VOLUME 19 NO 10 - Novembre 2022
journalulricois.com

L'Ulricois

Le mensuel de Saint-Ulric

Les enfants sont à l'honneur

Par l'équipe du journal L'Ulricois

Encore cette année, l'édition de novembre du Journal L'Ulricois est dédiée aux enfants de Saint-Ulric, en l'honneur de la journée nationale de l'enfant qui est soulignée le 20 novembre. Avec la participation des jeunes et du personnel de l'école Mgr-Belzile, nous vous présentons ce journal sous le thème de « sortir du cadre ». Quelle chance d'avoir au village une école si vivante, colorée et aimée ! Un énorme merci aux profs qui ont pris de leur temps pour participer au projet, à Marie-Hélène Bouillon qui a su tout orchestrer et surtout à vous, nos jeunes de l'école, qui mettez votre cœur à chaque proposition de projet.

Soyez fiers et fières de qui vous êtes, continuez de voir loin et de rêver grand!

Crédits photo : Nada Gosselin

SOMMAIRE

Info-municipalité *2, 3*
Info-organismes ..... *1 , 4, 5, 6, 7*
Jeunesse *8, 9*
Les collaborateurs *10 à 12, 14 à 16*
Divers..... *13*

Note de la rédaction

*L'opinion des lecteurs exprimée dans **L'Ulricois** n'engage que l'auteur de chaque article et ne réflète d'aucune façon la position de l'équipe du journal. **L'Ulricois** refusera tout texte à caractère haineux, discriminatoire ou racial. Aucune propagande religieuse ou politique ne sera non plus tolérée. Le journal ne s'engage pas à publier tous les textes reçus, de même que les textes écrits sous le couvert de l'anonymat ou les reproductions de textes.*

***Date de tombée :** le 15 du mois précédant la publication.*

Date de publication :
début de chaque mois, sauf en janvier.

Faites parvenir vos textes à :
ulricois@gmail.com

L'équipe du journal

David Lefebvre
Graphisme, mise en page, chroniqueur et président

Cathy Clément
Vice-présidente et webmestre

Véronique Boucher
Correction, trésorière et chroniqueuse

Anick Arsenault
Administratrice

Impressions : Groupe TAQ (418) 629-5256

Le mot du maire

Par Michel Caron

Bonjour citoyennes et citoyens de Saint-Ulric.

Notre centre communautaire verra le jour au cours de l'année 2023. Nous sommes particulièrement fiers au conseil municipal de pouvoir enfin avoir un lieu de rencontre répondant à vos besoins. La firme Duotech a été le soumissionnaire le plus bas et de plus c'est une entreprise de notre région.

J'aimerais éclaircir un point concernant la route Athanase. Je me suis fait souvent demander pourquoi nous n'investissons pas pour ladite route. À la suite du renouveau cadastral, il a été confirmé que la route Athanase appartient à la Ville de Matane, et ce, jusqu'à l'entrée de la route Joncas. Après avoir discuté avec le maire de Matane, monsieur Eddy Métivier, celui-ci me confirme que la ville est consciente de l'état de la route et y travaille afin d'améliorer la situation.

Si vous avez des sujets que vous aimeriez que j'aborde dans le Journal L'Ulricois dans mes futurs messages, n'hésitez pas à m'en faire part.

L'hiver arrive à grands pas, soyez prudents sur les routes et au plaisir de vous reparler en décembre.

Dépôt légal - Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2022.

Les nouvelles de Saint-Ulric

Par Cathy Clément, coordonnatrice municipale

L'arrivée des bacs bruns (compostage)
Vous avez reçu au cours des derniers jours votre bac brun et le bac de cuisine (qui se trouve dans le gros bac brun). Il est important de bien lire la documentation incluse.

Vous pouvez trouver toute l'information et le suivi concernant la date de collecte ici : https://lebacbrun.com/

Vous trouverez également sur le site la liste des matières acceptées et celles refusées. La municipalité fera différentes publications sur son site et sur la page Facebook pour vous familiariser avec l'utilisation du bac brun.

Matières recyclables à la municipalité
Saviez-vous qu'il est possible de venir déposer vos piles au bureau municipal ? De plus, vous pouvez déposer vos contenants de peinture usagés au garage municipal situé au 318 route Centrale.

Crédit photo : Municipalité de Saint-Ulric

Terrains à vendre
La municipalité désire informer les citoyens qu'elle a 2 terrains à vendre à l'entrée est de Saint-Ulric près de la résidence l'Entre-Gens. Tous les détails des terrains se trouvent ici :

https://st-ulric.ca/terrains-a-vendre

Formulaire de demande pour un Panier de Noël disponible dès maintenant
Vous trouverez sur le site internet de la municipalité, dans la section « nouvelles », le formulaire à remplir avant le 25 novembre. Vous pouvez également vous procurer une copie papier du formulaire au bureau municipal.

Patinoire fermée cet hiver
En raison des travaux d'agrandissement du centre communautaire, l'accès à la patinoire et au terrain des loisirs ne sera pas possible cet hiver. Il s'agit d'un chantier important et la sécurité de tous doit être prise en compte.

Crédit photo : Municipalité de Saint-Ulric

GROUPE TAQ
DIVISION ALLIANCE
Nos Services
• Reliure et finition
• Impression numérique
• Impression offset
• Publipostage
• Assemblage manuel
• Emballage divers
• Design graphique
• Boutique en ligne
Vous désirez plus d'information?
Communiquez avec nous:
418 629-5256
Suivez-nous!

Club des 50 ans et plus de Saint-Ulric

Par Françoise Gagnon

Le Club des 50 ans et plus de Saint-Ulric a repris ses activités d'automne.

Venez nous retrouver les lundis à 13 h 15 pour la pétanque intérieure sur tapis, la pétanque atout ou pour le jeu de poches.

Les mardis à 13 h 15, venez vous amuser à des jeux de cartes, à des jeux de société que nous avons en main, ou apportez votre jeu préféré.

Nous aurons aussi un autre souper reconnaissance, le vendredi 18 novembre à 5 h 30 pour souligner l'appartenance à notre Club de nos membres de 75-79 ans. Ces personnes seront contactées et invitées personnellement. D'autres personnes de la famille, amis et amies, connaissances ou autres membres pourront se joindre à nous tous. Réservez auprès de Françoise au 418-737-4440.

