

LE TRAIT D'UNION

volume 49, numéro 08; octobre 2024



LIVRE EN FÊTE! p.7



**Club Les Belles pistes
du Rocher blanc inc.**

462, rang de la Croix
Saint-Bruno
418 492-7421

Service de restauration

Pistes de ski de fond
Raquettes
ON VOUS ATTEND EN GRAND NOMBRE



**Clinique auditive
Kamouraska**

MAGGIE CARON AUDIOPROTHÉSISTE



1 PERSONNE SUR 2
AGÉE DE 70 ANS ET PLUS



PRÉSENTE UNE
PERTE AUDITIVE

PRENEZ RENDEZ-VOUS AU
418 308-1489
POUR UN DÉPISTAGE AUDITIF
OFFERT SANS FRAIS EN TOUT TEMPS!



489, AVENUE
D'ANJOU
SAINT-PASCAL

Ce journal communautaire est publié par :
Le Trait d'Union de Saint-Bruno inc.
4, du Couvent
Saint-Bruno-de-Kamouraska (Québec) G0L 2M0
Téléphone : (418) 492-5178

Courriel: trdunion@globetrotter.net
Pour consultation: www.stbrunokamouraska.ca

Dépôt légal

Bibliothèque nationale du Québec
Bibliothèque nationale du Canada
ISSN 1197-4087

Politique du journal

Tout article pouvant porter une atteinte personnelle ne sera pas publié.

Le journal se réserve le droit de modifier, en tout ou en partie, les articles, et ce, tout en y respectant la teneur et le sens.

Distribution du journal

La distribution du journal s'effectue gratuitement par la poste dans tous les foyers de Saint-Bruno.

Abonnement

Le coût de l'abonnement est de 25 \$ par année pour les abonnés à l'extérieur de la municipalité ou pour toute autre personne ou organisme désirant s'abonner. L'abonnement se termine le 31 décembre de chaque année.

Tirage

Le Trait d'Union a un tirage de 310 exemplaires, certifié par l'Association des médias écrits communautaires du Québec.

Tombée : 20 octobre 2024

Conseil d'administration

Présidente : Constance Gagné, 492-5178
Vice-présidente : Micheline Dionne 492-5281
Trésorière : Sonia Gagné, 492-3779
Secrétaire : Claudette Rivard 492-1612
Directrice : Valéry Lavoie 514-971-6948

L'Équipe du journal

Rédacteur en chef Équipe du journal

Traitement de texte et montage

Sonia Gagné

Collaboration

Municipalité Saint-Bruno	Constance Gagné
Fabrique	Guylaine Saint-Pierre
Claire Ouellet	Valéry Lavoie
Comité des Loisirs	

Sommaire :

Page 3 : Chronique éditoriale

Page 4 : Nouvel inspecteur - Subvention de la MRC
Place de l'église

Page 5-6 : Chronique municipale - Club les Belles-Pistes

Page 7 : Biblio

Page 8-9 : Chronique culinaire

Page 9 : 50 ans et plus

Page 10 : Halloween - Effectif scolaire

Page 11 : Découverte des champignons au parc

Page 12-13 : Astuces de nettoyage

Page 14 : Horaires d'ouverture

Page 15 -16: Commenditaires

Saint-Bruno : zone bleue ?

J'ai regardé récemment une série documentaire sur les zones bleues, ces endroits du monde où se trouve une concentration importante de centenaires bien portants. Au fil des épisodes, l'équipe de tournage parcourt les continents afin de comprendre comment les aînés des zones bleues arrivent à maintenir leur santé jusqu'à 100, 102 ou 105 ans. Que font-ils, que mangent-ils pour que leur corps conserve souplesse, force et équilibre et que leur esprit conserve vivacité, mémoire et concentration ? Qu'est-ce qui leur permet de garder la forme physique et mentale pendant plus d'un siècle ?

Un cow-boy du Costa Rica m'a beaucoup impressionnée. Un monsieur de 100 ans, bien droit sur son cheval, gère ses troupeaux comme si c'était la chose la plus naturelle du monde. C'est grâce à lui que j'ai pensé vous dévoiler (si vous n'avez pas vu la série) ou vous rappeler (si vous l'avez vue) quelques-uns des secrets de ces aînés remarquables.

Qu'est-ce qui se passe dans les zones bleues pour que les gens y vivent en santé plus longtemps qu'ailleurs ?

L'exercice physique intégré à la vie quotidienne. Deux exemples me reviennent en mémoire. Dans un village du Japon, on cultive soi-même ses légumes, et ce jardinage oblige à se pencher et à se relever des dizaines de fois par jour. Il y a aussi ce village d'Italie bâti à flanc de montagne, où les habitants doivent monter ou descendre les pentes du terrain dans chacun de leurs déplacements, ce qui éloigne les maladies cardiaques et bien d'autres troubles.

La consommation de végétaux. Qu'il s'agisse de légumes racines, de patates douces, de fines herbes, de noix, de graines, de légumineuses et de tous les fruits et légumes imaginables, l'alimentation comprenant plus de végétaux et moins de viande est gagnante. Bien entendu, la cuisine maison joue un rôle important, car on y trouve ce qu'on y met, n'est-ce pas ?

