

SOMMAIRE

- 2 Concours jeunes ruraux
- 4 Hommage à nos agriculteurs
- 5 Place à notre ruralité
- 6 Pensée du mois
- 7 Chronique agricole
- 8 Petit marché d'Ham-Nord
- 11 Faisons connaissance
- 12 Violence conjugale
- 13 Capsule bien-être
- 14 Marché Nomade
- 15 Reportage sur les feux de l'Ouest
- 16 Camp de jour
- 16 Offre d'emploi
- 17 MDJ
- 18 Karaté Kenpo
- 19 Rentrée scolaire plus verte
- 20 Protection des élus
- 21 Avis public
- 22 Aide financière
- 23 Info-transport
- 24 Bac non collecté
- 25 Sondage MADA

Ça se passe chez nous !

Par Louis-Marie Lavoie

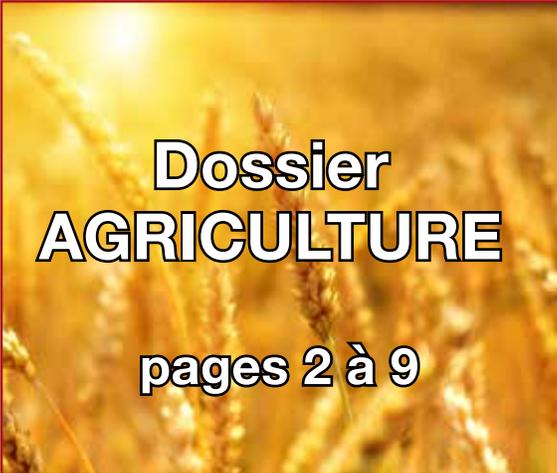
L'été n'est certes pas terminé, mais il fait déjà presque partie du passé quand on réalise que les vacances de la construction et les camps de jour sont derrière nous et que le 27 août c'est déjà la rentrée scolaire. Ça sent déjà l'automne. Heureusement, il y a eu et il y a encore de bons moments à se rappeler et de belles opportunités à vivre.

De la vitalité dans notre village !

De la musique ! Elle fut à l'honneur lors de la St-Jean-Baptiste avec «Why Not». Ella a brillé également à l'occasion des deux Jeudis en Chanson : tout d'abord avec en juillet la célèbre «Georgette» et ensuite avec «Lui-Là» et «Groovy Session» à la mi-août. De la bouffe ! Bien présente dans le Parc du 150e avec le «Food Truck» de La Douce Folie Gourmande, avec les jeudis après-midi du Petit marché animé par la Ferme Bio-Maraîchère, en compagnie de Luc Le Fermier (les Aliments Ludré) et d'autres producteurs amateurs et professionnels, tous bien entourés par les végétaux des Incroyables Comestibles. Du bonheur ! On doit absolument mentionner le bien-être apporté par les Jeux d'eau aux petits et aux grands pendant les journées de trop grande chaleur.

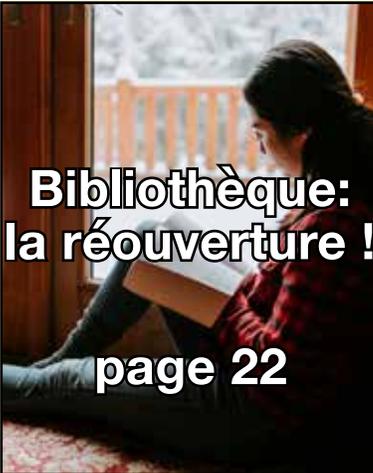
Ce qu'un futur proche nous propose ? Bien sûr la rentrée, mais aussi la réouverture de la bibliothèque dans ses nouveaux locaux, le retour du Marché Nomade, et pour les aînés, un important sondage MADA. Sans compter les imprévus...

(Suite, page 2)



Dossier AGRICULTURE

pages 2 à 9



Bibliothèque: la réouverture !

page 22



Portes ouvertes à la Cité

page 10

(Suite de la page 1)

Notre monde agricole

Il est fréquent que le Hameau se penche sur un sujet particulier qui alimentera quelques pages d'information et de réflexion lors d'une parution. En plus de partager ensemble divers aspects de la vie communautaire de notre municipalité et de célébrer les succès et les réussites de nos concitoyennes et concitoyens, on se donne l'occasion de réfléchir à l'humanisme, aux pissenlits, à la notion de village ou à l'environnement par exemple.

Nous revenons dans la présente édition sur le thème de la «terre» qui nous a inspirés en avril dernier, mais cette fois-ci d'une façon concrète : la terre dont on tire notre alimentation, celle qui demande à être cultivée; la terre qui offrira généreusement ses fruits à celles et ceux qui lui consacreront leur travail, leur existence. La terre comme milieu de vie aussi : car à Ham-Nord, nous sommes tous concernés par la ruralité.