En novembre et début décembre, nous aurons les renouvellements des cartes de membres 2023 qui se feront les mardis après-midi suivants : le 22 et 29 novembre ainsi que les 6 et 13 décembre, toujours de 13 h 15 à 16 h ; mais nous aurons un tirage pour ceux qui auront renouvelé tôt, soit au plus tard à notre souper de Noël qui aura lieu le vendredi 9 décembre.

Vous verrez aussi ces informations et autres activités, s'il y a lieu, sur le nouvel onglet du club, sur le site web de la municipalité de Saint-Ulric. Sur ce site, vous pourrez également nous envoyer des messages, des suggestions, des commentaires ou des questions et nous nous ferons un plaisir de vous répondre. Au plaisir de vous lire.Voici le lien de notre Club des 50 ans :
https://st-ulric.ca/club50ans/

Richard Lavoie président, Gaston Gendron vice-président, Jasmine Gagnon secrétaire, Colette Dugas administratrice, Gaétan Desrosiers administrateur, Françoise Gagnon trésorière.

Comité de Développement Local de la Rivière Blanche

Par Fernanda Pasqualetto

Montage photo : CDLRB

Les Jardins Communautaires de Saint-Ulric

Par Suzanne Gauthier, présidente

Bonjour à tous et à toutes !

Nous avons le plaisir de vous présenter notre nouvelle administration :
Suzanne Gauthier : Présidente et secrétaire-trésorière
Georgette Rémillard : Vice-présidente
Valérie Blanchette : Secrétaire
Isabelle Lévesque : Administratrice
Mario Cantin : Administrateur
Maryse Vaillancourt : Administratrice
Louise Marchand : Administratrice
Denyse Bérubé : Administratrice

Comme vous le savez, nous avons fait l'acquisition d'une magnifique serre qui est située au verger communautaire. Cette année, nous finirons son installation, ce qui veut dire, s'approvisionner en eau courante et en électricité. Les parcelles sont déjà délimitées. Par le fait même, nous aimerions augmenter le nombre de membres. Alors, si le cœur vous en dit de faire un peu de bénévolat, vous êtes les bienvenus !

Nouveaux projets :
– Finition de l'installation de la serre
– Plantation de bleuets
– Participation à la tournée des jardins communautaires de La Matanie
– Organisation de la fête des récoltes qui aura lieu en septembre prochain et inauguration de la serre
– Plantation de betteraves
– Récolte de l'ail
– Présence au Marché de Noël 2022

Cercle des Fermières de Saint-Ulric

Par Michelle Lepage, responsable aux communications

Fière de notre engagement.

Dans le cadre des Journées de la culture, les membres de notre Cercle vous ont présenté avec fierté le fruit de leur travail.

Notre vente de pâtisseries a été un franc succès grâce à votre générosité. Le montant récolté financera notre œuvre caritative OLO, qui consiste à accompagner une future maman en situation d'insécurité alimentaire et de permettre à son enfant de naître et grandir en santé.

Notre prochaine réunion mensuelle aura lieu le lundi 7 novembre 2022, à 13 h 30, au local des Fermières situé au sous-sol de l'église.

Les CFQ

Nous vous invitons à devenir membre de notre cercle en tout temps ou lors de notre réunion de novembre. Nous partagerons avec vous notre passion pour le tissage, le tricot et divers ateliers offerts au cours de l'année.

En terminant, MERCI à vous tous qui avez contribué au succès de notre exposition.

Voici en images notre Journée de la culture : Michelle et sa démonstration de tissage ; comptoirs de vente : articles de tissage et tricot, accessoires de maison et de décoration.

Crédits photo : Cercle des Fermières

Comité culturel de Saint-Ulric

Par Jocelyne Rioux, présidente

Succès de participation et d'appréciation pour les Journées de la culture.

C'est dans une ambiance festive et conviviale que Saint-Ulric a célébré, pour une seconde année, les Journées de la culture les 30 septembre, 1er et 2 octobre derniers. Sous la thématique *Haut et fort*, plus de 350 personnes, jeunes et moins jeunes, ont participé aux différentes activités, entièrement gratuites, organisées par le Comité culturel Saint-Ulric et la MRC de La Matanie. Ces activités permettent aux citoyens de découvrir les richesses culturelles du milieu, de créer des liens et de faire connaître les artistes locaux et régionaux. Qu'il me soit permis de rappeler brièvement que les Journées de la culture, c'est un événement majeur, une grande fête à l'échelle nationale, un rendez-vous annuel qui nourrit l'âme et le cœur, comme le dit si bien Michel Jean, journaliste et auteur.

Volet scolaire vendredi Les jeunes de l'école Mgr-Belzile ont donné le coup d'envoi en participant à divers ateliers, adaptés aux différents groupes d'âge, nourrissant ainsi leur imaginaire. Les élèves du préscolaire ont eu le bonheur d'entendre la lecture d'un conte par madame Véronique Boucher qui, disons-le, a gentiment offert son cachet pour l'achat de livres pour la bibliothèque de l'école. Sa grande générosité n'a d'égale que ses multiples talents. Quant aux élèves du 1er cycle, ils se sont prêtés à l'écriture d'une histoire collective et ceux du 2e cycle ont écrit à partir d'une image choisie sous l'animation de la très dévouée madame Angèle. Finalement, les grands du 3e cycle, ainsi que les élèves du secondaire, ont été captivés par l'excellent atelier de bande dessinée donné par le chevronné VoRo, illustrateur et bédéiste. L'objectif était d'apprendre les éléments de base pour dessiner un visage de personnage de bande dessinée. Beaucoup d'excitation et une excellente participation, mais surtout beaucoup d'attention et de création !