La vie sociale. Les aînés en bonne forme rencontrés dans les zones bleues sont entourés par les membres de leur famille ou de leur communauté. Ils se sentent

soutenus et intégrés à un groupe. La solitude n'a pas sa place dans leur vie.

Un but dans vie. Avoir une raison de se lever le matin est un gage de longévité. Pour certains, c'est le travail, le bénévolat, le jardinage, pour d'autres, ce sont les services rendus à la famille ou aux voisins. Se sentir utile, voilà un élément clé d'une vie longue et saine.

Prendre le temps de danser et de rire en bonne compagnie. Le fait de ralentir et de saisir les occasions de s'amuser et de socialiser contribue à une bonne santé.

Cette liste incomplète présente les principaux éléments que j'ai retenus sur le mode de vie des habitants des zones bleues. J'aurais pu ajouter qu'une vie proche de la nature, dans un endroit sans pollution, a plus de chances de se prolonger.

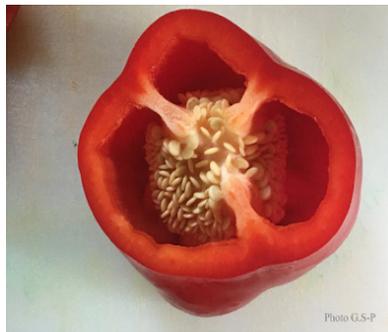
Nous aimerions tous vivre longtemps et en santé. Mais qu'en est-il de Saint-Bruno-de-Kamouraska ? Est-ce une zone bleue ? Avons-nous un grand nombre de centenaires en santé ?

Je ne crois pas que ce soit le cas, mais rien n'est perdu. Posons-nous les questions suivantes : pourrions-nous faire de notre village une zone bleue ? Pourrions-nous changer notre mode de vie de façon à améliorer notre santé ? Serions-nous prêts à nous déplacer à pied le plus souvent possible ? Serions-nous prêts à abandonner les boissons gazeuses et les biscuits sucrés industriels ? Serions-nous d'accord pour cuisiner nous-mêmes tous les jours ? Serions-nous disposés à sortir de chez nous pour rencontrer des gens et passer du bon temps ?

Chaque pas dans cette direction peut faire baisser la facture des soins de santé, ce qui n'est pas banal dans le Québec d'aujourd'hui. Plusieurs d'entre nous ont déjà adopté un mode de vie sain et garant d'une bonne santé à long terme. Et si on si mettait tous ?

Saint-Bruno-de-Kamouraska, une zone bleue... Pourquoi pas ?

Guylaine Saint-Pierre



Tout commence quand on fait germer une petite graine



Nouvel inspecteur

Bienvenue à David Veillette, nouvel inspecteur des permis à Saint-Bruno-de-Kamouraska

Nous sommes ravis d'annoncer l'arrivée de M. David Veillette en tant que nouvel inspecteur des permis pour notre municipalité. M. Veillette, fort d'une vaste expérience dans le domaine, sera présent au bureau de Saint-Bruno-de-Kamouraska tous les mercredis de 8 h 30 à 11 h 30. Il sera à votre disposition pour répondre à vos questions et vous accompagner dans vos démarches administratives liées aux permis et à la réglementation municipale.

Son engagement à offrir un service de qualité et à veiller au respect des règlements en vigueur est une garantie de professionnalisme et de rigueur pour notre communauté. Nous lui souhaitons la bienvenue et sommes convaincus qu'il apportera une contribution précieuse à notre municipalité.

Pour toute question ou demande d'information concernant les permis ou la réglementation en vigueur, n'hésitez pas à venir rencontrer M. Veillette lors de ses heures de permanence.

Coordonnées de M. David Veillette :
Téléphone : (418) 492-1660 poste 225
Courriel : dveillette@mrckamouraska.com

Valéry Lavoie
Agente de développement



Subvention de 1a MRC

Chères citoyennes, chers citoyens,

C'est avec un grand enthousiasme que je vous annonce que notre municipalité a reçu une subvention de la MRC dans le cadre du programme **Fonds régions et ruralité (FRR)**. Cette aide financière sera utilisée pour la mise à niveau des installations sportives dans notre parc, afin d'offrir des équipements de qualité et des installations adéquates à tous nos usagers.

Nous travaillons également sur d'autres subventions pour soutenir davantage de projets au sein de notre communauté. En attendant, je suis heureuse de vous rappeler que notre cours de zumba se poursuit tous les mardis jusqu'au mois de décembre. C'est une belle occasion de se rassembler et de rester actif !

Pour améliorer la communication entre nous, à l'entrée du bureau de poste, nous avons installé un babillard où vous trouverez des informations pertinentes ainsi qu'une boîte aux lettres noire et nous vous invitons à y déposer vos suggestions. Nous prévoyons également réaliser un sondage afin de mieux cerner vos besoins ainsi que vos attentes.

N'hésitez pas à me contacter directement par téléphone ou par courriel au besoin. Votre participation est essentielle pour construire ensemble une municipalité dynamique et accueillante.

Merci de votre engagement !

