Avec son sens de l'humour et sa générosité, c'est un cœur sur deux pattes, mais deux pattes solides accrochées à la réalité et très disciplinées. Amoureuse de la vie, elle dit : présente !

Gisèle L. Bernier

Avec sa grande connaissance des organisations, son engagement, sa bonne humeur, une chance qu'on l'a ! Au fait des dossiers, instruite, allumée et éveillée, elle m'a appris beaucoup de choses. Articulée, elle pose toujours des questions fort pertinentes. On ne veut pas la perdre !

Hélène Larouche

Grâce à ses connaissances et à son goût de la recherche, Louise a fait profiter l'AFEAS et la Fadoq en obtenant des subventions ou commandites auprès des gouvernements provincial ou fédéral. MERCI ! Louise.

Sylvie Lachapelle

Femme très gentille, intelligente, de caractère, qui prend de bonnes décisions tant à l'AFEAS qu'à la Fadoq. C'est une bonne amie, qui me fait rire et que j'aime beaucoup !

Cécile Chainey

Si elle n'était pas là, c'est pas gênant, je ne sais pas ce qu'on ferait à la Fadoq ! Une travailleuse infatigable, qui investit de nombreuses heures, faudrait en avoir plusieurs comme elle. Quand elle embarque dans un projet, elle se donne corps et âme toujours avec le sourire et la bonne humeur. Une inspiration pour tous ! Avec ses recherches et ses trouvailles de subventions, même le mouvement de la Fadoq s'en est inspirée. Félicitations ! Et grands mercis !

Jocelyn Cusson

Une vratie bougie d'allumage pour notre comité de la Fadoq. Elle s'implique auprès de l'association même en temps de pandémie. Elle continue de communiquer avec nous pour différents projets, sujets et subventions. C'est une personne

suite à la page 9
Chère Louise...

Convocation à l'assemblée générale annuelle de la Caisse populaire Desjardins de l'Est de Drummond

Date : Le jeudi 15 avril 2021
Heure : 19 heures
Assemblée tenue virtuellement (détails à venir)

Nous vous invitons à consulter régulièrement le microsite (site Internet de la Caisse) au www.desjardins.com/caisseestdedrummond pour avoir tous les détails relatifs à l'assemblée générale annuelle qui se tiendra de façon virtuelle. Le temps venu, l'avis de convocation officiel sera aussi affiché en caisse pour vous donner l'information complète.

Tous les membres de la Caisse sont cordialement invités à participer à cette assemblée virtuelle.

Rencontre avec votre conseillère de façon virtuelle – c'est possible !

Rencontrez-nous dans le confort de votre salon

Le service de vidéoconférence Web vous permet d'obtenir des conseils ou d'assurer le suivi de votre dossier tout en optimisant votre temps.

Prenez rendez-vous.

Siège social Notre-Dame-du-Bon-Conseil
330, rue Notre-Dame
Bon-Conseil (Québec) J0C 1A0
Téléphone : (819) 336-2600
Télécopieur : (819) 336-2731

Centre de services Saint-Cyrille-de-Wendover
Centre de services Saint-Félix-de-Kingsey

suite de la page 7

Chère Louise...

passionnée dans tout ce qu'elle fait, dans l'intérêt des membres de la Fadoq.

Lucien Provencher

Une femme dynamique qui met toute son énergie pour réussir ce qu'elle entreprend. Elle fait des recherches, de subventions et autrement, pour la Fadoq et d'autres organisations, et elle travaille toujours à trouver des solutions. Tout un atout pour la paroisse!

Lise Lachapelle

Persévérante, très travaillante, précise, elle ne lâche pas facilement ses dossiers. « Tricoteuse » pour arriver à ses fins, elle sait trouver les bons mots à la bonne place. Sérieuse au travail et heureuse au repos!

Nicole Lebeau

Une femme agréable et généreuse qui s'implique beaucoup dans la communauté. C'est une dame qui sait très bien communiquer ses idées et sait nous faire bénéficier de son expérience. Une personne que tout organisme veut avoir dans ses rangs. Bravo et merci Louise !

Jean-Francois De Plaen

Quelle femme extraordinaire ! J'ai travaillé à ses côtés dans les c.a. de l'AFEAS et de la Fadoq. Au début, sa rigidité (by the book ou cartésienne) me faisait peur et bien non! C'est une personne au grand cœur avec un tel dévouement. Elle désirait nous partager ses connaissances. C'est une personne très patiente : combien de mois elle m'a expliquée Excel pour la comptabilité. Hélas, elle finissait toujours par terminer le tout. C'est une personne généreuse, juste dans ses propos et elle aime surtout que les choses soient claires et précises. Si on lui confie un mandat, nous sommes certains qu'elle le mènera à terme. Quand j'avais besoin d'aide, je pouvais compter sur elle. Merci pour les précieux conseils ainsi que le partage de ses connaissances.

Monique Lachance

Comptabilité informatisée
Micheline Auclair
143 Hamel, Domaine Forcier
St-Félix-de-Kingsey
J0B 2T0

Rapports d'impôts personnels
Et
travailleurs autonomes

(819) 314-2782

CHRONIQUE DIÉTO-CONSEIL
par Gisèle Laroche-Bernier
technicienne en diététique

Les dangers du sucre : 10 bonnes raisons de réduire sa consommation de sucre

Le sucre est devenu omniprésent dans notre alimentation. En plus des produits sucrés que l'on connaît, la majorité du sucre que l'on consomme provient avant tout d'aliments insoupçonnés, dont les produits industriels.

En effet le sucre est massivement utilisé dans l'industrie agro-alimentaire comme conservateur ou exhausteur de goût.

Réduire sa consommation de sucre fait partie des recommandations nutritionnelles connues de tous. Mais pourquoi manger trop de sucre peut-il être nocif pour notre santé ?

1. L'excès de sucre favorise le surpoids et l'obésité
   Les sucres consommés en excès se stockent dans l'organisme sous forme de graisses ce qui nous expose à une prise de poids.

2. L'excès de sucre augmente le risque de diabète de type 2
   La consommation excessive et régulière de sucre favorise l'apparition de diabète. Tout d'abord, en favorisant un état de surpoids, il favorise l'apparition de résistance à l'insuline; les cellules musculaires ne répondent plus aux secrétions d'insuline (hormone chargée de réduire les hausses de sucre sanguin provoquées par la consommation excessive de sucre).
   Ensuite, l'excès de sucre favorise la fatigue du pancréas; l'organisme fabrique de moins en moins d'insuline provoquant une accumulation de sucre sanguin ayant pour conséquences des maladies cardiovasculaires, des troubles oculaires ou des complications rénales, etc.

3. L'excès de sucre favorise le vieillissement prématuré de nos cellules.
   Lorsqu'il y a trop de sucre dans le sang, cela entraîne l'inflammation de l'organisme et accroît la production de radicaux libres qui sont à l'origine de plusieurs maladies.

4. L'excès de sucre nous expose davantage aux maladies cardiovasculaires.
   Les taux accrus de sucre dans le sang endommagent la paroi des vaisseaux sanguins, en se fixant et en provoquant un raidissement de ces dernières ; d'où le risque d'une accumulation de plaques d'athérosclérose présentes lors de crises cardiaques et d'avc.
   Le sucre favorise aussi l'hypertension artérielle et accroît le taux de cholestérol et de triglycérides : deux facteurs de risque de maladies cardiovasculaires.

5. L'excès de sucre augmente le risque de maladie du foie gras.
   Un apport excessif en sucre (surtout le fructose), a le même effet qu'un excès d'alcool.
   Il favorise son stockage sous formes de graisses dans les cellules du foie, provoquant une augmentation de sa taille et favorisant un risque accru de complications (cirrhose du foie, cancer…).

6. L'excès de sucre perturbe notre flore intestinale.
   Une alimentation trop riche en sucre va déséquilibrer notre flore intestinale en favorisant les bactéries de fermentation, entraînant de ce fait des désordres digestifs (gaz, ballonnements). À plus long terme, l'excès de sucre peut affaiblir notre système immunitaire et même provoquer une infection à champignon appelé candida albicans.

7. L'excès de sucre favorise l'acidose et la déminéralisation de l'organisme.
   Le sucre est un grand acidifiant : il a tendance à diminuer le PH de notre organisme et donc à déstabiliser l'équilibre acido-basique de notre organisme.
   Pour maintenir un bon équilibre, le corps va puiser dans les réserves de nutriments et de minéraux. Cette déminéralisation augmente le risque de carences, mais aussi d'ostéoporose.

8. L'excès de sucre augmente la fatigue chronique et l'affaiblissement physique.
   En puisant dans nos réserves de vitamines et minéraux, à long terme, apparaît la fatigue chronique accompagnée de l'affaiblissement du système immunitaire. Donc, il y a un accroissement de risque de maladies et d'infections.

9. L'excès de sucre peut favoriser l'hyperactivité chez certains individus.
   Le sucre provoque une libération soudaine d'insuline, suivie d'une baisse de glucose sanguin par réaction du pancréas, ce qui provoque un pic d'adrénaline (hormone secrétée en réponse à une activité physique ou à un état de stress). Chez les personnes sensibles ou chez les enfants, cela peut favoriser l'apparition d'hyperactivité et même d'agressivité.

10. L'excès de sucre augmente le risque de cancer.
    Il semble que les cellules précancéreuses auraient un appétit au sucre. En plus, le terrain inflammatoire et acide de notre organisme, causé par l'excès de sucre, est favorable au développement des cellules cancéreuses.
    Non, non, c'est assez les mauvaises nouvelles.
    Si l'excès de sucre est nocif pour la santé, se faire plaisir de temps en temps est possible.

Apprenez à gérer vos quantités, les fréquences de consommation et veillez à avoir une alimentation saine et variée. Surveillez aussi les informations nutritives sur les étiquettes.

Je vous souhaite un « sucré » de beau mois de mars avec un repos mérité de cette période de pandémie.

RETROUVEZ LA RECETTE :

Muffins carottes et pommes

À la page 20

POT-POURRI
par Jocelyne Fontaine
Présidente du journal Le Félix

Les gros cailloux

Un jour, un vieux professeur de l'École nationale d'administration publique (ENAP) fut engagé pour donner une formation sur la planification efficace de son temps à un groupe d'une quinzaine de dirigeants de grosses compagnies nord-américaines. Ce cours constituait l'un des cinq ateliers de leur journée de formation. Le vieux prof n'avait donc qu'une heure pour « passer la matière ».

Debout, devant ce groupe d'élites (qui était prêt à noter tout ce que l'expert allait enseigner), le vieux prof les regarda un par un, lentement, puis leur dit : « Nous allons réaliser une expérience ».

De sous la table qui le séparait de ses élèves, le vieux prof sortit un immense pot Masson d'un gallon (pot de vitre de plus de 4 litres) qu'il posa délicatement en face de lui. Ensuite, il sortit environ une douzaine de cailloux à peu près gros comme des balles de tennis et les plaça délicatement, un à un, dans le grand pot. Lorsque le pot fut rempli jusqu'au bord et qu'il fut impossible d'y ajouter un caillou de plus, il leva lentement les yeux vers ses élèves et leur demanda :

« *Est-ce que ce pot est plein ?* »

Tous répondirent : « *Oui* ».

Il attendit quelques secondes et ajouta : « *Vraiment ?* »

Alors il se pencha de nouveau et sortit de sous la table un récipient rempli de gravier. Avec minutie, il versa ce gravier sur les gros cailloux, puis brassa légèrement le pot. Les morceaux de gravier s'infiltrèrent entre les cailloux… Jusqu'au fond du pot.

Le vieux prof leva à nouveau les yeux vers son auditoire et redemanda : « *Est-ce que ce pot est plein ?* »

Cette fois, ses brillants élèves commençaient à comprendre son manège.

L'un d'eux répondit : « *Probablement pas !* »

« *Bien !* » répondit le vieux prof.

Il se pencha de nouveau et cette fois, sortit de sous la table une chaudière de sable. Avec attention, il versa le sable dans le pot. Le sable alla remplir les espaces entre les gros cailloux et le gravier.

Encore une fois, il demanda : « *Est-ce que ce pot est plein ?* »

Cette fois, sans hésiter et en chœur, tous répondirent : « *Non !* »

« *Bien !* » répondit le vieux prof.

Et comme s'y attendaient ses prestigieux élèves, il prit le pichet d'eau qui était sur la table et remplit le pot jusqu'à ras bord.

Le vieux prof leva alors les yeux vers son groupe et demanda : « *Quelle grande vérité nous démontre cette expérience ?* »

Pas fou, le plus audacieux des élèves, songeant au sujet de ce cours, répondit : « *Cela démontre que même lorsqu'on croit que notre agenda est complètement rempli, si on le veut vraiment, on peut y ajouter plus de rendez-vous, plus de choses à faire* ».