Crédits photo : Jocelyne Rioux

Volet communautaire samedi Un mini-salon du livre bien orchestré s'est tenu à la sacristie le 1er octobre en après-midi. Les huit exposants et la Chouette Librairie ont suscité la participation de plus de 70 personnes. Cette première édition a reçu, de la part des Journées de la culture au niveau national, la distinction *Coup de chapeau* qui souligne l'originalité et la qualité de l'activité. Le conte était à l'honneur. Les parcours artistiques et littéraires de Georgette Renaud et Daniel Projean sont impressionnants et ces auteurs nous ont livré toute une performance en racontant, chacun à leur manière, un conte où les Iles de la Madeleine faisaient belle figure où on trouvait de la «boésson» dans le «P'tit canot de Tartigou» (conte d'Andrée Gendron). Enfin, dans une présentation narrative et visuelle de son travail en bande dessinée, la très talentueuse Line Arsenault, auteure de *La vie qu'on mène*, a partagé ses procédés et son vécu d'auteure. Teintée d'humour, cette rencontre nous a fait découvrir et mieux connaitre cette auteure de Matane.

Au soir du 1er octobre s'est déroulé, au Théâtre du Vieux Garage, un magnifique spectacle tout en mots et en musique devant une assistance de plus de 80 personnes. Cette soirée a été ponctuée de plusieurs prestations, notamment, en première partie, celle des élèves de l'école Mgr-Belzile. Quatre valeureux jeunes volontaires, Joseph Bérubé-Bélizaire, Rosemarie Bernard-Lessard, Stella-Rose Guité et Audrey Fraser sont venus présenter, avec brio, certaines créations littéraires composées le vendredi. De vrais professionnels ! *J'aime les mots !* et François Larocque aussi. Il nous a livré deux magnifiques poèmes, porteurs de sens et fondamentalement pertinents sur les thèmes de la culture et de la terre. Ses créations ont éveillé notre conscience et notre curiosité. Enfin, en deuxième partie du spectacle, le groupe Amarre et Basse a ébloui l'assistance par leur performance. Les quatre musiciens et interprètes, Olivier Garot, Alexandre Boyer, Benoit Poulin et André Harvey, ont mérité les éloges d'un public charmé par leur musique aussi salée qu'écumante, par leurs voix aussi puissantes qu'apaisantes et par les contes aussi invraisemblables que réels. Ce spectacle musical intime, conté et chanté rassemble des histoires de mer et de marins. Fier ambassadeur de la culture et magicien des mots, c'est à travers le texte «Haut et fort» qu'Olivier Garot a conscientisé le public à toute la richesse culturelle et aux multiples talents des nombreux artisans et artistes de notre municipalité. Tellement merci !

Crédits photo : Guy Ouellet

Crédit photo : Véronique Boucher

Dimanche Catalognes, nappes, linges à vaisselle, couvertures de lit d'enfants, chemins de table, napperons, bonnets de nouveau-nés et plus encore, agrémentés d'articles de couture, ornaient plusieurs tables montées lors de l'exposition des Fermières du dimanche 2 octobre. Quelque 70 personnes, visiblement impressionnées par la qualité des pièces exposées, ont encouragé ces dames aux doigts de fée en achetant leurs créations artisanales. Aussi, la démonstration du tissage d'un sac à provisions avec des sacs de plastique et la présentation de l'historique des Fermières de Saint-Ulric, habilement raconté par la présidente, Suzanne Gauthier, en a ravi plus d'un. À leur grand étonnement, quelques personnes dans la salle ont appris que leur grand-mère était l'une des fondatrices et présidentes. Comme quoi l'artisanat est une tradition à poursuivre…
Pour clore ces trois Journées de la culture, un vernissage de l'exposition de photographies de monsieur Normand Blais, «Les quatre saisons de Saint-Ulric», a suscité l'intérêt d'une quarantaine de personnes à la résidence L'Entre Gens le dimanche après-midi. Le passionné de photos a captivé son auditoire en expliquant la démarche derrière l'objectif des 15 œuvres exposées et il a généreusement partagé quelques rudiments de base pour prendre de «bonnes photos». Les participants ont pu contempler divers paysages et phénomènes que le photographe Blais a pu observer durant une année à Saint-Ulric. La roche en face du pont, l'envol des oies blanches et le panorama de Saint-Ulric ont inspiré l'œil aguerri de ce photographe.

Crédits photo : Andrée Gendron

Remerciements commanditaires et partenaires Force est de constater que toutes ces belles activités gratuites ont pu être présentées grâce à des partenaires essentiels et de généreux commanditaires, ainsi qu'à de précieux collaborateurs, tous épris de culture. Merci nous semble un mot bien insuffisant pour leur dire toute notre gratitude. Ils ont tous contribué au succès de ces trois journées foisonnantes d'activités culturelles. Un grand merci à Hydro-Québec, dans le cadre du programme des Rencontres Hydro-Québec, à la MRC de La Matanie, au CDLRB, à l'école Mgr-Belzile, à la SADC Matane, à Caroline Proulx, ministre du tourisme et responsable de la région du Bas-Saint-Laurent et à Kristina Michaud, députée du Bloc québécois.

Collaborateurs Je ne pourrais passer sous silence la collaboration indispensable de personnes très importantes à la réussite d'un tel événement. Merci tout d'abord à la direction de l'école Mgr-Belzile de nous avoir permis une intrusion dans la vie scolaire. Une avalanche de mercis à Stéphanie Chassé et Marie-Hélène Bouillon, éducatrices spécialisées, pour la logistique sans faille. Un merci bien spécial à Véronique Boucher et Françoise Gagnon. Le Comité culturel tient à remettre la mention Coup de chapeau à Marie-Claude Soucy, conseillère en développement rural, pour avoir chapeauté le projet d'une main de maître. Sa grande disponibilité et son appui indéfectible l'honorent grandement. Merci pour tout.

Auteurs, Artistes, Créateurs, Artisans : C'est grâce à vous, auteurs, musiciens, conteurs, artisans et artistes que la culture rayonne. Votre art a le pouvoir magique de nous transporter, de nous faire rêver et de nous divertir. Nous saluons votre travail passionné sans lequel un événement de l'ampleur des Journées de la culture ne pourrait exister. Merci de vous être déplacés. Merci de nous inspirer, de nous faire vibrer, de nous faire vivre de belles émotions.

Gagnants :
Le Comité culturel a encouragé les auteurs, les artistes et les artisans en achetant certaines œuvres pour faire tirer des prix de participation.