Valéry Lavoie
Agente de développement
Téléphone : 418 492-2612, poste 221
developpement@stbrunokamouraska.ca
www.stbrunokamouraska.ca
321, rue de l'Église, bureau 1
Saint-Bruno-de-Kamouraska
(Québec) G0L 2M0

Place de l'Église



Messes du
mois d'octobre

Jour	Date	Intentions	Par
Dimanche 11 h	6	Défunt Camille Bernier	Gérald St-Pierre
Dimanche 11 h	22	Parents défunts	Claudette Rivard



Chronique municipale

Séance extraordinaire du 3 septembre 2024 :

Compte-rendu de la séance extraordinaire du 3 septembre 2024

Lors de la séance extraordinaire du 3 septembre 2024, la municipalité de Saint-Bruno-de-Kamouraska a pris des décisions importantes visant à améliorer les infrastructures locales et à soutenir le développement communautaire.

Demande d'aide financière pour les installations sportives

La municipalité a officiellement déposé une demande d'aide financière non remboursable au Fonds Régions et Ruralité (FRR), dans le cadre du Volet 2 de la MRC de Kamouraska. Ce projet, visant à moderniser les installations sportives locales, s'inscrit dans le plan global de développement de la municipalité et répond aux priorités d'intervention du FRR pour l'année. L'objectif est d'améliorer la qualité de vie des citoyens en offrant des infrastructures sportives modernes et accessibles à tous.

Afin de concrétiser ce projet, la municipalité s'est engagée à fournir les fonds complémentaires nécessaires et a également prévu un budget dédié à l'entretien des nouvelles infrastructures. Le conseil municipal a autorisé la greffière-trésorière adjointe

et le maire à signer la convention d'aide financière avec la MRC de Kamouraska, marquant ainsi une étape cruciale vers la réalisation de ce projet.

Réparations du tracteur Kubota

Par ailleurs, le conseil a été informé d'un bris majeur affectant le tracteur Kubota, indispensable pour les travaux de voirie et de déneigement dans la municipalité. Le garage N. Thiboutot Inc. a soumis une estimation de 8 951,43 \$ plus taxes pour les réparations nécessaires. Face à l'importance de cet équipement pour le bon fonctionnement des services municipaux, le conseil a approuvé à l'unanimité cette soumission, permettant ainsi de remettre rapidement le tracteur en service.

Procès-verbaux

Les procès-verbaux complets de cette séance sont disponibles sur le site web de la municipalité.

Valéry Lavoie

Agente de développement,

Municipalité de Saint-Bruno-de-Kamouraska

Saint-Bruno-de-Kamouraska : Compte-rendu de la séance du conseil municipal du 9 septembre 2024

Le 9 septembre 2024, la Municipalité de Saint-Bruno-de-Kamouraska a tenu une séance ordinaire de son conseil municipal. Plusieurs sujets d'importance ont été abordés.

Adoption des comptes

Le conseil a adopté la liste des dépenses incompressibles pour la période du 1er au 31 août 2024, totalisant 105 599,25 \$.

Règlement sur les travaux de la rue des Pins

Madame Julie Nadeau, conseillère municipale, a déposé un avis de motion pour le projet de règlement numéro 266-2024, qui concerne la répartition des travaux de la rue des Pins et les modalités de remboursement à la Municipalité.

Demande d'aide financière pour la voirie locale

Le conseil a voté à l'unanimité une résolution visant à soumettre une demande d'aide financière dans le cadre du Programme d'aide à la voirie locale (PAVL), afin de financer le pavage d'une section du Rang du Nord. Madame Roxanne Morin, greffière-trésorière adjointe, a été mandatée pour signer les documents requis.

Nominations de fonctionnaires

Le conseil a nommé Monsieur David Veillette comme fonctionnaire responsable de la délivrance des permis et certificats liés à l'urbanisme. De plus, mesdames Janie Roy-Mailloux, Hélène Lévesque et monsieur Thibaut Trapé ont été désignés comme inspecteurs en bâtiment et en environnement, et fonctionnaires adjoints pour l'application de la réglementation d'urbanisme. Jusqu'au 6 septembre 2024, madame Marie-Ève Mainville et messieurs Liam Verville et Louis Chouinard assureront temporairement les mêmes fonctions.

Maintien des services Desjardins en région

Le conseil a adopté une résolution pour demander à Desjardins de maintenir les services de proximité tels que les comptoirs et guichets automatiques, afin d'assurer l'accessibilité des services financiers pour les citoyens de la région.

Soutien à la réfection de la piscine du Cégep de La Pocatière

Une résolution de soutien a été adoptée pour appuyer la Ville de La Pocatière dans son projet de réfection de la piscine du Cégep.

Autre soutien

Le conseil a également accordé un soutien financier au Club de VTT Les Manie-Aques de Woodbridge par l'achat d'une publicité dans leur dépliant.

Informations diverses

- **Voirie / Matières résiduelles** : Plusieurs rencontres ont eu lieu avec la Régie intermunicipale des matières résiduelles du Kamouraska.
- **Administration et développement** : Valéry Lavoie, agente de développement, a soumis le projet FRR à la MRC de Kamouraska.
- **Comité d'embellissement / Mycologie** : Valéry Lavoie travaille avec Madame Monique Lagacé pour lancer un projet mycologique dans le Parc de l'Église.
- **Sécurité publique / Incendie / Changements climatiques** : La mise à jour du plan de sécurité civile progresse bien.
- **Bibliothèque** : La bibliothèque sera ouverte tous les mercredis jusqu'à Noël.
- **Comité des loisirs / Art et culture** : Le «Sentier de l'horreur» sera de retour le 26 octobre 2024 à 19 h. Surveillez les invitations dans les prochaines semaines.