« *Non* » répondit le vieux prof. « *Ce n'est pas cela. La grande vérité que nous démontre cette expérience est la suivante : si on ne met pas les gros cailloux en premier dans le pot, on ne pourra jamais les faire entrer tous ensuite* ».

Il y eut un profond silence, chacun prenant conscience de l'évidence de ces propos.

Le vieux prof leur dit alors : « *Quels sont les gros cailloux dans votre vie ?*

Votre santé ?
Votre famille ?
Vos ami(e)s ?
Réaliser vos rêves ?
Faire ce que vous aimez ?
Apprendre ?
Défendre une cause ?
Relaxer ?
Prendre le temps… ?
Ou… Tout autre chose ? ».

Ce qu'il faut retenir, c'est l'importance de mettre ses GROS CAILLOUX en premier dans sa vie, sinon on risque de ne pas réussir…sa vie. Si on donne priorité aux peccadilles (le gravier, le sable), on remplira sa vie de peccadilles et on n'aura plus suffisamment de temps précieux à consacrer aux éléments importants de sa vie.

Alors, n'oubliez pas de vous poser à vous-même la question : « *Quels sont les GROS CAILLOUX dans ma vie ?* »

Ensuite, mettez-les en premier dans votre pot (vie).

D'un geste amical de la main, le vieux professeur salua son auditoire et lentement quitta la salle.

Source : www.orientationssolutions.ca/gestion-des-priorités-les-cailloux

ERRATUM

Dans la dernière édition du Félix (février 2021), malgré nos efforts de révision, une erreur s'est glissée imperceptiblement.

En page 5, dans le texte encadré accompagnant l'article intitulé « Il n'y a pas de quoi paniquer ! », « Droits miniers et titre d'exploration », un paragraphe d'écriture est apparu imprimé sans y avoir sa place.

L'encadré aurait dû commencer par : « Au Québec, le claim est le seul titre minier qui accorde le droit exclusif de procéder à des travaux de recherche de substances minérales. »

Nos excuses.

Louise Steiger
Membre

Sondage pour les personnes de 50 ans et plus qui résident à Saint-Félix-de-Kingsey

Vous résidez à Saint-Félix, vous avez 50 ans et plus, ce sondage vous concerne directement.

Ce sondage est mené par votre municipalité (en partenariat avec la MRC) et il vise à orienter ses futures actions afin d'améliorer la qualité de vie des aînés de Saint-Félix.

Les membres actuels et anciens du Club FADOQ Saint-Félix-de-Kingsey recevront par la poste un sondage avec une enveloppe-retour adressée à la municipalité.

Si deux personnes ou plus habitent au même endroit, chacune est invitée à répondre au sondage. Vous pouvez appeler à la municipalité, au 819 848-2321 poste 116, pour recevoir une copie.

Nous souhaitons que ce sondage soit un vrai succès, plus il y aura de répondants plus les résultats seront fiables. Merci de votre collaboration.

Journée internationale de la femme

Le lundi 8 mars prochain plusieurs pays à travers le monde souligneront cette journée chacun à leur façon en ces temps de pandémie. L'instauration de cette journée a débuté en 1909 aux États-Unis à la suite des luttes féministes, puis en 1910 et 1911 dans certains pays européens, en 1917 en Russie, et en 1971 au Québec.

En cette journée internationale, unissons nos efforts pour la lutte des droits des femmes et des inégalités entre les femmes et les hommes ici et à travers le monde. Soulignons le travail de celles qui ont porté le flambeau et ont obtenu les réformes économiques, politiques et sociales qui profitent aux femmes d'aujourd'hui.

Savez-vous combien il y a de femmes membres du Club FADOQ Saint-Félix-de-Kingsey ? Au 31 janvier 2021, il y avait 78 femmes soit 53,7 % des membres.

Guide « Parents vieillissants parlons-en ! »

Ce guide a été conçu par l'organisme l'Appui du Centre-du-Québec, un outil pour accompagner les familles qui prennent soin de parents vieillissants. Le Club FADOQ Saint-Félix-de-Kingsey en aura quelques copies à remettre aux personnes intéressées. Les modalités pour s'en procurer une copie seront publiées dans Le Félix d'avril.

On peut aussi se le procurer sur internet en inscrivant une recherche sur Parents vieillissants, parlons-en ! et en cliquant sur Compléter le guide au bas de la page.

Situation difficile en temps de pandémie

En cas de besoin, contacter le service de consultation téléphonique psychosociale à Info-social en composant le 811, accessible 24 h / 24 et 7 jours / 7.

Ou, le service d'accueil du CIUSSS à Drummondville au 819 474-2572 de 8 h à 20 h.

Partagez avec la FADOQ Centre-du-Québec vos histoires de desserts !

La Fadoq Centre-du-Québec lance un concours à ses membres afin de partager ensemble les recettes des desserts sucrés d'autrefois! Cette invitation sera faite en collaboration avec Michel Camiré, traiteur de Victoriaville et ce, à l'occasion de l'arrivée du printemps et de la fête de Pâques! Pour en savoir plus : www.fadoq.ca/centre-du-quebec/actualites/concours/concours-souvenirs-desserts-sucres.

ADRESSES AFIN DE NOUS SUIVRE SUR LE NET :
Les changements et ajustements se font rapidement…
Page Facebook de la Paroisse St-Luc
https://eglisestjoachimdecourval.wordpress.com
www.paroissesdrumondville.com

par Jean-Luc Blanchette, curé

Discerner Sa présence… Carême 2021

Bien le bonjour !

Nous venons de débuter le temps du Carême qui a pour thème : discerner sa présence. Je ne voudrais pas jouer le trouble-fête, mais le Carême est une « quarantaine »… C'est-à-dire quarante jours pour prendre le temps d'écouter ce qui se passe dans notre vécu intérieur et nous délester de ce qui nous encombre pour accueillir du nouveau. J'y vois déjà un beau moment pour discerner en nous la présence du Christ vivant afin de garder la joie de vivre et l'espérance au cœur de tout ce que nous vivons.

« Il y a un an, le Carême qui commençait a été brusquement interrompu, la pandémie nous empêchant de nous rassembler pour vivre ensemble ce chemin de foi. Quel paradoxe : la pandémie et la quarantaine sanitaire qui en a découlé nous empêchaient de vivre cette autre quarantaine, celle des quarante jours du Carême qui mènent à Pâques. Une fête de Pâques qui fut tout aussi paradoxale : pas évident de célébrer la vie et la résurrection dans le silence et l'isolement, alors que la première vague était à son plus fort et que les échos des drames nous arrivaient quotidiennement ». **Le discernement** est ce chemin intérieur qui nous est proposé afin de demeurer en état de recherche et d'espérance. Gardons nos cœurs et nos esprits ouverts et accueillants, pour discerner les traces de l'action du Christ ressuscité dans nos vies. Laissons son amour nous apaiser, nous guider, nous transformer sur notre route de quarantaine. Cette route nous mènera à la grande joie de Pâques !!!

Comme équipe mandatée de notre Unité pastorale, nous avons hâte de poursuivre concrètement avec vous, le vécu palpable de ces deux orientations qui soutiennent nos engagements et nos objectifs : **ACCOMPAGNER la vie des personnes (individus, couples, familles, groupes) sur le chemin d'humanisation que propose l'Évangile ; ACCOMPAGNER nos communautés de foi dans le passage missionnaire de l'Église.** C'est un grand défi en temps de pandémie, de demeurer proche les uns des autres et rapprocher le vécu de nos deux paroisses qui forment notre Unité. Grand défi, mais pas mission impossible… ***Être présents ensemble, pour l'ensemble…***

Nous sommes toujours au cœur d'un confinement demandé par notre gouvernement. Nous pouvons célébrer des funérailles en présence de 25 personnes de la famille. Nos parcours de foi avec les jeunes et leurs familles se vivent en vidéo Zoom. Je remercie grandement Nathalie Henriquez, les bénévoles et les familles qui s'adaptent à ces réalités. Notre bureau paroissial est toujours ouvert du lundi au jeudi entre 9h et 11h30, merci aux bénévoles présents. Nous pouvons aussi vivre des temps de célébrations avec 10 personnes. Nous avons repris nos messes avec l'horaire régulier :

Samedi 16h30	sous-sol de l'église St-Cyrille
Dimanche 9h	église St-Joachim ou sous-sol de l'église St-Cyrille (à valider)
Dimanche 11h	sacristie de l'église St-Félix

L'Assemblée de Fabrique de la paroisse St-Luc tient à remercier chaleureusement le Conseil 7619 des Chevaliers de Colomb de St-Félix qui a remis un don généreux de 1500 $. Nous vous en sommes très reconnaissants pour votre soutien constant à nos communautés chrétiennes. Bonne suite de mission à vous !

Le financement de notre paroisse demeure toujours un défi, notamment en ce temps de pandémie. Si votre situation le permet, vous pouvez toujours faire parvenir au presbytère le montant global équivalent à ce que vous remettez lors des quêtes du dimanche. Svp, faites votre chèque à l'ordre de la Fabrique St-Luc. Vous pouvez également nous faire parvenir de l'argent afin que nous allumions pour vous, un lampion au montant de 5 $ chacun dans nos églises.

(34, rue Saint-Louis, St-Cyrille-de-Wendover, (QC) J1Z 1S1)

Dieu fidèle, Dieu de l'Alliance, en Jésus Christ tu es Dieu libérateur.
Sur nos chemins de peine et d'espérance, en Jésus Christ tu es sauveur.
Chant thème du Carême 2021

Pour nous joindre, contactez le presbytère de St-Cyrille 819 397-2344.

Demeurons solidaires les uns et les autres dans la prière. Prenez soin de vous et de vos proches. Bon courage et que le Seigneur vous bénisse…

Nous pouvons continuer les célébrations à *NousTV* au *canal 555-HD* (ou *canal 3*), avec variété de style et d'intervenants. Lundi, mercredi et vendredi 16h30. Reprise le mardi, jeudi et samedi 9h30. Nous avons aussi la messe le dimanche à 14h30. Je vous invite à consulter régulièrement la page Facebook de la Paroisse St-Luc afin d'être informé du vécu de nos communautés chrétiennes. D'ailleurs, des célébrations vous sont proposées fréquemment, tant que les églises ne sont pas ouvertes. Je vous invite aussi à consulter un site de St-Joachim constamment mis à jour : https://eglisestjoachimdecourval.wordpress.com Nous vous rappelons que le site internet des paroisses de Drummondville est mis à jour fréquemment. www.paroissesdrumondville.com

La campagne Carême de partage 2021, dimanche de la Solidarité, 21 mars.

Sous le thème *Partageons l'amour*, nous nous laissons guider par le message de fraternité sociale et d'amour amené par le pape François envers les plus petits de la terre.

Nicolas Moyer (La Presse+, 21-02-11) affirme que « La COVID-19 nous a appris plusieurs leçons. Quand on vaccine les plus fragiles, l'ensemble de la population se porte mieux. Quand on aide les plus pauvres, l'économie se porte mieux. En priorisant les plus marginalisés, nous en bénéficions tous ».

Depuis 50 ans, avec nos dons, ***Développement et Paix*** aide les plus pauvres de la planète. Ils s'en portent mieux, s'organisent et deviennent autonomes économiquement. Nous le faisons pour des motifs humanitaires et religieux, mais comme le dit Nicolas Moyer, « Quand ils vont mieux (les pays pauvres), ils deviennent souvent des partenaires commerciaux du Canada. Le Viêtnam en est un bon exemple. En 1993, nos échanges commerciaux avec le Viêtnam se chiffraient à 50 millions de dollars. En 2018, ils étaient à 6,6 milliards de dollars ».

Dans le passé, les ainés ont jeûné et fait abstinence durant le carême. Aujourd'hui, faire un don pour que les plus pauvres aient le nécessaire, c'est le nouveau carême de partage. Et la collecte sera le dimanche, 21 mars prochain.

Vous pouvez faire un don en ligne sur le site Internet de ***Développement et Paix***, (www.devp.org). Vous avez aussi l'option de faire un don par téléphone en appelant le 1 888 234-8533. Si vous préférez faire un chèque, s'il-vous-plaît le poster à l'adresse du bureau de Montréal, qui peut être trouvée sur le site Internet de ***Développement et Paix***.

VIACTIVE

Marthe Yaworski, RESPONSABLE

Kino Québec — VIACTIVE

La situation reliée à la pandémie

Comme la situation reliée à la pandémie ne s'améliore vraiment pas pour le moment, il est certain que les activités Viactive sont en pause pour encore un bon moment.