Voici les noms des gagnants·es :

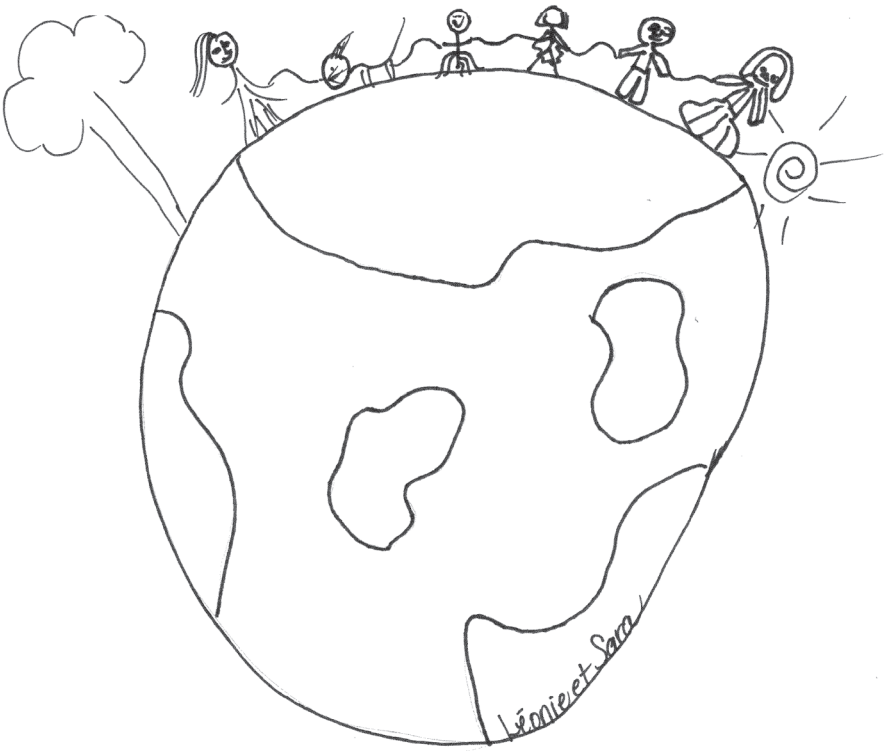
La mémoire des marées
de Georgette Renaud : Alice Bond ;
Jack le bossu de Daniel Projean :
Olivia Lefebvre ;
Le chat chanteur d'Aiyana
Garot-Régazzi : Charlie Guillon ;
Disparus en mer de Louis Blanchette :
Jean-S. Barriault ;
Les œuvres d'art de Solange Cantin :
Gilles Boucher ;
150 ans d'Histoire à raconter :
Mylène Leblanc ;
La vie qu'on mène 9
de Line Arsenault : Lise Vaillancourt ;
La courtepointe de Colette Dugas :
Michèle Paquet ;
La photographie encadrée choisie de
Normand Blais : Madeleine Desrosiers.

Les activités des Journées de la culture, édition 2022, ont été une réussite et l'appréciation des participants a été unanime. Rappelons que ces journées ont pour mission de mettre en valeur les arts et la culture au Québec. Le comité culturel est fier de s'être joint encore cette année à ce grand mouvement national qui célèbre *haut et fort* la culture. Nous vous convions déjà à notre troisième édition des Journées de la culture à Saint-Ulric les 29, 30 septembre et 1er octobre 2023.

Salon Nathalie Carrier
Coiffure et esthétique
297, avenue Ulric-Tessier,
Saint-Ulric
nathalie-carrier@hotmail.com
418-737-9376

L'ÉBÉNISTE
Frédéric Bouchard
265, av. Ulric-Tessier, Saint-Ulric, Québec G0J 3H0
418 737-4967
frederic.bouchard267@gmail.com

DESSINE-MOI



ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC

Pascal Bérubé
Député de Matane-Matapédia
Bureau de circonscription
121, avenue Fraser,
Matane (Québec) G4W 3G8

Téléphone : 418 562-0371
Téléphone sans frais : 1 877 462-0371
Télécopieur : 418 562-7806
Courriel : pascal.berube.matn@assnat.qc.ca

MOT CACHÉ

Amitié	Apprendre	Identité	Santé
Amour	Éducation	Liberté	Securité
Amuser	Famille	Respect	Sourire
Amuser	Identité	Rire	Vivre

A	S	D	R	V	D	I	E	C	I	H	L	J	L
A	M	E	A	E	Y	T	D	L	W	N	G	V	I
M	Y	O	C	P	S	Y	Q	E	E	L	H	M	B
I	Q	Q	U	U	P	P	U	E	N	V	H	P	E
T	I	S	S	R	R	R	E	J	N	T	V	B	R
I	E	D	A	O	D	I	E	C	K	M	I	P	T
E	N	D	E	N	U	Y	T	N	T	C	V	T	E
K	Z	F	U	N	T	R	E	E	D	E	R	W	E
Y	A	A	A	C	T	E	I	B	D	R	E	P	V
O	M	M	V	M	A	I	R	R	W	M	E	Z	R
G	N	U	U	Q	I	T	T	L	E	P	Y	O	I
F	E	S	E	S	Q	L	I	E	D	X	F	P	R
J	A	E	R	S	E	O	L	O	R	V	T	Y	E
L	G	R	Q	J	J	R	O	E	N	W	U	I	B

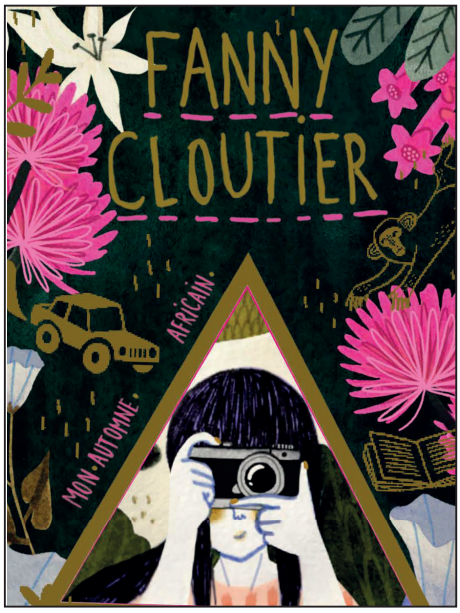
Réalisé par Olivia Lefebvre et Maé-Lou Poitras, classe de Jean-Pierre en 4e année