Les procès-verbaux complets sont disponibles sur le site internet de la municipalité.



Voici la nouvelle tarification pour l'hiver 24-25

Droit d'accès annuel vendu le 31 octobre 2024 ou avant	415 \$
Droit d'accès annuel vendu entre le 1 ^{er} novembre et le 9 décembre 2024	440 \$
Droit d'accès annuel vendu après le 9 décembre 2024	530 \$
Droit d'accès annuel vendu en sentier	900 \$
Droit d'accès annuel pour motoneige antique	400 \$
Droit d'accès annuel pour motoneige de location	650 \$
Droit d'accès sept (7) jours	285 \$
Droit d'accès trois (3) jours	185 \$
Droit d'accès un (1) jour	95 \$

Quel bel été nous avons eu! Maintenant l'heure est au bilan. Le tout a débuté le 25 mai avec l'Assemblée générale annuelle du Réseau Biblio du Bas St-Laurent. Pour nous, c'est un moment très attendu car c'est le dévoilement de nos statistiques. Encore cette année, nous sommes dans le top 5 des 23 bibliothèques desservant de 500 à 999 habitants. Ce qui représente pour nous 1722 prêts, toute catégorie confondue. Il est à noter que les prêts numériques ont tendance à augmenter à chaque année. Cette année le nombre de prêts numériques a dépassé la barre des 200. Votre implication est notre source de motivation. Bravo à tous nos abonnés pour cette belle performance et bienvenue au nouveau.



Durant la période estivale nous avons offert au Camp de jour, trois animations littéraires par le biais du Club de lecture d'été TD. Merci à notre super animatrice Mme Sophie Paré qui a su si bien susciter l'intérêt de nos jeunes par ses choix diversifiés de lecture intercalé d'activités ludiques appropriés. À sa manière elle a transmis à nos participants son amour de la lecture et partager avec eux le plaisir d'apprendre. Notre gagnante locale est Alice Bérubé et recevra un livre adapté à son âge. De plus, trois grands prix de 150\$ en livres seront offerts parmi tous les participants au niveau régional. Le tirage aura lieu au mois d'octobre. Bonne chance à nos participants. Merci également à nos animatrices du camp de jour pour leur précieuse collaboration ainsi qu'à nos bénévoles du comité bibliothèque impliquées dans cette belle aventure. On se dit à l'an prochain pour une nouvelle édition!

Bon départ pour la rentrée scolaire avec l'activité « Livre en Fête » qui a eu lieu dans le parc de l'Église, vendredi le 6 septembre, sous une météo très clément. Une belle occasion de sortir la bibliothèque de ses murs et d'aller à la rencontre de tous nos jeunes abonnés en s'amusant avec des jeux extérieurs grands formats avec alternance de trois animations de lecture adaptée au niveau des jeunes. Merci à Éma Chuzeville (l'animatrice du Réseau) pour ses magnifiques choix de lecture, à la constante implication des enseignants et à la générosité des bénévoles (Constance Gagné, Johanne Lévesque et Jacques Corriveau) qui ont fait de cette activité une réussite complète. Ce fut l'occasion de mettre de l'avant l'amour de la lecture auprès de nos jeunes.

Encore cette année la rentrée scolaire rime avec rentrée littéraire. Celle-ci s'avère riche en surprises et très diversifiée pour nos écrivains québécois: Kev Lambert, Marie Laberge, Dominique Bertrand, Louise Tremblay D'Essiambre et Patrick Sénécal n'en sont que quelques-uns. Il faudra surveiller leur sortie en librairie. À vous de les découvrir par le biais des demandes spéciales. La littérature québécoise a de quoi vous surprendre, vous émouvoir. Moi, cet été j'ai découvert Roxanne Bouchard : « NOUS ÉTIIONS LE SEL DE LA MER », recommandé par une amie. Ayoye! quel bon roman policier dont l'action se déroule en Gaspésie, une fois commencé, il est difficile de s'en détacher. Maintenant à vous de nous témoigner vos coups de cœur, il nous fera plaisir d'afficher la page couverture sur notre babillard, pour le plaisir de partager nos lectures!

Pour terminer, j'aimerais vous annoncer l'arrivée de Mme Claudette Rivard dans notre équipe de bénévoles, nous lui souhaitons la bienvenue. Toute l'équipe de votre bibliothèque municipale est prête à entamer l'automne en force, nous sommes à organiser les activités d'animation pour 2024 – 2025 et bientôt j'aurai le plaisir de vous les dévoiler. Notez la reprise de l'horaire régulier, tous les mercredis de 18 h 30 à 20 h et ce jusqu'au mercredi 18 décembre. C'est un rendez-vous!