Je vous rappelle que la marche demeure toujours une activité physique facilement accessible et efficace pour rester actif. Il suffit d'être prudent en cette période hivernale en choisissant les moments, les lieux et la météo propices.

Au plaisir de se retrouver bientôt pour nos activités régulières !

Tiré du bulletin L'activ'action
Yanik Lefebvre
Responsable régional du programme Viactive
Pour la Mauricie et le Centre-du-Québec

Vos animatrices des Dynamiques de St-Félix

Marthe Yaworski :
819 848-2516

Mars Mois de la francophonie !

Le Mois de la Francophonie, organisé chaque année et partout dans le monde en mars, a pour but de promouvoir la langue française dans le contexte de la diversité culturelle ainsi que de soutenir le dialogue et le rapprochement des personnes, groupes et communautés intéressés par la francophonie. Qu'est-ce que la Francophonie ?

Mars : mois de la francophonie

Nous sommes déjà en mars, mois, entre autres, de la francophonie. Seulement en Amériques, selon une étude d'Étienne Rivard du Centre interuniversitaire d'études québécoises (CIEQ) lié à l'Université Laval, il y avait, en 2013, plus de 33 millions de francophones actifs. On peut ainsi les cartographier comme suit :

- 9,6 millions au Canada ;
- 11 millions aux États-Unis ;
- 200 300 au Mexique ;
- 9,7 millions aux Caraïbes ;
- 2,6 millions en Amérique centrale et en Amérique du Sud.

Mais par exemple, la francophonie est partout dans le monde. Si on calcule le nombre total de gens parlant français, pour l'année 2017, le chiffre de 274 millions de francophones semble être approximatif. Donc, on a tous un point commun, le français.

Quelques chiffres sur la francophonie

Outre les chiffres que je viens de vous mentionner, la présence du français n'est pas à négliger, car il se classe au 5e rang des langues les plus parlées. Par contre, elle se classe au 2e rang des langues étrangères que l'on apprend, la première langue étant l'anglais. Dans le monde des affaires, le français est la troisième langue officielle. Elle glisse au 4e rang pour ce qui est d'internet.

L'Organisation internationale de la Francophonie

Chapeautée par Michaëlle Jean, l'Organisation internationale de la Francophonie, basée à Paris, promeut la langue française et sa diversité. Crée dans les années 1970, cette association fait la promotion de la paix, de la démocratie et des droits de l'Homme, particulièrement ceux des jeunes et des femmes. Le développement durable, l'éducation et la recherche sont aussi leur place au sein de l'Organisation. De plus, la coopération entre francophones est importante. Il existe donc quatre opérateurs importants affiliés à l'Organisation. On pense à l'Agence universitaire de la Francophonie (AUF), à TV5Monde, à l'Association internationale des maires francophones (AIMF) et à l'Université Senghor d'Alexandrie.

Qu'est-ce que la francophonie ?

Le français à sa place dans ce texte, il est donc important de le définir. Cette langue est ce qui regroupe ces locuteurs dans un ensemble plus grand que le français. C'est ce qu'on appelle la francophonie. Cette communauté linguistique s'est définie vers 1880, lorsque Onésime Reclus l'a utilisé pour parler de l'ensemble des locuteurs francophone. Il y a une petite distinction à faire à ce sujet. Si la lettre « f » est minuscule, il est question des gens parlant français. Le « F » est majuscule ? Les organismes travaillant dans les relations entre les différents pays francophones

Pourquoi un mois est consacré à la francophonie ?

Le 20 mars est la date de l'arrivée officielle du printemps. Saison que les Québécois attendent impatient. Mais c'est aussi la date de la Journée Internationale de la francophonie. Cette journée existe depuis 30 ans. Pourquoi le 20 mars ? La signature du Traité qui a permis la naissance de l'Agence de Coopération Culturelle et Technique a eu lieu le 20 mars 1970 au Niger. Mais une journée, ce n'est pas assez. Aussi bien l'étirer au mois de mas au complet. Donc, durant les 30 jours du mois, des activités sont proposées, partout dans le monde, pour faire connaître la langue française.

Conclusion

En terminant, avec autant de francophones et de francophiles, il va donc de soi que de consacrer un peu de temps à la francophonie. Cette langue nous identifie par rapport aux autres. Non seulement elle nous rassemble, mais nous distingue. Il y a plusieurs manières de parler le français. On pense au joual québécois et à l'acadien. Entre nous, on se comprend. Rire de ceux qui nous imitent peut être un passe-temps. Mais c'est de bon cœur et non méchamment. Bref, le français a une place importante dans le quotidien de bien des gens, il est donc normal de le célébrer.

RAPPEL :

Concours :

La vie à Saint-Félix-de-Kingsey

À l'occasion de son 20e anniversaire, afin de stimuler le plaisir et les talents d'écriture de nos concitoyens et concitoyennes, le journal local « Le Félix » lance un concours d'écriture ayant pour thème : « La vie à Saint-Félix-de-Kingsey ».

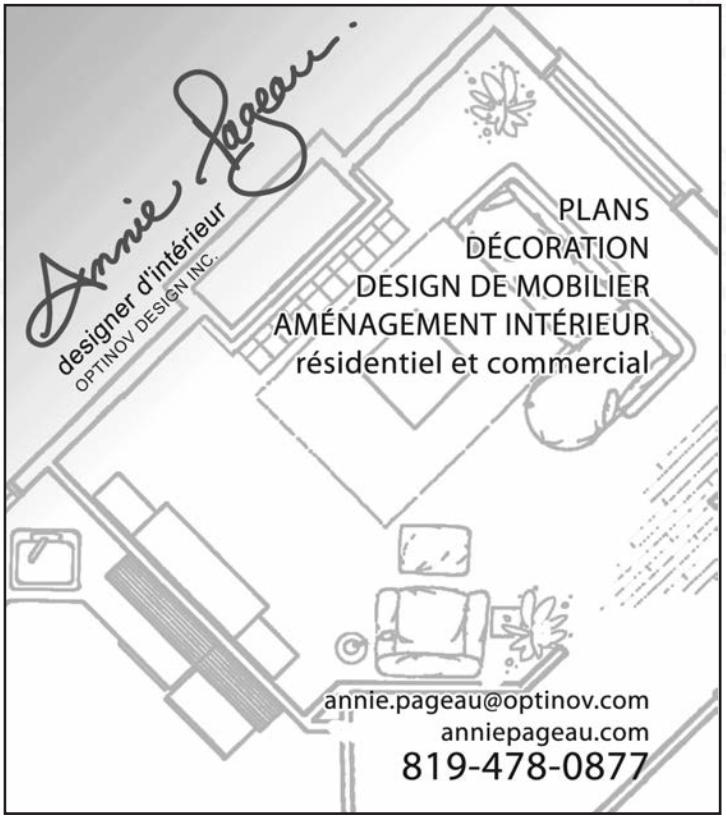
Entre 350 et 800 mots, tous les genres et tous les styles sont admis et acceptés : poème, prose, haïkus, rap, lettre, etc. Un jury déterminera les gagnants selon des critères d'originalité, de qualités du vocabulaire et du style, etc.

Les textes gagnants seront publiés dans l'édition du Félix d'octobre 2021. Date d'échéance pour la remise des textes : 1er juillet 2021.

Trois prix d'une valeur totale de 350$ (200$, 100$ et 50$) seront remis aux plus méritants.

De plus amples détails dans les prochaines éditions du *Félix*.

À suivre.



LOCATION RICHMOND INC.
(OUTILS-TOOLS)
Location remorque
Remplissage de propane
Livraison
363 Craig, Richmond,
Québec, J0B 2H0
location-richmond@hotmail.com
819 644-0080

Chronique « Et si un jour ça m'était utile… »

La médiation citoyenne une avenue possible…

Il arrive que des conflits ou des situations difficiles surviennent et qu'on ignore comment les gérer. Équijustice propose la médiation citoyenne pour obtenir le petit coup de pouce pour faire face à ces situations.

Vous vivez une situation difficile :

- avec un proche concernant le placement d'un parent en résidence ?
- avec un membre de la famille qui vous demande constamment de l'argent ?
- avec une personne de votre résidence ?
- reliée à de la maltraitance ou de l'intimidation ?

Équijustice peut vous aider !

Équijustice propose une justice équitable et accessible à tous en invitant les personnes à s'engager dans la gestion des difficultés qu'elles vivent en collectivité et en les accompagnant dans le respect de leurs droits et de leurs différences.

Les trois organismes *Équijustice* situés au Centre-du-Québec s'unissent pour vous présenter ;

La médiation citoyenne
La médiation est un processus sécuritaire par lequel un tiers impartial tente, à travers l'organisation d'échanges entre les personnes de permettre à celles-ci d'être :

Écoutées
Les médiateurs vous accueilleront et vous écouteront, sans jugement. Ils exploreront avec vous vos attentes face à la situation et les différentes options qui s'offrent à vous.

Accompagnées
Les médiateurs favoriseront un climat de respect et de dialogue, sans parti pris. Avec leur appui, chacun sera amené à identifier les conditions favorables à une bonne communication.

Soutenues
Les médiateurs seront une ressource importante pour vous préparer à développer vos outils de communication.

Gratuit et confidentiel, le service de médiation citoyenne est accessible à tous. Les personnes qui désirent être accompagnées dans une démarche encadrée par des professionnels peuvent contacter un organisme *Équijustice*.

équijustice
ARTHABASKA/ÉRABLE
Membre du Réseau de justice réparatrice et de médiation citoyenne
819 752-3551

équijustice
NICOLET-YAMASKA-BÉCANCOUR
Membre du Réseau de justice réparatrice et de médiation citoyenne
819 293-8671

équijustice
DRUMMOND
Membre du Réseau de justice réparatrice et de médiation citoyenne
819 477-5836

LES RÉFLEXIONS DE REBECCA

Par Rebecca Taylor

La pandémie a-t-elle causé plus de déchets et de recyclage ?

Ce mois-ci, j'ai décidé d'explorer la question « La pandémie nous a-t-elle amenés à avoir plus de déchets et de recyclage ? » Bien que je n'aie pas de données pour accompagner mon opinion, je dirais que oui. Si nous pensons aux mesures de protection nécessaires pour assurer notre sécurité, nous utilisons davantage de produits de nettoyage, de savon pour les mains et de détergent. Selon la façon dont ces produits sont achetés, cela peut ajouter une quantité non négligeable de matières à nos bacs qui doivent bien aller quelque part.

Ensuite, si nous considérons les équipements de protection individuelle qui doivent être portés, lorsque ces articles sont éliminés, cela crée des déchets. Nous sommes tous tenus de porter des masques lorsque nous entrons dans un commerce, et certains d'entre nous doivent également les porter dans nos environnements de travail. Certaines situations permettent un masque en tissu qui peut être lavé. D'autres nécessitent le masque de procédure jetable. Certains milieux tels que les hôpitaux et les établissements pour personnes âgées exigent également l'utilisation de blouses et de gants jetables. Une fois retirés, ces éléments se retrouvent à la poubelle. Certaines entreprises s'efforcent de recycler les masques jetables afin qu'ils puissent être transformés en d'autres matériaux et tenus à l'écart des décharges, mais je pense qu'il s'agit d'un problème relativement nouveau que les entreprises ne maîtrisent pas encore vraiment.

Tout le monde est plus souvent à la maison, et cela signifie que certaines personnes ont désencombré leur maison ou commencé de nouveaux passe-temps. Dans de nombreux cas, les « snowbirds » n'ont pu partir pour l'hiver car les règles de voyage sont strictes. En raison de la réglementation Covid-19, les restaurants ont dû choisir de proposer uniquement des plats à emporter, ce qui signifie que plus de contenants jetables sont utilisés au lieu de laver la vaisselle.

De plus, depuis un certain temps, certains magasins ont demandé que les sacs réutilisables ne soient pas introduits dans le magasin et ont plutôt proposé des sacs en papier et en plastique pour l'épicerie. Tous ces facteurs et probablement d'autres que je n'ai même pas envisagés ont créé des déchets supplémentaires et du recyclage au cours de la dernière année.

Cependant, je suis sûre qu'il existe de nombreuses solutions qui seront découvertes au fur et à mesure que la pandémie se poursuit, comme des efforts de mise en marché par les entreprises qui offrent des options de recyclage pour des produits tels que les masques jetables, qui peuvent nous aider dans cette lutte contre la Covid-19 et toutes les conséquences ultérieures qu'elle entraîne, autres que la simple transmissibilité de la maladie.