Littérature jeunesse

Par Émily Gaudet, classe de Jean-Pierre en 4e année

Fanny Cloutier, tome 4
Mon automne africain
Une histoire hypersensible
Autrices : Stéphanie Lapointe et Marianne Ferrer

C'est l'histoire d'une fille qui se nomme Fanny. Elle vit avec son père et elle va faire un voyage pour aller en Afrique afin de rencontrer sa grand-mère. Elle a un amoureux et elle décide de rompre avec lui, car elle est très loin. Rendue chez sa grand-mère, il y a trois assistantes et la patronne est sa grand-mère. Elle habite dans la forêt des Chimpanzés. Il y en a un qui meurt dans la nuit et il tente de trouver qui a causé sa mort. C'est un mystère.



Crédit photo: leslibraires.ca

La Chouette Librairie
Normande Boulay & Gaétan Bergeron, propriétaire
chouettelib@globetrotter.net
/La-Chouette-Librairie
338, rue St-Jérome Matane, Qc G4W 3B1
418 562-8464

Sortir du cadre

Par Kelly-Ann Gaudet-Allard, 6e année

Pour moi, être soi-même signifie de ne pas s'inventer une vie. Par exemple, essayer de faire genre qu'on est parfait ou qu'on a une vie parfaite, c'est tout le contraire d'être soi-même. Être soi-même, c'est de montrer sa vraie personnalité autant les meilleures qualités que les pires défauts. Sachez que tout le monde est parfait, peu importe leur mentalité, leur personnalité et leur physique. Ne jamais se comparer aux autres vous aidera certainement à vous aimer comme vous êtes.

Ce qui m'empêche d'être moi-même, c'est le regard des autres. Étant une fille sensible, les commentaires et les blagues sur mon physique ou juste sur mon être existentiel peuvent m'affecter. Être différente des autres est dans un sens merveilleux, mais maintenant dans cette société d'aujourd'hui, on peut faire face aux moqueries comme l'intimidation, etc. Souvent, elle veut qu'on entre dans les critères au niveau des orientations sexuelles. Si vous êtes une femme, vous devriez aimer les hommes ou les hommes doivent aimer les femmes. Sache que tu ne dois pas écouter ces clichés ou préjugés ! Imaginez-vous un monde que tout le monde est pareil, ça serait ennuyeux et blasant. Soyez content d'être différent et n'écoutez personne qui veut vous dire le contraire.

Ce qui m'aide à être moi-même, c'est d'écouter les conseils bienveillants des bonnes personnes autour de moi qui me veulent de la réussite et du bien. Faites le tri des personnes qui sont dans votre vie et posez-vous des questions du style : est-ce que cette personne me veut de mal ou du bonheur ? Quelles sont les émotions qu'elle m'apporte en général ? Après votre propre interrogatoire, vous verrez les vrais visages des gens. Le meilleur conseil que je peux vous donner, c'est d'ignorer les gens qui veulent vous mettre au plus bas et prenez compte des gens qui veulent vous mettre au plus haut !

Crédit photo : Marie-Hélène Bouillon

Vox Pop

Réalisé dans la classe d'Annie-Isabelle Caron en 5-6e année.

1. Que signifie pour toi, être toi-même ?
- ❍ Sans jugement
- ❍ Dans ta bulle tranquille et calme
- ❍ Faire ce que tu aimes
- ❍ Faire des choix à nous et non aux autres

2. Qu'est-ce qui t'empêche d'être toi-même ?
- ❍ L'influence des autres/amis
- ❍ Le jugement des autres
- ❍ Les images qui nous sont projetées (réseaux sociaux, TikTok)
- ❍ La jalousie
- ❍ La colère et la rage

3. Qu'est-ce qui t'aide à être toi-même ?
- ❍ Chose que j'aime
- ❍ Jouer avec les membres de ma famille
- ❍ T'exprimer
- ❍ Amis
- ❍ En parler
- ❍ T'entourer de gens bienveillants

Comité de Développement Local de la Rivière Blanche

Par Fernanda Pasqualetto

Montage photo : CDLRB

Chorale de Saint-Ulric

Par René Beaulieu, directeur

Invitation et recrutement pour la chorale de Noël 2022.

L'an dernier, après plus de 18 mois d'attente, nous étions prêts et enthousiastes à célébrer Noël 2021. Malheureusement, encore une fois à cause des risques pour la santé causés par la covid, nous avons dû annuler la présentation de notre programme de chants.

Malgré cette déception, c'est avec la plus grande joie que nous espérons, cette année, nous reprendre pour ce Noël 2022. Nous relançons alors notre invitation de vous joindre aux pratiques de chants pour la chorale de Noël.

Nos pratiques débuteront en novembre par des ateliers de 19 h à 20 h 30, lundi le 7 novembre, atelier pour les hommes et le mardi 8 novembre, atelier pour les dames. Toutes nos pratiques auront lieu à la sacristie. Les mises en commun, hommes et femmes, se feront les mardis à partir du 29 novembre.

Chanter, c'est un véritable bonheur, le faire en groupe, c'est un plaisir encore plus grand. N'hésitez pas et joignez-vous à la chorale ! Dès les premières pratiques, vous en aurez une meilleure idée et vivrez déjà de belles émotions. Pour des informations supplémentaires, vous pouvez me joindre au 418-737-4727 ou parler à un membre de la chorale pour connaître son expérience. Nous serons très heureux de vous accueillir.

Soyez les bienvenus et bienvenues !