Diane Cardin, responsable

Chronique culinaire

Salade d'automne, vinaigrette crémeuse érable et balsamique

Préparation: 15 minutes. Cuisson : 15 minutes.
Quantité: 4 portions Sans œuf / sans gluten

8 tranches de bacon
1 contenant de mélange de laitues printanier de 142 g
1 contenant de feta de 200 g, émietée
180 ml (¾ de tasse) de pacanes
2 pommes Gala coupées en quartiers
1 petit oignon rouge émincé

Pour la vinaigrette:

1/4 de tasse de sirop d'érable
1/4 de tasse de persil frais haché ou 10 ml (2 c. à thé) de persil séché
3 c. à soupe de mayonnaise
2 c. à soupe d'huile d'olive
2 c. à soupe de vinaigre balsamique
1 c. à soupe de moutarde à l'ancienne
Sel et poivre du moulin au goût

1. Préchauffer le four à 180 °C (350 °F)
2. Sur une plaque de cuisson tapissée de papier parchemin, déposer les tranches de bacon côte à côte.
3. Cuire au four de 12 à 15 minutes en retournant les tranches à mi-cuisson, jusqu'à ce qu'elles soient croustillantes. Retirer du four et laisser tiédir. Éponger les tranches à l'aide de papier absorbant, puis les casser en morceaux.
4. Dans un saladier, mélanger les ingrédients de la vinaigrette.
5. Ajouter le mélange de laitues printanier, la feta, les pacanes, les pommes, l'oignon rouge et le bacon dans le saladier. Remuer.

Source :



Spaghetti aux courgettes, sauce à la viande

Préparation : 15 minutes Cuisson : 20 minutes
Quantité : 6 portions Sans noix / sans œuf / se congèle

340 g (3/4 de lb) de spaghettis secs
450g (1lb) de porc haché maigre
500 ml (2 tasses) de sauce tomate aux quatre fromages
2 petites courgettes râpées
375 ml (1 ½ tasse) de cheddar marbré râpé



1. Dans la même casserole, chauffer un peu d'huile d'olive à feu moyen. Cuire le porc haché et l'oignon de 5 à 7 minutes en égrainant la viande, jusqu'à ce qu'elle ait perdu sa teinte rosée.
2. Verser la sauce et porter à ébullition en remuant. Ajouter les courgettes et cuire 1 minute.
3. Remettre les pâtes dans la casserole et chauffer 1 minute en remuant.
4. Transvider la préparation dans un plat de cuisson et couvrir de cheddar.
5. Préchauffer le four à la position "grill "(broil).
6. Cuire au four de 2 à 3 minutes, jusqu'à ce que le fromage soit doré.

Source :



Duo de compotes de pommes aux fruits

Quantité : 2 % tasses de chaque sorte

Sans lactose / sans noix / sans œuf / sans gluten /
se congèle.

Pour la compote pommes-bleuets:

4 tasses de pommes pelées et coupées en cubes
2 tasses de bleuets
1/3 de tasse d'eau
1/4 de tasse de sucre
1/2 c. à soupe de jus de citron frais

Pour la compote pommes-fraises:

4 tasses de pommes pelées et coupées en cubes
2 tasses de fraises
1/3 de tasse d'eau
1/4 de tasse de sucre
1/2 c. à soupe de jus de citron frais

1. Dans deux casseroles, mélanger séparément les ingrédients des compotes. Porter à ébullition à feu moyen-élevé, puis couvrir et laisser mijoter de 20 à 25 minutes à feu doux, en remuant régulièrement. Retirer du feu.

2. Si désiré, mélanger chaque compote à l'aide du mélangeur à main jusqu'à ce qu'elle soit lisse.

Source :



Valéry Lavoie

À VENDRE

Fauteuil de rotin
brun suspendu

PRIX: 25 \$

TÉL. 418-492-9271



Nouvelles des 50 ans et plus

Comme annoncé le mois dernier, la campagne de renouvellement et de recrutement commence en octobre. Les membres du C.A. vous contacteront bientôt. Si vous connaissez quelqu'un qui n'est pas encore membre et qui est intéressé, je vous invite à nous le faire savoir et nous le contacterons.

Ne vous gênez pas à nous faire connaître vos attentes envers le Club. Les membres du C.A. sont ouverts à vos suggestions.

Je profite de l'occasion pour souhaiter un bon anniversaire aux membres suivants :

Anniversaire septembre

Johanne Deschênes 26

Anniversaire d'octobre

Stéphane Lizotte 5

André Charest 8

Daniel Thériault 10

Myrtha St-Pierre 11

Chantale Nadeau 19

Roger Thériault 29

Camilien Lizotte 31

Claire Ouellet

Présidente du Club des 50 ans et plus





Halloween 2024 : Sentier et soirée !



Vous êtes attendus à la salle municipale de Saint-Bruno pour une soirée musicale dès 19h le samedi 26 octobre prochain. La soirée est ouverte à tous et c'est gratuit. Sur place, il y aura un service de bar et plus tard en soirée se tiendra le traditionnel sentier de l'horreur pour les 12 ans et plus. Cette année, vous devrez trouver l'énigme qui se cache en cherchant des lettres. Grâce à nos commanditaires, des prix seront remis à ceux qui trouveront la solution.

Le comité des loisirs vous attend !