S'il vous plaît, faites attention à vous, suivez les mesures sanitaires et ensemble nous traverserons cette pandémie. Ce n'est pas une période facile, mais en acceptant de travailler ensemble pour la combattre, nous pouvons réussir. Cela prendra juste un certain temps.

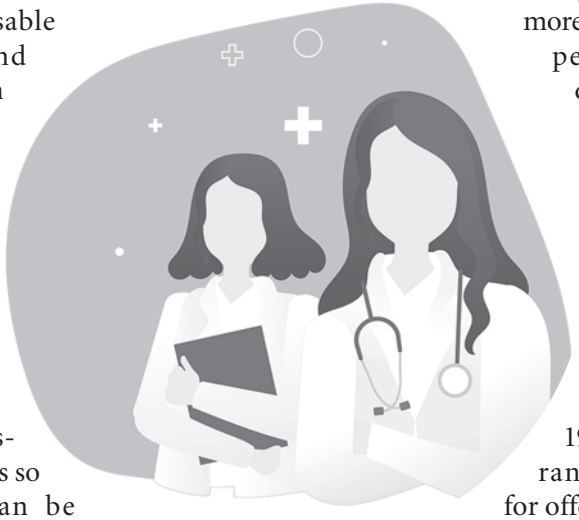
Source de l'image : v868-sasi-09.png (800×800) (rawpixel.com)

By Rebecca Taylor

Has The Pandemic Caused Us To Have More Garbage And Recycling?

For this month's Rebecca's Reflections, I decided to explore the question 'Has the pandemic caused us to have more garbage and recycling?' While I have no data to go along with my opinion, I would say yes. If we think of the protective measures that are required to help keep us safe, we're using more cleaning supplies, hand soap and detergent. Depending on how those products are bought, it can add up to more containers that need to go somewhere.

Next, if we consider the personal protective equipment which much be worn, when those items are disposed of, it creates garbage. We are all required to wear masks when we go into a business, and some of us must wear them in our work environments as well. Some situations will allow for a fabric mask that can be washed. Others require the disposable procedure mask. Some settings such as hospitals and seniors' facilities also require the use of disposable gowns and gloves. When removed, these items end up in the garbage. There are some companies who are working to recycle disposable masks so that they can be turned into other materials and kept out of garbage dumps, but I believe since this is a relatively new issue that these companies are not yet widely known about.



Everyone has been home more, and it means some people have been decluttering their homes or starting new hobbies. In many cases, snowbirds have opted not to leave for the winter since the rules for travel are strict. Due to the Covid-19 regulations, restaurants have had to opt for offering take-out only, and therefore this means more containers being used, instead of dishes being washed.

Also, for a while some stores were asking that reusable bags not be brought into the store and were instead offering paper and plastic bags for groceries. All of these factors and likely others that I have not even considered have created additional garbage and recycling within the last year. However, I am sure that there are many solutions which will be discovered as the pandemic continues such as further marketing for the companies which offer recycling options for products such as disposable masks, which can assist us in this fight against Covid-19 and all of the subsequent consequences which it brings, other than just the transmissibility of the disease.

Please stay safe, follow the sanitary measures and together we will get through this pandemic. It is not an easy time but by agreeing to work together to combat it, we can succeed. It will just take some time.

Image Source: v868-sasi-09.png (800×800) (rawpixel.com)

VOUS VOULEZ ÊTRE
REMARQUÉ ?
86% Des lecteurs apprécient les publicités sur les services offerts.
92% en région, 73% à Montréal.*
AMECQ
ASSOCIATION DES MÉDIAS ÉCRITS COMMUNAUTAIRES DU QUÉBEC
Démarquez-vous avec les médias écrits communautaires
* Information extraite du rapport de recherche présentant les données recueillies lors d'un sondage effectué entre le 23 janvier et le 28 février 2018 par la firme Advanis Jolicoeur pour le compte de l'Association des médias écrits communautaires du Québec.

Solutions à la page 40

Les équipes de la LNH

- _____ de Boston
- _____ de Buffalo
- _____ de Détroit
- _____ de la Floride
- _____ de Montréal
- _____ d'Ottawa
- _____ de Tampa Bay
- _____ de Toronto
- _____ de Columbus
- _____ du New Jersey
- _____ de New York
- _____ de New York
- _____ de Philadelphie
- _____ de Pittsburgh
- _____ de Washington
- _____ de Chicago
- _____ du Colorado
- _____ de Dallas
- _____ du Minnesota
- _____ de Nashville
- _____ de Saint-Louis
- _____de Winnipeg
- _____ d'Anaheim
- _____ de Calgary
- _____ d'Edmonton
- _____ de Los Angeles
- _____ de l'Arizona
- _____ de San José
- _____ de Vancouver

"Je patine là où le palet va être, pas où il a été."
- Wayne Gretzky

6	5						2	
9		1		5			3	
		3		4	8			1
1	7		9	6				
	3	6		2		4	1	
				8	1		6	2
4			2	7		3		
	6			3		1		8
	9						4	6

Vous avez apprécié ce jeu ? Procurez-vous le livre Remue-méninges 1 par Priscilla Dion au Buro-Pro Citation de Drummondville.

Muffins carottes et pommes

Ingrédients :

1 tasse farine
1 tasse farine de blé entier
1/2 tasse son
1 cuillère à thé cannelle
2 cuillères à thé bicarbonate de soude
1 cuillère à thé poudre à pâte
1/2 tasse purée de dattes
3 œufs
1/4 tasse huile végétale
1/2 tasse compote de pommes non sucrée
1/2 tasse lait
1 cuillère à thé vanille
1 1/2 tasse pomme coupées en dés
1 1/2 tasse carottes râpées
1/4 tasse amandes hachées ou effilées
1/2 tasse raisins dorés

Préparation :

1. Dans un bol, mélanger les ingrédients secs : les farines, le son, la cannelle, la poudre à pâte et le bicarbonate de soude. Réserver.
2. Dans un autre bol mélanger les ingrédients humides : les oeufs, la purée de dattes, l'huile, la compote de pommes, le lait et la vanille.
3. Ajouter aux ingrédients secs les raisins, les noix, les pommes et les carottes. Mélanger.
4. Incorporer petit à petit les ingrédients liquides aux ingrédients secs en mélangeant. Ne pas trop mélanger, arrêtez quand le tout est humide.
5. Cuire au four à 375 °F (190 °C) pendant 15 à 20 minutes.

La recette donne 12 gros muffins ou 18 moyens.

ESPACE DÉTENTE
Wentworth

Pour tous vos soins en esthétique et en massothérapie.

325 Chemin de la Rivière,
Saint-Félix-de-Kingsey,
J0B 2T0

Sur rendez-vous
seulement : 819 679-9960

Suivez-nous sur Facebook!

On a tous de bonnes questions sur la vaccination

Au Québec, la vaccination contre la COVID-19 s'est amorcée en décembre 2020. Cette opération massive vise à prévenir les complications graves et les décès liés à la COVID-19 ainsi qu'à freiner la circulation du virus de façon durable. Par la vaccination, on cherche à protéger la population vulnérable et notre système de santé, ainsi qu'à permettre un retour à une vie plus normale.

LA VACCINATION EN GÉNÉRAL

Pourquoi doit-on se faire vacciner?

Les raisons de se faire vacciner sont nombreuses. On le fait entre autres pour se protéger des complications et des risques liés à plusieurs maladies infectieuses, mais aussi pour empêcher la réapparition de ces maladies.

À quel point la vaccination est-elle efficace?

La vaccination est l'un des plus grands succès de la médecine. Elle est l'une des interventions les plus efficaces dans le domaine de la santé. Cela dit, comme tout autre médicament, aucun vaccin n'est efficace à 100 %. L'efficacité d'un vaccin dépend de plusieurs facteurs, dont :

- **l'âge de la personne vaccinée ;**
- **sa condition ou son état de santé** (ex. : système immunitaire affaibli).

L'EFFET DES VACCINS EN UN COUP D'ŒIL

- L'Organisation mondiale de la santé (OMS) estime que la vaccination permet d'**éviter plus de deux millions de décès** dans le monde chaque année.
- Depuis l'introduction des programmes de vaccination au Canada en 1920, la **poliomyélite a disparu** du pays et plusieurs maladies (comme la **diphtérie**, le **tétanos** ou la **rubéole**) sont presque éliminées.
- La **variole** a été **éradiquée** à l'échelle planétaire.
- La principale bactérie responsable de la **méningite bactérienne** chez les enfants (Hæmophilus influenzæ de type b) est maintenant **beaucoup plus rare**.
- L'**hépatite B** a **pratiquement disparu** chez les plus jeunes, car ils ont été vaccinés en bas âge.

Votre gouvernement

Opération vaccination COVID-19

LA VACCINATION CONTRE LA COVID-19

Le vaccin est-il sécuritaire?

Oui. Les vaccins contre la COVID-19 ont fait l'objet d'études de qualité portant sur un grand nombre de personnes et ont franchi toutes les étapes nécessaires avant d'être approuvés.

Toutes les étapes menant à l'homologation d'un vaccin ont été respectées. Certaines ont été réalisées de façon simultanée, ce qui explique la rapidité du processus. Santé Canada procède toujours à un examen approfondi des vaccins avant de les autoriser, en accordant une attention particulière à l'évaluation de leur sécurité et de leur efficacité.

Quelles sont les personnes ciblées pour la vaccination contre la COVID-19?

On vise à vacciner contre la COVID-19 l'ensemble de la population. Cependant, le vaccin est disponible en quantité limitée pour le moment. C'est pourquoi certains groupes plus à risque de développer des complications de la maladie sont vaccinés en priorité.

Peut-on cesser d'appliquer les mesures sanitaires recommandées lorsqu'on a reçu le vaccin?

Non. Plusieurs mois seront nécessaires pour protéger une part suffisamment importante de la population. Le début de la vaccination ne signifie pas la fin des mesures sanitaires. La distanciation physique de deux mètres, le port du masque ou du couvre-visage et le lavage fréquent des mains sont des habitudes à conserver jusqu'à nouvel ordre.

Comment les groupes prioritaires ont-ils été déterminés?

La vaccination est recommandée en priorité aux personnes qui courent un risque plus élevé de complications liées à la COVID-19, notamment les personnes vulnérables et en perte d'autonomie résidant dans les CHSLD, les travailleurs de la santé œuvrant auprès de cette clientèle, les personnes vivant en résidence privée pour aînés et les personnes âgées de 70 ans et plus. À mesure que les vaccins seront disponibles au Canada, la vaccination sera élargie à de plus en plus de personnes.

Ordre de priorité des groupes à vacciner

1. Les personnes vulnérables et en grande perte d'autonomie qui résident dans les centres d'hébergement et de soins de longue durée (CHSLD) ou dans les ressources intermédiaires et de type familial (RI-RTF).
2. Les travailleurs du réseau de la santé et des services sociaux en contact avec des usagers.
3. Les personnes autonomes ou en perte d'autonomie qui vivent en résidence privée pour aînés (RPA) ou dans certains milieux fermés hébergeant des personnes âgées.
4. Les communautés isolées et éloignées.
5. Les personnes âgées de 80 ans ou plus.
6. Les personnes âgées de 70 à 79 ans.
7. Les personnes âgées de 60 à 69 ans.
8. Les personnes adultes de moins de 60 ans qui ont une maladie chronique ou un problème de santé augmentant le risque de complications de la COVID-19.
9. Les adultes de moins de 60 ans sans maladie chronique ni problème de santé augmentant le risque de complications, mais qui assurent des services essentiels et qui sont en contact avec des usagers.
10. Le reste de la population de 16 ans et plus.

Est-ce que je peux développer la maladie même si j'ai reçu le vaccin?

Les vaccins ne peuvent pas causer la COVID-19, car ils ne contiennent pas le virus SRAS-CoV-2 responsable de la maladie. Par contre, une personne qui a été en contact avec le virus durant les jours précédant sa vaccination ou dans les 14 jours suivant sa vaccination pourrait quand même faire la COVID-19.

La vaccination contre la COVID-19 est-elle obligatoire?

Non. Aucun vaccin n'est obligatoire au Québec. Il est toutefois fortement recommandé de vous faire vacciner contre la COVID-19.

Est-ce que le vaccin est gratuit?

Le vaccin contre la COVID-19 est **gratuit**. Il est distribué uniquement par le Programme québécois d'immunisation. Il n'est pas possible de se procurer des doses sur le marché privé.

Si j'ai déjà eu la COVID-19, dois-je me faire vacciner?