Chemins de lumières

Par AJ Bordeleau

En cette saison d'automne où les couleurs sont au maximum de leur intensité, il faut penser qu'à travers toute l'année, la lumière s'illustre plus discrètement.
En gros c'est le printemps qui renaît avec son vert tendre.
L'été suit avec les fleurs en parterre et le vert dans les champs de culture.
L'automne avec le festival des couleurs en forêt.
Et, l'hiver recouvre tout avec son manteau de froid.
Mais à chaque jour des nuances et des teintes qui émerveillent.
La brume matinale du printemps et d'automne.
Le jaune vif des jonquilles en avril.
Le soya bruni de septembre.
Le voile blanc des premières gelées sur les toits.
Les masses jaunes des bouleaux gris en octobre.
Et l'orangé des mélèzes.
Le gris ennuyant des ciels de novembre.
Le firmament cloué des étoiles en juillet.
Les reliefs ouatés des cumulus des belles journées d'été.
Les menaçants nimbus avec les éclairs et le tonnerre.
Les arcs-en-ciel après l'orage ou l'averse.
Les couchers de feu sur l'horizon de l'ouest.
Les feux d'artifice des événements majeurs.
Le reflet argenté du fleuve en fin d'après-midi en revenant de Matane.
Les plumes des geais bleus qui cachent leurs noisettes.
Le temps des lilas.
Les vergers aux perles rouges.
Les arabesques des cheminées lors des premières attisées d'automne.
La couleur froide du vent qui rougit et blanchit la peau.
Le jaune, le rouge, l'orange qui dansent dans le foyer.
La coupe de vin rouge à l'apéro.
Pour conclure, laissez aller votre imagination…

Crédit photo : Suzanne B

Présentation d'artiste

Par Maé-Lou Poitras, classe de Jean-Pierre en 4e année

Sara Dufour, autrice, compositrice et interprète, native de Dolbeau-Mistassini, est une artiste très talentueuse. Elle chante entre autres, Baseball, Chez-nous c'est Ski-Doo, Chez Té-mile, Semi-route, semi-trail, Pareil et Chic-Chocs. Je suis récemment allée la voir en spectacle au Barachois de Matane et j'ai eu la chance de chanter sur scène avec elle et de la rencontrer par la suite.

Une artiste sympathique à découvrir !

Elle a même une chanson : La pro du bac brun afin d'inciter les gens à bien utiliser le bac de compostage !

Crédit photo : Marie-Hélène Bouillon

LES ENTREPRISES D'Auteuil ET FILS INC.
RBQ : 8000-3635-87
2909, av. du Centenaire
Saint-Ulric (Québec) G0J 3H0
418 737-4000 téléc. : 418 737-4040
info@entreprisesdauteuil.com
www.entreprisesdauteuil.com
Services offerts: En affaires de père en fils depuis 1976
• Entrepreneur général (génie civil)
• Installation septique
• Transport général et spécialisé
• Location équipements (machinerie lourde)
• Marteaux hydrauliques
• Vente d'agrégats divers
• Centre de conditionnement

COMMUNIQUÉ

LE DÉFI CHAÎNE DE VIE SOULIGNE L'INCROYABLE GÉNÉROSITÉ DES DONNEURS VIVANTS

QUÉBEC, le 10 octobre 2022 – Dans l'ensemble des régions du Québec, des donneurs vivants graviront 16 montagnes à titre de porte-étendards du Défi Chaîne de vie dans le cadre de la *Journée mondiale du don d'organes et de la greffe*. Ils poseront ce geste de solidarité pour appuyer l'éducation au don d'organes et de tissus en milieu scolaire. Des donneurs vivants provenant du reste du Canada, des États-Unis, de la France, et même du Népal, se joindront aussi au mouvement en portant fièrement le drapeau Chaîne de vie au sommet de leur montagne respective.

«Nous invitons toute la population à se joindre aux porte-étendards de leur région les 15 ou 16 octobre prochain pour participer, en famille ou entre amis, à cette grande activité humaine qui vise à bâtir une société en santé, mentionne Isabelle Maréchal, marraine du Défi Chaîne de vie. *Ces gestes de bienveillance permettent d'encourager ce grand mouvement pour l'éducation au don d'organes et de tissus en milieu scolaire tout en donnant de l'espoir aux personnes en attente d'une greffe.»*

L'IMPORTANCE DU DON VIVANT

L'insuffisance rénale, qui peut être causée par des maladies ou conditions comme le diabète, l'hypertension, l'hérédité, les infections ou les interactions entre certains médicaments, est la 10e cause de décès au Canada [i], touchant une personne sur 10 [ii]. Puisqu'on ne guérit pas de l'insuffisance rénale, de nombreuses personnes doivent éventuellement recourir à la transplantation. Sur les 888 personnes actuellement sur la liste d'attente pour un organe au Québec, 620 personnes sont en attente d'un rein, soit 70 % [iii].

En 2020, 28 % des transplantations rénales ont été rendues possibles grâce à des donneurs vivants [iv]. La promotion du don vivant est donc une avenue prometteuse pour réduire la liste d'attente, autant pour les greffes de rein, que celles des lobes de foie ou des cellules souches. Qu'il soit pour un proche, pour un don croisé ou pour un don altruiste, le don vivant constitue une alternative de plus en plus recherchée par le corps médical puisque de nombreux bienfaits, dont la réduction du temps d'attente pour avoir un organe et une plus grande longévité, découlent de ce grand geste de générosité. Au Québec en 2021, 75 personnes ont fait un don vivant [v], plaçant la province en queue de peloton pour les dons vivants au Canada [vi].

PRENDRE LE TEMPS DE S'EN PARLER EN FAMILLE

«Depuis près de 10 ans, le programme éducatif Chaîne de vie éduque les élèves de 15 à 17 ans à l'importance du don d'organes et de tissus en leur en présentant de manière responsable les différents enjeux,» explique Lucie Dumont présidente et fondatrice de Chaîne de vie. *Il fait vivre aux élèves des activités pédagogiques propices à la construction d'une opinion éclairée au regard du don d'organes et de tissus pour ensuite leur permettre de poser une action citoyenne : avoir une discussion en famille. C'est en misant sur le pouvoir incroyable des jeunes en tant qu'ambassadeurs et acteurs de changement qu'on croit pouvoir créer une réelle culture du don au sein de la société québécoise,»* conclut Madame Dumont.