EFFECTIF SCOLAIRE

ÉCOLE SAINT-BRUNO DE KAMOURASKA – Les membres du personnel	
Directrice	Secrétariat
• Chantal Pelletier	• Geneviève Lévesque
PROFESSIONNELS	
Maripierre Savard, orthopédagogue (remplacement de Stéphanie Lévesque, retour octobre 2024)	• Ariane Briand, conseillère en rééducation
SPÉCIALISTES	
• Marianne Drapeau, musique	• Victor Mercier, éducation physique
	• Nancy Briand, anglais
ENSEIGNANTES TITULAIRES	
Maternelle 4 & 5 ans	1^{re}-2^e & 4^e année
• Catherine Albert	• Judith Garon
5^e & 6^e année	Allègement 5^e & 6^e années
• Charles Bissonnette	• Justin Dionne
TECHNICIENNES EN ÉDUCATION SPÉCIALISÉE	
• Myriam Pelletier	
SERVICE DE GARDE	
• Manon Minville	Nathalie Dionne
CONCIERGE	
• Joël Landry	

De plus, voici nos statistiques d'élèves pour 2024-2025 :

Nombre total d'élèves : 26 élèves

Maternelle 4-5 ans : 7 élèves

1^{re} – 3^e – 4^e : 8 élèves

5^e - 6^e : 11 élèves

Découverte des champignons au parc !

C'est ce dimanche 29 septembre que se tenait la présentation du projet de Madame Monique Lagacé au Parc de l'église à laquelle ont assisté près de 25 personnes. L'événement était présenté dans le cadre du mois du champignon de la MRC de Kamouraska.



Monique a réalisé différents modèles de champignons fabriqués à partir de matières recyclées venant de l'Atelier du partage ou de déchets d'entreprises et autres. Ces mignons champignons de différents couleurs et grandeurs sont installés dans les plate-bande du parc que vous pourrez aller admirer. C'est à voir! Prenez une petite marche et aller faire une petite visite au parc, ça vaut le détour !

Septembre est le mois du champignon au Kamouraska, vous pouvez suivre un circuit des municipalités du Kamouraska et y découvrir des oeuvres d'artistes dans chacune d'elles. Pour découvrir les entreprises du circuit scanner le code QR ci-bas ou rendez-vous au mycokamouraska.com ou evenementsmyco@mrckamouraska.com



Merci à notre agente de développement Valéry d'avoir organisé cette belle activité.

Monsieur Jean Marcon de la «Vie est Mush» était également présent pour nous parler des différents sortes des champignons et de nous parler de son sentier mycologique et qu'il est possible pour un petit groupe de prendre rendez-vous pour une visite en forêt afin d'aller à la rencontre de ceux-ci.



Constance Gagné

Des astuces de nettoyage astucieuses qui laisseront tout étincelant

Yona Weissman Fabra

Nettoie ton four avec du bicarbonate de soude et du vinaigre

La fonction autonettoyante d'un four n'est pas si fiable. Il serait donc préférable d'utiliser une méthode sûre, naturelle et super efficace pour faire le travail. Tu pourrais avoir affaire à de l'huile de coude, mais cela en vaudra-t-il la peine ?

www.reddit.com



Mélange une demi-tasse de bicarbonate de soude avec quelques cuillères à soupe d'eau pour obtenir une pâte étalable. Il suffit d'enduire les surfaces intérieures du four avec cette pâte et de la laisser reposer toute la nuit. Nettoie le four avec un chiffon humide et vaporise un peu de vinaigre sur les résidus de bicarbonate de soude. Prends un chiffon humide et nettoie le four. Voilà ! Tout est propre.

Nettoyer une planche à découper en bois avec du sel casher et du citron

La meilleure façon d'entretenir ta planche à découper en bois est de lui donner un bon nettoyage tous les mois avec du sel casher et du citron.

Prends un citron et coupe-le en deux. Saupoudre la planche de gros sel et utilise le citron pour frotter le sel sur chaque côté de la planche. Laisse la solution reposer pendant environ cinq minutes avant de nettoyer la planche avec une éponge.



Shutterstock

Utilise un rasoir jetable pour enlever la peinture des vêtements



euamoportugal.com

Bien que la peinture soit amusante, elle peut être salissante. Au cas où tu aurais des taches de peinture sur tes vêtements ou ton tapis, il n'y a pas lieu de s'inquiéter. Si tu cherches l'une des meilleures façons d'enlever les taches de peinture sur tes vêtements, essaie d'utiliser un rasoir jetable.

Place le vêtement sur une planche à repasser et gratte doucement la peinture sur le tissu. Veille à utiliser un vieux rasoir car un rasoir neuf pourrait endommager tes vêtements.

Dana Évans & Kahleah Cooper

Nettoie ton canapé et élimine les odeurs avec du bicarbonate de soude

Comme ton espace de vie est incomplet sans canapé, il est important de le nettoyer de temps en temps. Cependant, le nettoyage d'un canapé et l'élimination des mauvaises odeurs nécessitent ton temps et tes efforts. L'utilisation de la levure chimique est l'un des moyens les plus efficaces et les plus rapides pour nettoyer un canapé.

www.qualitatiformacio.com



Il suffit de saupoudrer une fine couche de bicarbonate de soude sur ton canapé. Laisse-le reposer pendant environ 20 minutes. Le bicarbonate de soude permettra d'éliminer les mauvaises odeurs. Pour finir, passe l'aspirateur sur le canapé. Au cas où tu voudrais éliminer les taches, tu peux mélanger une cuillère à soupe de vinaigre blanc, de liquide vaisselle, de bicarbonate de soude et d'eau chaude.