Oui. Le vaccin est indiqué pour les personnes ayant eu un diagnostic de COVID-19 afin d'assurer une protection à long terme. Toutefois, compte tenu du nombre limité de doses de vaccin, les personnes ayant eu la COVID-19 pourraient attendre 90 jours après la maladie pour être vaccinées.

Québec.ca/vaccinCOVID

1 877 644-4545

Québec

par Pierre Blanchette
Directeur Service incendie

PRATIQUE DU MOIS

Les pompiers ont été divisés en trois groupes et ont alterné sur des plateaux différents.

Il y avait un plateau de scénarios de premiers répondants.

Un plateau ou la pratique consistait à sortir une victime qui était tombée dans l'eau froide.

Un autre plateau dont le travail avec la pompe portative des équipements de la caserne était utilisé.

INTERVENTIONS DU MOIS

Pour le mois de janvier nous avons reçus :

- 9 appels
- 2 accidents,
- 1 alarme incendie
- 1 installation électrique
- 2 entraides
- 1 feu d'industrie
- 2 appels pour les premiers répondants

La bibliothèque Irène-Roy-Lebel est maintenant réouverte avec certaines restrictions :

- Accès au comptoir de prêt uniquement
- Un usager à la fois
- Une seule personne par famille
- Masque et lavage de mains obligatoires

Pour commander vos documents

- Réservez dans le catalogue en ligne sur biblietcie.ca
- Par courriel à biblio152@reseaubibliocqlm.qc.ca
- Par téléphone au 819-848-1400 poste 210
- Au comptoir de service

Concours « La chasse aux abonnés »
Félicitations à Gabriel Bernier qui a remporté le iPad 8e génération 32 Go lors du tirage du 16 décembre dernier à la bibliothèque !

Magazines
En plus de ces magazines auxquels nous sommes abonnés, saviez-vous que nos abonnés avaient de plus de 3700 magazines numériques à leur disposition ? En voici quelques titres :

- 7 jours
- La semaine
- Coup de pouce
- Les idées de ma maison
- Écho vedettes
- Sélection du Reader's Digest
- Science et vie
- Elle Québec
- Cool
- National Geographic (anglais)
- Canadian Living (anglais)

Comment les consulter ?

1. Rendez-vous sur notre catalogue numérique au www.biblietcie.ca .
2. Cliquez sur « *Emprunter un document numérique* ».
3. Sélectionnez « *rb digital* ».
4. Inscrivez votre numéro d'usager et votre NIP.
5. Inscrivez-vous sur « *rb digital* ».

N'hésitez surtout pas à nous consultez si vous éprouvez des problèmes. Bonne lecture !

par Jean-François De Plaen

Le sondage pour les gens de Saint-Félix âgés de 50 ans et plus... C'est parti !

Ce sondage est mené par la municipalité en partenariat avec la municipalité régionale de comté (MRC). Son but est d'améliorer la qualité de vie des ainé(e)s de Saint-Félix-de-Kingsey et répondre à leurs besoins. Pour dresser un portrait réaliste de la situation actuelle des personnes de 50 ans et plus, il est essentiel que les citoyen(e)s concerné(e)s participent. Merci de votre collaboration.

C'est facile, rapide (10 min.). Et collectivement très utile.

Voici comment participer :

Le formulaire papier

Pour recevoir un formulaire du sondage à la maison, il suffit de téléphoner à la municipalité, au 819 848-2321, poste 116. Une copie vous sera expédiée par la poste. Si vous êtes plusieurs personnes concernées sous le même toit, vous recevrez le nombre de copies requis.

Des formulaires seront aussi disponibles au bureau municipal et à la bibliothèque.

Tous les formulaires remplis devront être retournés dans l'enveloppe-retour à la municipalité au :

1205, rue de l'Église, Saint-Félix-de-Kingsey.

Le formulaire électronique

Pour remplir le sondage via internet, rendez vous simplement sur le site de la municipalité à :

www.saintfelixdekingsey.ca.

Sur la page d'accueil, sous l'onglet « nouvelles et communiqués », vous trouverez un lien pour accéder aux différents sondages de la MRC. Cliquez sur « Saint-Félix-de-Kingsey » et le tour est joué. Toutes les personnes de 50 et plus qui habitent sous le même toit doivent remplir un formulaire électronique.

Autre moyen

Si aucune de ces deux méthodes ne vous convient, nous pouvons remplir le questionnaire avec vous par téléphone.

Also, if you need help, contact us.

Une boite vocale a été spécialement mise à la disposition des citoyens(nes) qui désirent commander des formulaires ou qui ont des questions concernant le sondage. N'hésitez pas : 819 848-2321, poste 116.

Le comité Mada (municipalité amie des ainés) de St-Félix est toujours à la recherche de personnes intéressées par la cause et prêtes à nous aider. Contactez-nous au même numéro.

Merci beaucoup de votre collaboration.

ERRATURM

COMPTES DE TAXES 2021

Vous devriez lire les dates de versements comme suit :

1er versement : 25 mars 2021
2e versement : 27 mai 2021
3e versement : 29 juillet 2021
4e versement : 30 septembre 2021

Aussi

SPÉCIFICATIONS
BACS A DECHETS ET DE RECYCLAGE

Positionnement des bacs

Les bacs doivent être positionner comme sur la photo ci-jointe puisque la Régie de Bas-St-François, prévoit l'utilisation automatisé pour les cueillettes dans un avenir rapproché.

De plus nous procédons à l'application d'une vignette sur les bacs et ce jusqu'au 2 mars. Si vous avez des demandes spéciales nous serons en mesure de vous répondre après le 2 mars. Aucun changement ne sera effectué avant cette date.

Merci de votre compréhension.

PROCHAINES SÉANCES DU CONSEIL MUNICIPAL

Le lundi le mardi 6 avril, à 19 h 30, et le lundi 2 mai, à 19 h 30 à la salle Desjardins située au 6115-A, rue Principale. Si la pandémie de la Covid-19 se poursuit et selon les décisions des instances gouvernementales, il se peut que les séances soient en huis clos et en visioconférence. De ce fait, elles seront publiées le lendemain des séances sur notre site Web www.saintfelixdekingsey.ca, nous sommes désolés des inconvénients que ces mesures peuvent apporter dans les habitudes de vie de nos citoyens. Nous vous invitons à faire parvenir vos questions au plus tard 4 jours avant la réunion afin que nous puissions les lires à la séance. Merci de votre collaboration.

DES RAQUETTES POUR ENFANT

À LOUER GRATUITEMENT

En présentant une preuve d'identité et une preuve d'adresse de domicile de Saint-Félix-de-Kingsey, un adulte peut emprunter des raquettes disponible au bureau municipal avec un dépôt de 20 $ en argent comptant pour un emprunt d'une semaine. Le dépôt sera remis au retour des raquettes. Amusons-nous dehors !

BIBLIOTHÈQUE IRÈNE-ROY-LEBEL

À moins d'avis contraire, l'accès à la bibliothèque municipale est autorisé à une personne à la fois. Le port du masque est obligatoire et aucune circulation n'est autorisée. Lavage des mains et prise des noms et téléphone par la préposée. Espérant que la situation revienne normale sous-peu.

BUREAU MUNICIPAL

Nous sommes ouverts aux heures normales depuis le 8 février 2021. Toutefois, l'accès à l'intérieur des locaux est interdit.

À la réception, une seule personne à la fois est admise dans le cubicule d'entré.

Masque obligatoire et lavage des mains.

Espérant que la situation revienne à la normale le plus rapidement possible.

LOCAUX ET ACTIVITÉS

Nos locaux et nos activités, même pour la relâche scolaire, ne sont pas disponible et sont interdites, à moins que Santé Canada en décide autrement au jour de la lecture de cet avis. Pour en connaitre d'avantage, suivez-nous sur notre site Web :
www.saintfelixdekingsey.ca

Ou sur la page officielle Facebook de la Municipalité https://www.facebook.com/SaintFelixdeKingsey/

Merci de votre compréhension.

Séance ordinaire du 7 décembre 2020 en bref

En cas de disparité entre le présent article du journal *Le Félix* et le procès-verbal adopté en séance de conseil, ce dernier prévaudra.

Présentation et adoption des comptes et des revenus de décembre 2020

Revenus	**580 297,71 $**
Dépenses	**112 453,96 $**

Procès-verbal de la séance ordinaire de la Municipalité de Saint-Félix-de-Kingsey, tenue le 11 janvier 2021, à 19h30, par visioconférence, tel que décrété par Santé Canada et le gouvernement du Québec à la suite de la pandémie de la COVID-19. La séance sera diffusée sur le site Web de la Municipalité à l'adresse suivante : www.saintfelixdekingsey.ca

Madame la mairesse, Thérèse Francoeur préside cette séance.

Les conseillers suivants sont présents, tous formant quorum :

M. Douglas Beard - conseiller siège no 2
M. Simon Lauzière - conseiller siège no 3
Mme Suzanne Dandurand - conseillère siège no 5
M. Jean-François De Plaen - conseiller siège no 6

Est également présente :

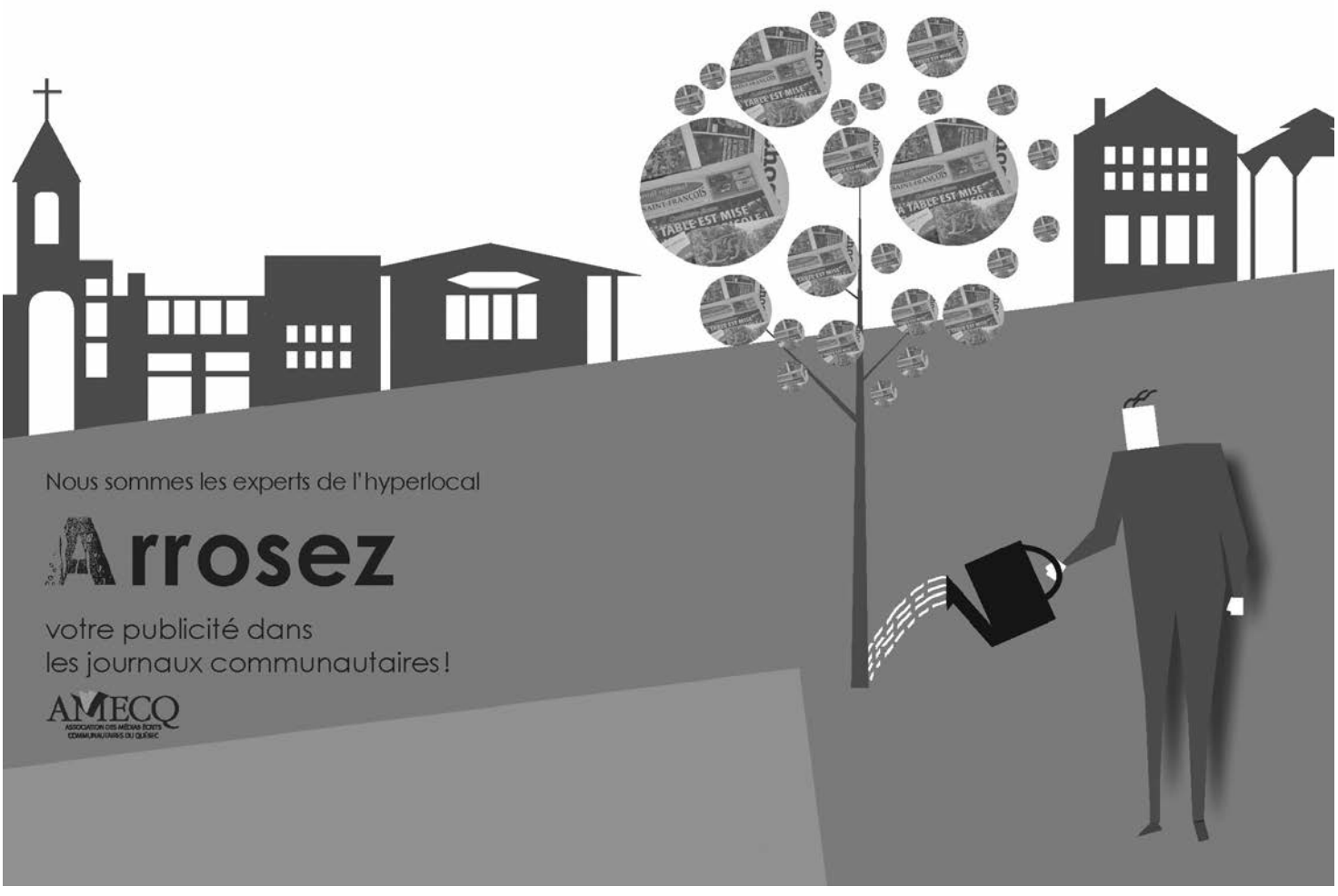
Madame Carole Pigeon, directrice générale et secrétaire-trésorière, agissant à titre de secrétaire de la séance.