«La vie peut parfois ne tenir qu'à un fil ou à quelques jours comme ce fût mon cas, souligne Thierry Houillon, parrain du Défi Chaîne de vie et greffé d'un foie. *Mais aujourd'hui, les donneurs vivants ont le super pouvoir de sauver des personnes qui, comme moi, ont besoin d'un nouvel organe pour rester en vie. Mais avant d'arriver à vouloir faire un tel geste de générosité, il faut commencer par avoir une conversation sur le don d'organes. C'est que ce fait Chaîne de vie.*

«Les donneurs de cellules souches ou d'un don vivant (rein, lobe de foie) méritent toute notre reconnaissance et admiration pour ce geste de grande générosité, mentionne Jean-Pierre Léger, vice-président de la Fondation de la famille Léger, partenaire principal du Défi Chaîne de vie. *Merci de mettre en lumière ce maillon clé de la chaîne de vie cette année. Aussi, je profite de l'occasion pour remercier tous les enseignants Chaîne de vie qui éduquent nos jeunes sur la question du don d'organes et de tissus en milieu scolaire : une mission éducative qui me tient beaucoup à cœur!»*

CHAÎNE DE VIE, UN ORGANISME QUI CONTRIBUE À SAUVER DES VIES

Chaîne de vie est un organisme de bienfaisance qui repose presque entièrement sur les dons du public reçus dans le cadre du Défi Chaîne de vie pour réaliser sa mission principale d'éduquer les jeunes au don d'organes et de tissus dans les écoles d'enseignement au secondaire. Il contribue ainsi à sauver des vies. De plus, il amène les jeunes à prendre conscience de la valeur inestimable d'un corps en santé et de l'importance cruciale d'adopter de saines habitudes de vie.

Le programme de Chaîne de vie est présentement enseigné dans une centaine d'écoles du Québec et près de 100 000 jeunes ont été touchés par son message. Les plus grands spécialistes en éducation et en transplantation participent à la création de son contenu.

POUR EN SAVOIR PLUS :

Vidéo de promotion du Défi Chaîne de vie : vimeo.com/751392294
Pour s'inscrire au Défi Chaîne de vie ou pour faire un don : chainedevie.org
Facebook : www.facebook.com/OrganismeChainedevie
Instagram : instagram.com/chainedevie
Twitter : twitter.com/ChainedeVie
Youtube: youtube.com/channel/UCIyYp2WXNhqyOuDlEQZh4iw
#ChaineDeVie #dondorganes

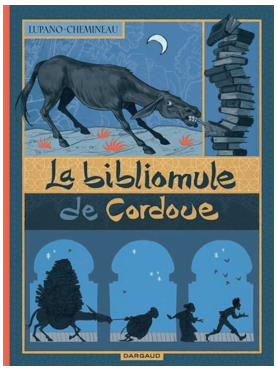
Pour plus d'information ou pour planifier une entrevue :
Sophie Allard, ARP
Directrice des communications
Chaîne de vie
514 808-9474 ou
sophieallard@chainedevie.org

[i] https://rein.ca/KFOC/media/images/Face-aux-faits-2020.pdf
[ii] https://rein.ca/La-sante-renale/Nouvellement-diagnostique/Facteurs-de-risque/etes-vous-a-risque
[iii] Transplant Québec, 2021.
[iv] Rapport électronique sur les statistiques relatives aux transplantations, aux listes d'attente et aux donneurs 2018 du RCITO, http://www.cihi.ca/sites/default/files/document/corr-estatistics-2018-frweb.xlsx
[v] Institut canadien d'information sur la santé. Traitement du stade terminal de l'insuffisance organique au Canada, Registre canadien des insuffisances et des transplantations d'organes, 2011 à 2020 : donneurs — tableaux de données. Ottawa, ON : ICIS; 2021. https://www.cihi.ca/fr/transplantations-dorganes-au-canada-statistiques-annuelles-du-rcito
[vi] Transplant Québec, 2021.

Les bouquineries
Par Anick Arsenault

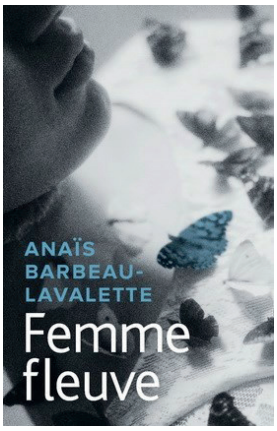
La bibliomule de Cordoue
de Lupano et Chemineau

Dans cette bande dessinée qui se passe en 976, un eunuque, son apprenti et une copiste traversent l'Espagne en tentant de sauver des livres des flammes. C'est qu'un des vizirs du nouveau calife a ordonné de brûler la bibliothèque de Cordoue !



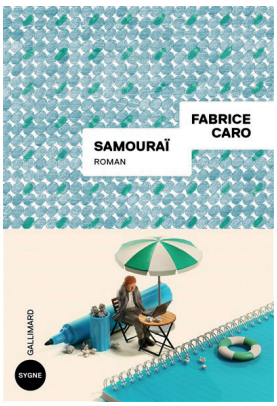
Femme fleuve
d'Anaïs Barbeau-Lavalette

Après nous avoir offert *Je voudrais qu'on m'efface*, *Embrasser Yasser Arafat*, *La femme qui fuit* et *Femme forêt*, l'autrice revient avec un roman d'amour et de désirs sur les liens qui rendent une rencontre entre deux personnes unique et importante.



Samouraï
De Fabrice Caro

Nouvellement célibataire, Alan essaie d'écrire un roman sérieux tout en s'occupant de la piscine de ses voisins partis en vacances. Mais un insecte nommé notonecte commence à s'y installer.



Crédits photo: Courtoisie

Crédit photo : Nathalie Kin

Chronique Café
Par Carolane Asselin

Le «pourover», en 9 étapes faciles.
Vous avez peut-être déjà vu la cafetière «pourover», objet de verre à l'apparence inusitée. On croirait pouvoir retrouver sa forme arrondie dans un laboratoire, mais il s'agit bien d'un article de cuisine.

Voici les étapes à suivre pour réussir à préparer un bon café avec la méthode «pourover».