Nettoie tes stores avec de l'eau et du vinaigre blanc

Comme la graisse et la poussière peuvent s'accumuler sur les stores au fil du temps, il est impératif de les nettoyer une fois par mois.

Tu peux faire un mélange 50/50 de vinaigre blanc et d'eau chaude pour nettoyer tes stores. Mouille une éponge dans la solution et essuie chaque lamelle. Si tu as des stores en bois, veille à ne pas mettre d'eau dessus.



www.pinterest.com

Enlève les taches d'huile de la moquette avec du bicarbonate de soude



De toutes les taches de linge, les pires sont les taches de graisse et d'huile. Mais il peut être facile de les enlever. Il te suffit de saupoudrer du bicarbonate de soude sur le tissu et de le laisser reposer pendant au moins 1 à 2 heures.

Mets quelques cuillères à soupe de bicarbonate de soude dans de l'eau chaude et trempe le vêtement dedans. Laisse-le reposer pendant environ 15 minutes avant de le laver délicatement.

www.facebook.com

Utilise un sèche-cheveux pour enlever les traces d'eau sur les surfaces en bois.

Un vilain cerne d'eau peut ruiner l'aspect de tes beaux meubles en bois. Si le mal est déjà fait, il n'y a pas lieu de paniquer. Tu peux facilement enlever l'anneau d'eau sur les meubles à l'aide d'un sèche-cheveux.

Règle simplement ton sèche-cheveux sur une chaleur moyenne et assure-toi de le tenir à au moins 2 pouces de la tache. Tout en appliquant la chaleur, utilise une serviette pour nettoyer la marque. Utilise 2 à 3 gouttes d'huile d'olive pour donner aux surfaces en bois un aspect rafraîchissant.



cremocompany.com

Utilise des citrons pour enlever les taches sur les robinets



Se débarrasser des taches d'eau dure sur un robinet n'est pas facile. Mais il existe une solution simple et naturelle. Coupe un citron frais en deux et élimine les taches avec.

Tu peux te débarrasser des accumulations d'eau dure en pressant le citron sur l'extrémité du robinet et en le fixant en mettant un petit sac en plastique autour du robinet avec un élastique. Laisse-le pendant quelques heures et laisse l'acide citrique opérer sa magie.

juzinterior.com

Source : internet

Horaire d'ouverture

Bibliothèque

Le mercredi de
18 h 30 à 20 h

Fabrique

Téléphone: 418-492-1476

Bureau municipal

Du lundi au jeudi :
9 h à 12 h et
de 13 h à 16 h

Le vendredi : Fermé

Tél.: 418-492-2612
www.stbrunokam.qc.ca

Bureau de poste

Lundi, mardi, mercredi et vendredi :

9 h 15 à 11 h 30
13 h 30 à 16 h

Jeudi:

9 h 15 à 11 h 30
13 h 30 à 16 h 15

Tél.: 418-492-1673

SAAQ Saint-Pascal

Lundi au mercredi : 10 h à 16 h

Jeudi : 10 h à 11 h 30
12 h à 17 h

Vendredi : fermé

Téléphone : 418-492-7314

LE TRAIT
D'UNION

Devenez membre

Une contribution volontaire de 2\$ par personne vous fait membre 2024-2025 et permet au journal de poursuivre une couverture plus large des enjeux locaux.

Nom (s) : _____

2\$/ pers. =

N.B. Veuillez remettre votre contribution à un membre du conseil. Merci!



ENSEMBLE
Créer
Dynamiser
Soutenir

MATHIEU RIVEST
DÉPUTÉ DE CÔTE-DU-SUD

418 234-1893
mathieu.rivest.cds@assnat.qc.ca

ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC



*En action pour
les gens de chez nous!*

BERNARD GÉNÉREUX
DÉPUTÉ | MONTMAGNY—L'ISLET—
KAMOURASKA—RIVIÈRE-DU-LOUP

BERNARDGENEREUX.CA • 1 855-881-9876 • BERNARDGENEREUX@PARL.GC.CA

Construction Yves Gosselin
Entrepreneur général
 Construction - rénovation

Résidentiel et commercial

9, Route Lauzier
 Kamouraska (Québec) G0L 1M0
 Tél.: 418 492-3492
 Cell.: 418 714-5736

R.B.Q.: 8318-2667-51



VOTRE CENTRE DE RÉNOVATION DEPUIS 1953!

DUMAIS
 Camille Dumais Inc.

1005 rue Lévesque, Saint-Pascal (Québec)
 418 492-2347

R.B.Q.: 1185-5277-70

CAMILLEDUMAIS.COM



Le Comité d'action Communautaire inc.

Roger Lavoie, président

lunik
 TABAGIE ACCORDATION

lunik inc.
 PAPETERIE-LIBRAIRIE-TABAGIE
 BOUTIQUE CADEAU IDÉE FIX

510, avenue Martin, C.P. 367
 Saint-Pascal (Québec) G0L 3Y0
 Tél.: (418) 492-2096 Téléc.: (418) 492-6122
 Courriel: tabagielunik@qc.aira.com

Télé Fix
 CADEAUX JOUETS

492-2222

Résidence funéraire Daniel Caron

Pré-arrangement (garantis en fiducie)
 Crémation
 Funérailles traditionnelles
 Service d'ambulance

Daniel Caron,
 Thanatologue, ambulancier

353, ave Chapleau, Saint-Pascal Qc G0L 3Y0

point S
 CERTIFIÉ POIDS LOURD

Pneus F.M. inc.