Est absent : monsieur Éric Provencher - conseiller siège no 1

A quitté la séance régulière à 19h50, monsieur Christian Girardin - conseiller siège no 4

Défaut au droit de retrait au règlement MRC-689 x – subvention CDC

La Municipalité de Saint-Félix-de-Kingsey, refuse à chaque année cette quote-part pour laquelle elle n'utilise pas les services. La Municipalité a fait parvenir par courrier



enregistré un avis de retrait au règlement de la MRC portant sur la subvention CDC pour les années à venir et ce, jusqu'en l'an 2025.

MOTION – Modalités des paiements des taxes foncières Municipales et des compensations pour l'exercice financier 2021 au règlement 612-2

Le règlement 612-2 est déposé sur le site Internet de la Municipalité de Saint-Félix-de-Kingsey pour consultation et afin de recevoir les questions des citoyens (par courriel ou par télécopie) avant son adoption, c'est-à-dire au plus tard le 29 janvier 2021 midi (heure cellulaire de la directrice générale).

Nomination des maires suppléants pour 2021

M. Éric Provencher pour les mois de janvier et février 2021 ;

M. Douglas Beard pour les mois de mars et avril 2021 ;

M. Simon Lauzière pour les mois de mai et juin 2021 ;

M. Christian Girardin pour les mois de juillet et août 2021 ;

Mme Suzanne Dandurand pour les mois de septembre et octobre 2021 ;

M. Jean-François De Plaen pour les mois de novembre et décembre 2021 ;

Conformément à l'article 210.24, alinéa 4 de la *Loi sur l'organisation territoriale dans les municipalités*

Renouvellement de l'adhésion de la directrice générale et secrétaire-trésorière à l'ADMQ

Le Conseil municipal autorise le renouvellement de l'adhésion et l'assurance membre de la directrice générale et secrétaire-trésorière à l'ADMQ au montant de 885 $, plus les taxes applicables.

Infotech – renouvellement du Contrat de service 2021

la Municipalité utilise le logiciel SYGEM de l'entreprise Infotech pour la gestion de ses affaires municipales en comptabilité. Le contrat est signé à tarif fixe de 6 355 $, plus les taxes applicables, pour l'année 2021.

Libertevision / tableau extérieur

Le tableau d'affichage actuel est désuet et demande des réparations. L'achat d'un nouveau système facilitera l'usage en tout lieu par un réseau WIFI de pointe.

L'hébergement est de 20 $ mensuel facturé et le coût du système hybride est de

1 741,50 $ plus les taxes applicables.

Assurance risques Ultima / renouvellement

Le contrat d'assurance de la police Ultima, pour la protection des biens et la gestion des risques de la Municipalité de Saint-Félix-de-Kingsey, arrive à échéance. Le contrat est renouvelé au coût de 30 818 $.

Proclamation des Journées de la persévérance scolaire 2021 dans notre municipalité

Puisque le contexte pandémique fragilise l'équilibre et les repères qui stabilisent les jeunes et adultes durant leur parcours scolaire. La Municipalité de Saint-Félix-de-Kingsey appuie les Journées de la persévérance scolaire de février 2021.

Programme EÉC 2021 / DEMANDE D'AIDE FINANCIÈRE

La Municipalité se prévaudra de l'aide financière accordée par la subvention d'Emplois été Canada 2021, dans le cadre du recrutement de personnel pour le camp de jour de l'été 2021.

Rapport mensuel d'enfouissement vs recyclage pour 2020

Le total pour l'enfouissement des ordures dans la Municipalité est un des plus élevé de la MRC de Drummond. Tant qu'au recyclage, il y a amélioration mais il faut continuer de s'investir dans ces programmes.

Enfouissement total en 2020 est de plus de 566 tonnes. Pour le recyclage nous voyons un total de 150 tonnes. Il faut donc diminués l'enfouissement le plus rapidement possible et augmenter le recyclage et le compostage en 2021.

MOTION – Règlement 547-12 zonage

Un avis de motion est déposé sur le site Internet de la Municipalité en relation avec le règlement 547-12 qui modifie le règlement No 547 de Zonage. Visitez notre site Web :

www.saintfelixdekingsey.ca pour en connaitre davantage.

Règlement no 547-12 modifiant le règlement de zonage no 547

La Municipalité a le pouvoir de modifier son règlement de zonage comme le prévoit la Loi sur l'aménagement et l'urbanisme. Il est souhaitable de modifier la règlementation en vigueur pour permettre les chatteries dans la zone Id-5, sous réserve de certaines restrictions quant à la cohabitation, la sécurité et la salubrité. Un avis de motion a été dûment donné lors de la séance du 11 janvier 2021 à l'effet du présent règlement. Visitez notre site Web : www.saintfelixdekingsey.ca pour en connaitre davantage.

MOTION – Règlement #498-1 sur les animaux

Une motion a été déposée concernant le règlement No 498-1 qui s'intitule Règlement modifiant le Règlement 498 sur les Animaux;

Le règlement sur les animaux est modifié en y ajoutant l'usage chatterie au même titre que les chenils et le règlement sur les animaux est modifié en y précisant certaines normes de salubrité, de nombre et de sécurité pour les chenils et chatteries. Visitez notre site Web : www.saintfelixdekingsey.ca pour en connaitre davantage.

Règlement 498-1 modifiant le règlement 498 sur les Animaux

Plusieurs articles sont ajoutés afin de modifier le règlement conformément à la description que vous retrouverez sur site Web : www.saintfelixdekingsey.ca sous le règlement 498-1.

Levée de la séance régulière

La séance, en visioconférence, est levée à 20h35

THE MUNICIPALITY WISHES TO INFORM YOU

www.saintfelixdekingsey.ca

Translated by: Rebecca Taylor

ERRATURM

TAX ACCOUNTS 2021

You must take note of the installment dates as follows :

1st installment : March 25, 2021.
2nd installment : May 27, 2021
3rd installment : July 29, 2021
4th installment : September 30, 2021,

SPECIFICATIONS

GARBAGE AND RECYCLING BINS

Positioning of bins

The bins must be positioned as in the attached photo since the Régie de Bas-St-François plans to use it's automated truck for picking up in the near future.

In addition, we are proceeding with the application of a sticker on the bins until March 2. If you have any special requests, we will be able to answer you after March 2nd. No changes will be made before this date. Thank you for your understanding.

NEXT MUNICIPAL COUNCIL MEETINGS

Tuesday, April 6, at 7:30 p.m., and Monday, May 2, at 7:30 p.m. at Salle Desjardins located at 6115-A, rue Principale. If the Covid-19 pandemic continues and according to the decisions of government authorities, the sessions may be on camera and by videoconference. As a result, they will be published the day after the sessions on our website www.saintfelixdekingsey.ca , we are sorry for the inconvenience that these measures can bring to the lifestyle of our citizens. We invite you to send your questions no later than 4 days before the meeting so that we can read them during the meeting. Thank you for your collaboration.

SNOWSHOES FOR CHILDREN - FREE RENTALS

By presenting proof of identity and proof of address of domicile in Saint-Felix-de-Kingsey,

an adult can borrow snowshoes available at the municipal office with a deposit of $ 20 in cash for a one-week loan. . The deposit will be returned when the snowshoes are returned. Let's have fun outside!

IRÈNE-ROY-LEBEL LIBRARY

Unless otherwise specified, access to the municipal library is permitted one person at a time. Wearing a mask is mandatory and no circulation is allowed. Hand washing and taking names and telephone by the attendant. Hoping that the situation will return to normal soon.

MUNICIPAL OFFICE

We have been open during normal hours since February 8, 2021. However, access to the interior of the premises is prohibited.

At reception, only one person is allowed in the entrance cubicle at a time.

Mask required and hand washing.

Hoping that the situation will return to normal as soon as possible.

LOCALES AND ACTIVITIES

Our premises and our activities, even for spring break, are not available and are prohibited, unless Health Canada decides otherwise on the day of reading this notice. To find out more, follow us on our website www.saintfelixdekingsey.ca

Or on the Municipality's official Facebook page

https://www.facebook.com/SaintFelixdeKingsey/

Thank you for your understanding.

VOUS VOULEZ ÊTRE

BIEN INFORMÉ ?

95% Des lecteurs apprécient les nouvelles locales et municipales.

96% en région, 93% à Montréal.*

AMECQ
ASSOCIATION DES MÉDIAS ÉCRITS COMMUNAUTAIRES DU QUÉBEC

Démarquez-vous avec les médias écrits communautaires

* Information extraite du rapport de recherche présentant les données recueillies lors d'un sondage effectué entre le 23 janvier et le 28 février 2018 par la firme Advanis Jolicoeur pour le compte de l'Association des médias écrits communautaires du Québec.

Ordinary Council Meeting from November 2, 2020 in Brief

In case of disparity between this article in the *Le Félix Journal* and the minutes adopted at the council meeting; the latter will prevail.

Presentation and adoption of accounts and revenues for December

Revenues	**$580 297.71**
Expenses	**$112 453.96**

Minutes of the regular meeting of the Municipality of Saint-Félix-de-Kingsey, held on January 11, 2021, at 7:30 p.m., by videoconference, as decreed by Health Canada and the Government of Quebec following the pandemic of COVID-19. The session will be posted on the Municipality's website at the following address: www.saintfelixdekingsey.ca

Madam Mayor, Thérèse Francoeur is chairing this meeting.

The following advisers are present, all forming a quorum:

Mr. Douglas Beard - counsellor seat #2

Mr. Simon Lauzière - counsellor seat #3

Mrs. Suzanne Dandurand - counsellor seat #5

Mr. Jean-François De Plaen - counsellor seat #6

Also present:

Mrs. Carole Pigeon, general director, and secretary-treasurer, acting as secretary of the meeting.

Absent: Mr. Éric Provencher - counsellor seat #1

Left the regular meeting at 7:50 p.m., Mr. Christian Girardin - Counselor, seat #4

Lack of the right of withdrawal under regulation MRC-689 x - CDC subsidy

The Municipality of Saint-Félix-de-Kingsey refuses this quota each year for which it does not use the services. The Municipality sent by registered mail a notice of withdrawal from the MRC by-law relating to the CDC subsidy for the years to come, until the year 2025.

MOTION - Terms of payment of Municipal property taxes and compensation for the 2021 fiscal year in by-law 612-2

By-law 612-2 is posted on the website of the Municipality of Saint-Felix-de-Kingsey for consultation and in order to receive questions from citizens (by email or fax) before its adoption, that is to say no later than January 29, 2021 noon (as per the director general's cellular).

Appointment of deputy mayors for 2021

Mr. Éric Provencher for the months of January and February 2021;

Mr. Douglas Beard for the months of March and April 2021;

Mr. Simon Lauzière for the months of May and June 2021;

Mr. Christian Girardin for the months of July and August 2021;

Mrs. Suzanne Dandurand for the months of September and October 2021;

Mr. Jean-François De Plaen for the months of November and December 2021;

In accordance with article 210.24, paragraph 4 of the Law on territorial organization in municipalities

Renewal of the membership of the Director General and Secretary-Treasurer of the ADMQ

The Municipal Council authorizes the renewal of the membership and the member insurance of the Director General and Secretary-Treasurer of the ADMQ in the amount of $ 885, plus applicable taxes.

Infotech - renewal of the 2021 service contract

The Municipality uses the SYGEM software of the Infotech company for the management of its municipal affairs in accounting. The contract is signed at a fixed rate of $ 6,355, plus applicable taxes, for the year 2021.

Libertevision / outdoor table

The current notice board is outdated and in need of repair. The purchase of a new system will make it easier to use it anywhere with a state-of-the-art WIFI network.

Hosting is $ 20 billed monthly, and the cost of the hybrid system is $ 1,741.50 plus applicable taxes.

Ultima risk insurance / renewal

The Ultima policy insurance contract, for the protection of property and risk management for the Municipality of Saint-Felix-de-Kingsey, is expiring. The contract is renewed at a cost of $ 30,818.

Proclamation of Hooked on School Days 2021 in our municipality

Since the pandemic context weakens the balance and the benchmarks that stabilize young people and adults during their school career. The Municipality of Saint-Felix-de-Kingsey supports the Hooked on School Days in February 2021.

EÉC 2021 Program / REQUEST FOR FINANCIAL ASSISTANCE

The Municipality will avail itself of the financial assistance granted by the Summer Jobs Canada 2021 grant, as part of the recruitment of staff for the 2021 summer day camp.