1. Utilisez un ratio café : eau de 1:16.
2. Mettez l'eau à bouillir dans une bouilloire à col de cygne (préférablement).
3. Moulez le café en utilisant le réglage moyen pour cafetière à filtre.
4. Placez votre filtre en métal ou papier dans la cafetière.
5. Si vous utilisez un filtre en papier, mouillez-le avec de l'eau chaude pour enlever le goût du papier, et jetez celle-ci.
6. Placez le café dans le filtre et égalisez la surface.
7. Mettez la cafetière sur la balance avec un linge ou un tampon isolant entre les deux.
8. Lorsque l'eau atteint 94-96C, verser une quantité d'eau équivalente à 2 fois le poids du café pour faire la préinfusion. Verser en mouvement circulaire pour mouiller tout le café. Avec une cuillère, vous pouvez agiter le café pour vous assurer qu'il soit bien mouillé.
9. Attendez 45 secondes puis versez l'eau en salves de 100 g puis attendez 15 s à chaque fois, et répétez jusqu'à avoir versé toute l'eau.

Il est maintenant temps de déguster votre meilleur café dans votre tasse préférée.

Crédit photo : Calvin Craig, Unsplash

Mgr-Belzile sous la loupe

Par Marie-Hélène Bouillon, agente de réadaptation

Le 20 novembre prochain sera la journée internationale des droits des enfants. Nous avons la chance au quotidien de les accompagner, de les soutenir, de les écouter et de les comprendre. Ils sont notre avenir et notre demain !

La dernière journée de septembre a été occupée entre les murs de l'école. Avec la collaboration du Comité culturel nous avons accueilli VoRo, artiste-bédéiste, Angèle Laferrière et Véronique Boucher pour divers ateliers dans le cadre des journées de la culture. Un succès sur toute la ligne !

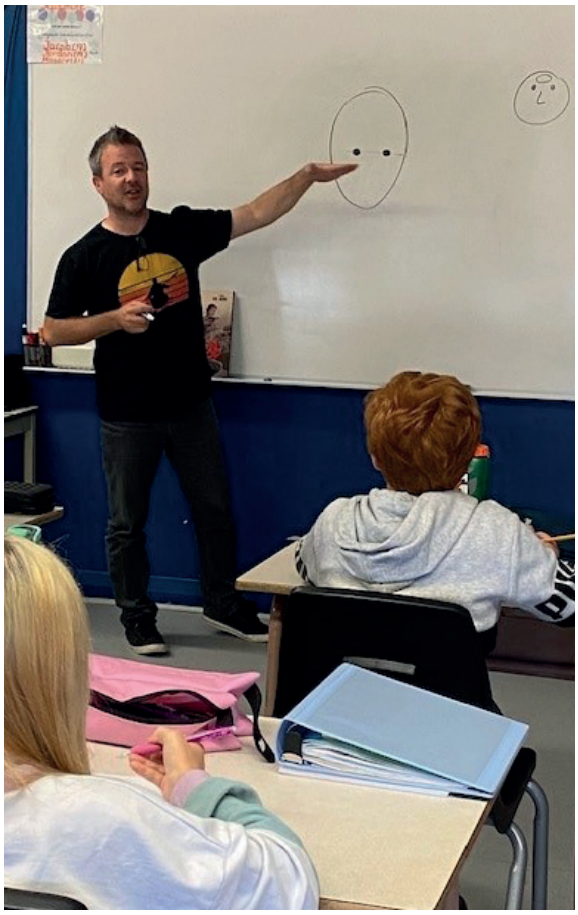
Qu'est-ce qui se passe à l'école ? Étrangement, durant les dernières semaines, des engins de chantier sont venus retirer des parties de bitume… surveillez la page Facebook de l'école, il est possible que notre cour ait débuté une cure de jeunesse.

Durant le mois d'octobre dernier, nous avons débuté le parascolaire en collaboration avec le Comité culturel de Saint-Ulric. Un très grand merci à madame Angèle qui offre de son temps afin d'initier les jeunes au clavier et à l'écriture. Un merci au Comité culturel pour le prêt du matériel. Une première cohorte pour l'automne et nous verrons pour la suite des choses au retour en janvier. Enfin, un merci à Stéphanie Chassé, notre technicienne en éducation spécialisée, qui coordonne le tout avec brio.

À bientôt !

Crédit photo : Marie-Hélène Bouillon

Crédit photo : Marie-Hélène Bouillon



Crédit photo : Marie-Hélène Bouillon

Être soi-même

Par Émy Keighan-Bossé, 6e année

Crédits photo : Marie-Hélène Bouillon

Que signifie pour toi, être toi-même ?
C'est que tu peux choisir ta personnalité. Ce que tu aimes. Tu n'as pas besoin des autres. Tu peux aimer un chat et l'autre aime un chien. Tu aimes ce que tu veux. C'est toi qui choisis.

Qu'est-ce qui t'empêche d'être toi-même ?
Il n'y a rien qui m'empêche vraiment. Parfois, le manque d'attention quand tu es petit. Tes parents te forcent à choisir ta propre personnalité selon la leur ou à faire des choix pour ton avenir (ex. : devenir docteur).

Qu'est-ce qui t'aide à être toi-même ?
Surtout ce que j'aime, ce qui est beau. Je le choisis. Tes intérêts, parfois les amis, parfois non. Ça dépend. Les réseaux sociaux aussi m'aident, car tu peux trouver des gens qui te ressemblent. Tout dépend de toi !

Calendrier des événements

NOVEMBRE 2022 Calendrier

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
		1 Sport 50+ AM	2 Gym Cerveau 50+ PM Badminton	3 Yoga	4	5
6	7 Séance du conseil Chorale Réunion Fermières	8 Chorale Sport 50+ AM	9 Gym Cerveau 50+ PM Badminton	10	11	12
13	14 Chorale	15 Chorale Sport 50+ AM CDLRB Ulricois Date de tombée Consultation publique plan de développement de Saint-Ulric	16 Gym Cerveau 50+ PM Badminton	17 Yoga	18	19
20	21 Chorale	22 Chorale Sport 50+ AM	23 Gym Cerveau 50+ PM Badminton	24 Yoga	25	26
27	28 Chorale	29 Chorale Sport 50+ AM	30 Gym Cerveau 50+ PM Badminton			

Ce projet est réalisé grâce au soutien financier du gouvernement du Québec

Québec