- 595, boulevard Hébert, Saint-Pascal
 418.492.6035 - 1.800.463.1375
- Mécanique générale
 580, boulevard Hébert, Saint-Pascal
 418.492.2907
 point-s.ca

- PNEUS
- ALIGNEMENT
- SUSPENSION
- VIDANGE
- FREINS
- SILENCIEUX
- INJECTION

Service de Pneus Marcel inc.

Vente de pneus neufs et usagés

Pose et balancement

Réparation pneus : - automobile
 - agricole

418 492-2915
 622 boul. Hébert
 Saint-Pascal



MALLETTE

Mallette
 Société en collectif
 Comptables agréés

Tél. : (418) 492-3515
 Téléc. : (418) 492-9640
 Cel. : (418) 867-6318

Carolyne Thériault, CPA
 Pascal Briand, CPA

470, rue Chapleau
 Saint-Pascal (Québec) G0L 3Y0

PME INTER

Garon, Lévesque, Gagnon, St-Pierre
 Services juridiques inc.

Me Claude Gagnon
 Me Dorisse St-Pierre
 Me Marie-Christine Morneau

506, Taché Bureau 101, Saint-Pascal
 Tél.: 418 492-1441 / 418 492-7294
 Téléc.: 418 492-3131

NOTAIRES

COMITÉ DES BÉNÉVOLES

Repas après les funérailles Saint-Bruno

Ghislaine Gagné 418-714-6730
 Myrtha St-Pierre 418-492-5926

Roger Mailloux

435, Rang 4 ouest,
 Saint-Bruno

Fabrique St-Bruno

En tout temps au
 418-492-1476

PLACE AUX AÎNÉS



Saint-Bruno
 Roger Lavoie, président
 Tél. : 492-6702

Distinction Coiffure

143, route du Petit Moulin
 St-Bruno-de-Kamouraska QC
 G0L 2M0
 418 492.6311
 Manon Thériault prop.



Centre-Femmes
 LA PASSERELLE
 DU KAMOURASKA

Prendre soin de soi. S'entraider.
 Agir ensemble. S'outiller.

Activités

- Causerie
- Jeux de société
- Yoga
- Atelier créative
- Réseautage
- Activité sportive
- Mouvement communautaire
- Atelier de développement



© 418-492-1449
 www.lapasserelledukamouraska.org

Garde paroissiale

Saint-Bruno

Gilles Beaulieu, secrétaire 492-7132



CENTRE VISUEL ST-PASCAL
UN REGARD SUR L'HORIZON

Dr Germain Dupuis
optométriste

Tél. 418-492-1430
Télec. 418-492-2832

269, rue Taché, Saint-Pascal
Québec G0L 3Y0

www.centrevisuelstpascal.com

BASE|32
web design impression

Depuis 1950



www.jeanmorneau.com

735, rue Taché
Saint-Pascal (QC) G0L 3Y0
418 492-3632

91, boul. Cartier
Rivière-du-Loup (QC) G5R 4X4
418 860-3632



MUNICIPALITÉ DE
**SAINT-BRUNO
DE-KAMOURASKA**

321, rue de l'Église, bureau 1
Saint-Bruno-de-Kamouraska
(Québec) G0L 2M0

418 492-2612
www.stbrunokamouraska.ca

Au plaisir de vous rencontrer.

Membre affilié



**Pharmacie
Raphaëlle Paradis et Marcelle Pelletier inc.**

Heures d'ouverture

Lundi, mardi, mercredi et vendredi	9 h à 18 h	555, rue Taché Saint-Pascal (QC) G0L 3Y0
Jeudi	9 h à 20 h	Tél. : 418 492-1234
Samedi	9 h à 17 h	Télec. : 418 492-2255
Dimanche	10 h à 13 h	Courriel : 2366proprio@famiprix.ca

ENTREPRENEUR GÉNÉRAL
EXCAVATION ET TERRASSEMENT
TRANSPORT ET VENTE
DE SABLE ET DE GRAVIER
CHAMPS D'ÉPURATION
ET FOSSE SEPTIQUE
MARTEAU HYDRAULIQUE
TAMISEUR ROTATIF
TRAVAUX GÉNIE CIVIL

**Transport
Pierre Dionne**
R.B.Q. : 8279-7556-30

Pierre Dionne, propriétaire
Cell. : 418.868.9486
Tél. : **418.852.1222**
Fax : 418.852.1220

41, rue du Parc-Industriel
Saint-Pacôme (Québec) G0L 3X0



Club des 50 ans et plus

321, rue de l'église, Bureau 3
Saint-Bruno (Québec) G0L 2M0

Myrtha St-Pierre, présidente
Téléphone : **418 492-5926**

Activités et loisirs pour tous



Desjardins
Caisse Centre-Est-
du-Kamouraska

Services en ligne et à distance

Chez Desjardins, nous restons près de vous, même à distance.

Découvrez comment faire vos opérations financières en toute sécurité, dans le confort de votre foyer.