Monthly landfill vs recycling report for 2020

The total for the landfill in the Municipality is one of the highest in the MRC of Drummond. As far as recycling is concerned, there is improvement, but we must continue to invest in these programs.

Total landfill in 2020 is over 566 tons. For recycling we see a total of 150 tons. We must therefore reduce landfill as quickly as possible and increase recycling and composting in 2021.

MOTION - By-law 547-12 zoning

A notice of motion is filed on the Municipality's website in relation to by-law 547-12 which

modifies Zoning By-law No. 547. Visit our website:

www.saintfelixdekingsey.ca to find out more.

By-law no 547-12 amending zoning by-law no 547

The Municipality has the power to modify its zoning by-law as provided for in the Land Use Planning and Development Act. It is desirable to modify the regulations in force to allow catteries in zone Id-5, subject to certain restrictions as to cohabitation, safety, and sanitation. A notice of motion was duly given at the meeting of January 11, 2021 for the purpose of this by-law. Visit our website: www.saintfelixdekingsey.ca to learn more.

MOTION - By-law # 498-1 on animals

A motion has been tabled regarding By-law No. 498-1 which is entitled By-law amending By-law 498 on Animals;

The regulations on animals are amended by adding cattery use in the same way as kennels and the regulations on animals are amended by specifying certain standards of health, number and safety for kennels and catteries. Visit our website: www.saintfelixdekingsey.ca to learn more.

By-law 498-1 modifying by-law 498 on Animals

Several articles are added in order to modify the by-law in accordance with the description that you will find on the website: www.saintfelixdekingsey.ca under by-law 498-1.

Adjournment of the regular meeting

The meeting, by videoconference, was closed at 8:35 p.m.

MUNICIPALITÉ DE SAINT-FÉLIX-DE-KINGSEY

www.saintfelixdekingsey.ca

MUNICIPALITY OF SAINT-FELIX-DE-KINGSEY Triennial Plan 2021-2022-2023	
Year 2021	
Description	**Allocated Amount**
Road Network	
Asphalting 3e Rang	$383 000
Asphalting Route Cassin	$141 600
Asphalting 8e Rang	$307 000
Asphalting rue Lafond	$160 000
Asphalting entrance Domaine Guaybois	$25 000
Foundation and asphalting 6e Rang	$126 250
Pedestrian strip 6e Rang	$22 600
Reloading 6e Rang	$62 370
Reloading 7e Rang	$49 895
Reloading Chemin de la Rivière	$78 400
Reloading 3e Rang	$58 684
Reloading Route Talbot	$33 000
Mechanical broom for wl32	$12 005
Reparation of asphalt chemin de la Rivière	$20 000
Reparation of asphalt Chemin St-Jean	$20 000
Reloading Route Letarte	$105 309
2X dynamic speed billboard	$6 000
Total	**$1 611 113**
Environmental hygiene	
Lining of part of the sewer system	$120 000

Monitoring of sewer network lining work	$13 000
Total	**$133 000**
Fire Safety	
Roof fire station	$15 000
Fire station mezzanine project	$40 000
Total	**$55 000**
Community Life	
Game Equipment	$40 000
Insulating Centre Eugène Caillé	$6 600
Floor scrubber (small)	$3 500
Centre-Eugène-Caillé Lighting	$7 000
Module for Boat mat water feature	$17 500
Total	**$74 600**
Grand Total 2021	**$1 873 713**

Year 2022	
Road Network	
Paving work 3e Rang	$310 000
Asphalt Repair 9e Rang	$177 085
Reloading Route Côté	$85 000
Grand Total 2022	**$572 085**
Year 2023	
Road Network	
Asphalt repair chemin Kingsey Town line	$95 000
Reloading chemin de la rivière	$145 000
Paving 7e Rang et Route Talbot	$400 000
Grand Total 2023	**$640 000**

Adopted on December 14, 2020 at an extraordinary meeting under resolution number 737-12-2020

Carole Pigeon, Director General and Secretary-Treasurer
Municipality of Saint-Felix-de-Kingsey

Translated by Rebecca Taylor

BUDGETARY PREVISIONS 2021

Resolution : 736-12-2020

Municipality of Saint-Felix-de-Kingsey

REVENUES 2021		
Sector	**Explanation**	**Amount**
Property value taxes	General property taxes, loan by-law taxes, etc.	$1 893 713
Taxes Municipal Services	Pricing of residual materials, sewage taxes, sludge emptying (sewers), measurement and emptying of septic tanks, etc.	$301 477
Payments in lieu of taxes	Compensation for elementary school	$5 882
Transfers (Subventions)	MTQ subsidy - road network maintenance (447,711), minister's subsidy (30,000), deputy's subsidy (25,000), AIRRL subsidy (30,000), public security subsidy (11,315), Hydro Led (9,000)	$580 817
Services rendered	Quote + mutual aid fire, photocopies, sale of bins and recycling, day camp, etc. ...	$67 573
Taxation of rights	Rights on real estate transfers, quarries and sand pits, minor exemptions, town planning regulations, etc.	$356 873
Other revenues	Offenses, interest (investments and tax arrears), contributions from organizations	$29 600
	TOTAL Revenues for 2021 budget	**$3 235 935**

Vous êtes témoins d'une nouvelle ?
Contactez-nous sur *messenger*
Envoyez-nous vos commentaires et photos et nous pourrons les partagerons sur notre page Facebook
Ensemble soyons les premiers sur la nouvelle !

EXPENSES 2021		
Sector	**Explanation**	**Amount**
Administration	Remuneration of elected officials, staff, training, MRC quota, legal services, municipal insurance, town hall maintenance, administration amortization, etc.	$613 356
Public safety	Compensation for firefighters, firefighters, first responders, mutual aid, training, fire truck rental, fire station maintenance, vehicles, hydrants, communication system, prevention, public safety depreciation, etc. *SQ contribution $ 155,000*	$503 741
Transport (Roadwork)	Remuneration of road personnel, training, gasoline, road maintenance, dust suppressant, road leveling, snow removal, lighting, road damping, asphalting, etc.	$1 278 970
Environmental Hygiene	Wastewater treatment plant staff remuneration, laboratory tests, training, treatment plant maintenance, sludge measurement, septic tank emptying, collection and transport and disposal of residual materials, etc.	$416 146
Health and Well-Being	Saint-Felix Municipal Housing Office and Pair Program	$9 415
Urbanism and Development	CCU, town planner, inspector, beautification, etc.	$78 999
Activities and Culture	Park maintenance, CEC, Carrefour St-Felix, ball court, games, non-resident fees, Drummondville city quota, funding: NPO, National Day, various activities. Day camp remuneration, library maintenance, library coordinator remuneration, depreciation, etc.	$260 820
Financing Fees	interest on loans, loan settlement fees, etc.	$74 488
	TOTAL of expenses for 2021 budget	**$3 235 935**
	TOTAL 2021	**$0**

Adopted on December 14, 2020 at an extraordinary session by videoconference.

Carole Pigeon, Director General and Secretary Treasurer
Municipality of Saint-Felix-de-Kingsey

Translated by Rebecca Taylor

SOLUTION DES JEUX

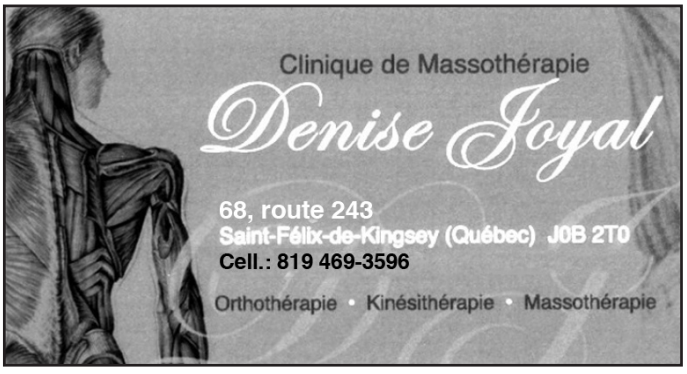
par Priscilla Dion

Les équipes de la LNH

- Bruins de Boston
- Sabres de Buffalo
- Red Wings de Détroit
- Panthers de la Floride
- Canadiens de Montréal
- Sénateurs d'Ottawa
- Lightning de Tampa Bay
- Maple Leafs de Toronto
- Blue Jackets de Columbus
- Devils du New Jersey
- Islanders de New York
- Rangers de New York
- Flyers de Philadelphie
- Penguins de Pittsburgh
- Capitals de Washington
- Blackhawks de Chicago
- Avalanche du Colorado
- Stars de Dallas
- Wild du Minnesota
- Predators de Nashville
- Blues de Saint-Louis
- Jets de Winnipeg
- Ducks d'Anaheim
- Flames de Calgary
- Oilers d'Edmonton
- Kings de Los Angeles
- Coyotes de l'Arizona
- Sharks de San José
- Canucks de Vancouver

6	5	4	1	9	3	8	2	7
9	8	1	7	5	2	6	3	4
7	2	3	6	4	8	9	5	1
1	7	2	9	6	4	5	8	3
8	3	6	5	2	7	4	1	9
5	4	9	3	8	1	7	6	2
4	1	8	2	7	6	3	9	5
2	6	5	4	3	9	1	7	8
3	9	7	8	1	5	2	4	6

AMECQ
ASSOCIATION DES MÉDIAS ÉCRITS COMMUNAUTAIRES DU QUÉBEC



Leçons de piano
et de théorie musicale
Christine Sylvie Grondin
819 848-2190

AFFICHEZ-VOUS !
Espace publicitaire format « carte d'affaires » disponible pour 130$ annuellement !
CONTACTEZ : info@lefelix.ca

LA BA
RESTO - CANTINE
PIZZAS • POUTINES
POULET FRIT • BAR LAITIER
JULIE BOUCHARD • VICKY ARSENEAULT
Propriétaires
6072, Principale, St-Félix de Kingsey, Qc J0B 2T0 • 819 848-1444

CONSEIL
UNITÉ FRATERNITÉ
C de C
CHARITÉ PATRIOTISME
7619
GRAND CHEVALIER
Mario Benoit
Tél.: 819 474-5572
CHEVALIERS DE COLOMB
Saint-Félix-de-Kingsey

6125, rue Principale
Saint-Félix-de-Kingsey
(Qc) J0B 2T0
Tout Frais dans le bec
Service traiteur
Plats cuisinés
819 848-1717
Suivez-nous sur Facebook

Ferme LE PAYSAN GOURMAND
Bœuf • Légumes • Porc
44 Chemin des Domaines, Saint-Félix-de-Kingsey, QC
Rosemarie Allen: 819-470-8051 Jacob Morin: 819-470-8844
lepaysangourmand@outlook.com
www.LePaysanGourmand.com

jaimonvoyage.com
L'AGENCE IMBATTABLE
EXPRESS PRIORITAIRE EXPRESSO EXPRESO
Pour répondre à vos questions,
un service personnalisé sans frais.
Que vous soyez seul ou en groupe.
Nathalie Richard
Conseillère en voyage
Nº Certificat :
CCV201312318888
JAIMONVOYAGE.COM L'AGENCE IMBATTABLE
Nathalie Richard
Agente extérieure
n.richard@jaimonvoyage.com
Cell.: 819 475-0825
Siège social :
1350,rue Royal #1402
Trois-Rivières (Qc) G9A 4J4

LES DEUX L
PRODUITS DE LA FERME
• Boutique à la ferme
visite de la ferme.
• Viande d'agneau, porc
et bœuf *Highland*
vendu surgelé et emballé
sous vide.
• Oeufs… *et plus encore !*
931, rang 9, Saint-Félix-de-Kingsey J0B 2T0
Sur rendez-vous : **819 848-2552**

EBENISTERIE CHOQUETTE
Saint-Félix-de-Kingsey
Escaliers, cuisines et meubles sur mesure
ebenisterie-choquette.ca
Mathieu Choquette
mathieu_choquette@hotmail.com
tel. 819.461.0080
fax. 819.848.1387
R.B.Q. 5735-3740-01

marché ami
Épicerie St-Félix 2020
Produits Maison - Boucherie -
Loteries - Bière et Vin -
Microbrasserie - Fumoir
Bruno St-Onge & Mélissa Letellier
propriétaires
6100, rue Principale, Saint-Félix-de-Kingsey
(819) 848-2311
SAQ

PATIO & TERRASSE 2000
FABRICANT
• Rampes d'aluminium
• Solariums 3 Saisons
• Auvents décoratifs
• Clôtures décoratives
(819) 477-6512
(819) 477-3756
1345, Boul. Foucault
St-Charles-de-Drummond Qc. J2C 1B2
patio2000@cgocable.ca

Pompes à eau • Traitement d'eau
Pompe d'effluent • Traitement UV • Pompe d'égout • Pompe dosseuse
Service 24h
PUITS ARTÉSIENS
SEADS
VENTE • RÉPARATION • INSTALLATION
François Beaudet 819-839-3168

TRANSPORT DOUGLAS BEARD

Local/long distance livestock-hay-machinery

Local/Longue Distance Animaux-Foin-Machinerie

689 Rang 6
SAINT-FÉLIX-DE-KINGSEY 819 848-2932

Les Excavations Jacquylaine inc.

Jacques Mailhot
Propriétaire
960 rang 9
St-Félix-De-Kingsey PQ J0B 2T0
Tél:819-848-2418
Cell:819-475-5575

Transport,terre
terre tamiser
gravier,pierre,ect...

RBQ 8103-0330-05

TRANSPORT TYM

Transport Yannik Mailhot inc.

Yannik Mailhot
président
yfz24@hotmail.com
819 473-1990

1263, rue de l'Église Saint-Félix-de-Kingsey (Qc) J0B 2T0

Entrepreneur spécialisé
MINI-EXCAVATION M.B.

Déneigement - Terrassement - Nivellement
Drain français - Fondation - Démolition - Fossé
Drain - Fosse septique - Champ d'épuration
Pieux - Marteau hydrolique - Tarière hydrolique
Pouce hydrolique - Camion dompeur 4T.
Godet de 12, 24 et 42 pouces - Niveau laser
R.B.Q. 8342-2014-36

Installateur **Ecoflo**
APCHQ
Résidentiel Commercial Agricole
Martin Benoit
Propriétaire

369, rang 3, St-Félix de Kingsey, Québec J0B 2T0
Cell.: **819.470.0640** - Tél/Fax : **819.848.1126**
mini-excavationmb@hotmail.com - **www.optilog.com/mb**

CONSTRUCTION LUC PLANTE
ENTREPRENEUR GÉNÉRAL
RÉSIDENTIEL & COMMERCIAL
819 816-2438
RBQ 56487796-01

AUTONET GO
www.autonetgo.com
Vente - Échange - Achat
Automobiles et camions
Mécanique générale
Possibilité de commander votre véhicule
Guy Mailhot, *propriétaire*
6156, Principale, St-Félix-de-Kingsey (Qc) J0B 2T0
Courriel : autonetgo@cablovision.com
Tél.: 819 848-2415 · Cell.: 819 470-9415 · Fax : 819 848-1029

AFFICHEZ-VOUS !
Espace publicitaire format « carte d'affaires » disponible pour 130$ annuellement !
CONTACTEZ : **info@lefelix.ca**

GARAGE DLAFRANCE INC.
Entretien mécanique • Vente, installation et alignement de pneus • Traitement anti-rouille • Transports de véhicule
1215, route 255, Saint-Félix-de-Kingsey (QC) J0B 2T0
Bureau : ***819 848-2704*** Cellulaire : ***819 475-7922***
danylafrance82@gmail.com

FENDT
MASSEY FERGUSON
MASSEY FERGUSON
Champoux MACHINERIES INC. 819-358-2217
SUNFLOWER
WHITE
AGCO TRACTORS
VALTRA
CLAAS
www.champouxmachineries.com
1, rue Thibault, Warwick, QC J0A 1M0 ▾ Téléc. : 819 358-5594

Garage Simon Francoeur
Mécanique générale et diésel
Remorquage 24 heures
Vente et réparation de petits équipements:

scie à chaîne, débroussailleuse, etc.
Comptoir de pièces
6003, rue Principale Tél.: 819 848-2876
Saint-Félix-de-Kingsey Cell.: 819 471-9067

Me Olivier Abinader, notaire *exerçant à Sherbrooke et dans les environs et pratiquant entre autres, dans les domaines suivants :*

- Droit immobilier (achat/vente, promesse d'achat, quittance, etc.);
- Testament, mandat en prévision de l'inaptitude, procuration;
- Droit corporatif (constitution, organisation, mise à jour de livres, convention entre actionnaires, etc.);
- Convention entre conjoint de fait (convention d'union libre) et contrat de mariage.

Me Abinader offre de se déplacer à votre domicile.

Me Olivier Abinader
notaire et conseiller juridique

Tél. : 819 300-2777
Téléc. : 819 300-2777
Courriel : o.abinader@notarius.net

Me Olivier Abinader, notaire et conseiller juridique
2424, rue King Ouest, bureau 120
Sherbrooke (Québec) J1J 2E8

TOYOTA

Richmond

151, Route 116, Richmond (Qc) J0B 2H0

1 800 363-1616

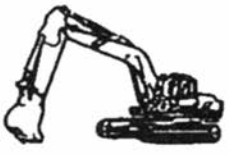
- Champ d'épuration
- Certifié Écoflo et Bionest
- Excavation
- Routes et canalisation
- Nivellement au laser
- Structure d'ouvrage génie civil
- Terre végétale brune et noire tamisée
- Drainage au laser
- Sable, gravier
- Déneigement

EXCAVATION

J. NOËL FRANCOEUR INC.
RBQ : 8108737119

ENTREPRENEUR GÉNÉRAL
6169, rue Principale, Saint-Félix-de-Kingsey (Qc) J0B 2T0
courriel : j.noelfrancoeurinc@cablovision.com

TÉLÉPHONE
819 848-2923
CELLULAIRE
819 388-1555
TÉLÉCOPIEUR
819 848-2829



Encourager l'économie locale c'est Profitable pour tous.

BMR

QUINCAILLERIE | MATÉRIAUX
CENTRE PEINTURE | PLOMBERIE
ÉLECTRICITÉ | SAISONNIER
AGRICOLE | ACÉRICOLE

1192, Route 243, St-Félix-de-Kingsey
819 848-2991

Sonic

ESSENCE | DIESEL | PROPANE | DÉPANNEUR

VIVACO
GROUPE COOPÉRATIF

PROMOTIONS DYNAMIQUES | VARIÉTÉ DE PRODUITS | PROGRAMME DE FIDÉLITÉ | AVANTAGES COOPÉRATIFS | RISTOURNE ANNUELLE

CLUB FADOQ DE SAINT-FÉLIX-DE-KINGSEY

fadoq

Pour s'informer :
www.fadoq.ca/centre-du-quebec sous À propos ou
www.saintfelixdekingsey.ca sous Autres services et OBNL
Pour acheter sa carte de membre : 819 848-2089

Palettes de manutention
Caisse d'Emballage
Bois de dimension

LCN
PALETTES ET CAISSES

SYSTÈME BNQ ISO 9001:2015 CERTIFIÉ

1180, route 243
Saint-Félix-de-Kingsey (Qc) J0B 2T0
Tél.: 819 848-2521
Courriel : info@lcn-pal.com
www.lcn-pal.com

Giguère & Morin
Composantes de bois franc

1175, route 243
Saint-Félix-de-Kingsey (Québec)
Canada J0B 2T0

Tél.: 819 848-2525 Téléc.: 819 848-2617
Courriel: info@gigueremorin.com
Internet: www.gigueremorin.com

À votre service depuis 1976

EXCAVATION GASTON FRANCOEUR INC
ENTREPRENEUR DE TRAVAUX SPECIALISES

Excavation de tout genre
Démolition de bâtiment
Terre, sable, gravier, pierre
Champ d'épuration
Transport en vrac
Aménagement de Cannebergière
Drainage
Fosse septique
Terrassement
Travaux au laser
Défrichement

1250, rue Lafond, Saint-Félix-de-Kingsey, Qc, J0B 2T0
819-848-2261

R.B.Q : 2420-2011-70

Municipalité de Saint-Félix-de-Kingsey

1205, rue de l'Église SAINT-FÉLIX-DE-KINGSEY (Québec) J0B 2T0

Téléphone : 819 848-2321 • Télécopieur : 819 848-2202

Courriel : reception@saintfelixdekingsey.ca

Site internet : www.saintfelixdekingsey.ca

Heures d'ouverture
Lundi, mardi et jeudi
De 8 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h 30
Mercredi : 8 h 30 à 13 h
Vendredi 8 h 30 à 12 h

Mairesse

Thérèse Francoeur

Conseillers conseillère

Douglas Beard
Christian Girardin
Suzanne Dandurand
Simon Lauzière
Jean-François De Plaen
Éric Provencher

* Urgences : 911 *

Desjardins
Caisse populaire de l'Est de Drummond

CENTRE DE SERVICES SAINT-FÉLIX-DE-KINGSEY
1212, rue de l'Église

Tél. : 819 336-2600

Fax : 819 848-2096

HORAIRE

Lundi	10 h à 14 h
Mardi	FERMÉ
Mercredi	10 h à 14 h
Jeudi	10 h à 14 h et 15 h à 19 h
Vendredi	10 h à 14 h

SERVICES COURANTS (1) SERVICE CONSEIL (2)

Sur rendez-vous

819 336-2600 ou 1 866 838-2600

1 - Transactions courantes au comptoir : dépôt, retrait, perception etc.
2 - Demandes de prêts, placements, ouverture de compte, etc...

Guichet automatique,* service *«Accès D»
24 heures sur 24, 7 jours par semaine

1234, rue de L'église 243,
Saint-Félix-de-Kingsey **144 900 $**

60, Route 255 Kingsey-Falls
365 000 $

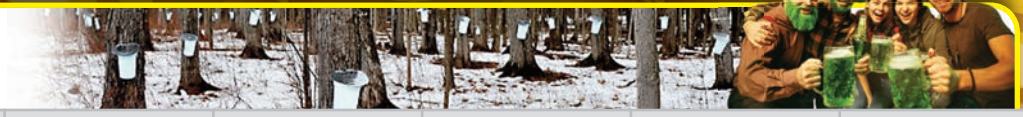
140, rue Hamel, Saint-Félix-de-Kingsey
124 000 $

Enfin le mois de mars, bientôt l'hiver sera derrière nous, le marché immobilier est très actif. Les taux d'intérêt sont très avantageux pour les acheteurs.

Vous désirez vendre ou acheter une propriété, contactez- moi, il me fera plaisir d'en discuter avec vous!

16 ans d'expérience en transactions immobilières

Mars 2021



Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	Conseil municipal 19h30 1	2	3	4	5	On avance l'heure! 6
7 Messe à 11h tous les dimanches à Saint-Félix-de-Kingsey	8 Journée de la femme 8 mars	9	10	11	12	Nouvelle lune 13
14	15	16	St Patrick's Day 17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
Pleine lune 28	29	30	31			

Messe à 11h
tous les dimanches
à Saint-Félix-de-Kingsey

Les changements et ajustements se font rapidement…
Page Facebook de la Paroisse St-Luc
https://eglisestjoachimdecourval.wordpress.com
www.paroissesdrumondville.com

** En cas de doute, ou de disparité entre Le Felix et le calendrier de la municipalité, ce dernier demeure la bonne référence. Merci.*

HEURES D'OUVERTURE

CONSULTEZ LE CALENDRIER

Bureau de poste 819 848-2529

Lundi	9h à 12h30 / 13h30 à 16h45
Mardi	9h à 12h30 / 13h30 à 16h45
Mercredi	9h à 12h30 / 13h30 à 16h45
Jeudi	9h à 12h30 / 14h45 à 18h00
Vendredi	9h à 12h30 / 13h30 à 16h45

Bibliothèque 819 848-1400

Lundi	13h30 à 16h45
Mardi	18h30 à 20h
Mercredi	14h30 à 18h30
Jeudi	FERMÉ
Samedi	9h à 12h

PRENDRE NOTE

Étant donné la situation exceptionnelle de PANDÉMIE dans laquelle nous vivons, il importe de se rappeler que les directives de la SANTÉ PUBLIQUE sont prioritaires et peuvent être modifiées en tout temps.

À nos fidèles commanditaires

PATIO & TERRASSE 2000
FABRICANT
• Rampes d'aluminium
• Solariums 3 Saisons
• Auvents décoratifs
• Clôtures décoratives
477-6512
477-3756
1345, Boul. Foucault
St-Charles-de-Drummond Qc. J2C 1B2
patio2000@cgocable.ca

LOCATION RICHMOND INC.
(OUTILS-TOOLS)
Location remorque
Remplissage de propane
Livraison
363 Craig, Richmond, Québec, J0B 2H0
location-richmond@hotmail.com
819 644-0080

Pompes à eau • Traitement d'eau
Pompe d'effluent • Traitement UV • Pompe d'égout • Pompe dosseuse
PUITS ARTÉSIENS
Service 24h
SEADS
VENTE • RÉPARATION • INSTALLATION
François Beaudet 819-839-3168

Merci!