«Toutes les idéologies politiques qui ont voulu modifier le monde paysan ont échoué parce que le monde agricole ne peut être géré par des théories, il est régi par la réalité». Ces mots de Olivier de Kersauson, navigateur et écrivain français ont inspiré notre désir de partager avec nos lecteurs cette réalité, ce milieu vivant dans lequel nous sommes immergés. Et ils coïncident avec bonheur avec le projet d'une nouvelle chronique...

Le monde paysan, agricole, rural est caractérisé par une population peu dense, sur un grand territoire située à la campagne et dont l'activité principale est l'agriculture. On y retrouve principalement la polyculture, la production laitière, l'élevage, l'arboriculture, le maraîchage, l'horticulture, les pépinières, l'acériculture, la foresterie, l'apiculture, la transformation artisanale des aliments, les centres équestres. À elle seule cette description définit sans ambiguïté notre milieu de vie.

Chez nous, nombre de travailleuses et de travailleurs vivent du produit direct ou indirect de la terre, avec des hauts et des bas que nous ne connaissons pas beaucoup. Peut-être qu'en y apportant un peu d'attention, nous découvrirons la réalité du monde agricole et le respecterons davantage.

DOSSIER

Et si on commençait

Concours des jeunes ruraux

Par Sarah-Ève Dubé

Le 28 juin dernier avait lieu l'exposition locale des jeunes ruraux CJR Bois-Francs à la Ferme Naully à Chesterville.

Trois fermes de la communauté de Ham-Nord y étaient présentes : **Ferme Desbuttes, Ferme Selexie et Ferme Séjane.**

6 jeunes représentaient ces fermes.

Voici les gagnants des concours :



AGRICULTURE

par nos champions?

FERME SELEXIE :

1re génisse automne et grande championne junior
1re classe de groupe et meilleur éleveur

FERME SÉJANE :

2e génisse automne

Nos jeunes se sont aussi démarqués pour le concours de présentation, notamment :

Karol-Anne Giguère qui fut 1re jeune (17 ans et plus) ainsi que grande championne Showman et meilleure jeune de la journée.

Autres gagnantes et gagnants :

Ophélie Gagnon : 1re (8 ans et -)

Zacharie Gagnon : 3e (9 à 12 ans)

Xavier Larrivée : 2e (9 à 12 ans)

Kevin Larrivée : 4e (13 à 16 ans)

Louis-Philippe Giguère : 6e (13 à 16 ans)

Merci à vous tous pour votre participation !



Hommage à nos agricultrices et agriculteurs

Un poème de Louis-Philippe Provost, curé

Notre curé, Louis-Phillipe Provost, a une véritable passion pour la poésie et le « slam ». Il a publié dans le feuillet paroissial ce beau poème sur nos agriculteurs. Je me permets de le reproduire ici pour vous. Bonne lecture !

Martin Larrivée, diacre permanent

Les nombreuses paraboles de Jésus sur le monde agricole m'ont donné l'idée de partager ce poème sur l'importance des personnes qui travaillent la terre :

Qui sont les véritables seigneurs

La fécondité de la terre

Est tout ce qu'ils espèrent

Debout avant l'astre du matin

L'avenir leur appartient

Le dur labeur

Est loin de leur faire peur

La main sur le cœur

Le cœur d'un travailleur

Honnête et droit

Est comme le plus grand des arbres dans les bois

Le cheval qui court la crinière dans le vent

Le veau qui gambade dans les prés

Le taureau qui prend le mors aux dents

Sont des images de leur liberté

Le citadin les envie de loin

De cette herbe toujours plus verte

Prête pour le temps des foins

Est de retour en pèlerinage dans ces contrées désertes

La vraie sagesse appartient

À l'homme et la femme qui ont des bottes dans les pieds

Les yeux vers le ciel

Et les mains à l'ouvrage

Demain sera plus beau

Parce que la terre qui est travaillée comme un tableau

Chef-d'œuvre de ceux qui savent s'émerveiller

Sauront lui rendre une étonnante fertilité

Mille reconnaissances

À ceux qui nourrissent tous nos sens !

De la place pour notre ruralité

Par Louis-Marie Lavoie

Lors de la consultation populaire du 7 avril dernier organisée par Forum Citoyen, qui a permis la rencontre de personnes impliquées dans les diverses sphères d'activités de notre milieu, il est clairement apparu que le monde agricole dans lequel pourtant nous vivons tous ne reçoit que peu de résonance dans la population. Le citoyen moyen constatera, de temps à autre, que «Ça sent le lisier» ou que «Ce tracteur et son attelage sont trop larges, trop longs, ne roulent pas assez vite». Ce citoyen ne comprend pas la réalité des gens qui produisent notre nourriture parce qu'il ne la connaît pas, et qu'il ne sait pas vraiment qu'il en fait partie.

Il a donc semblé opportun pour Forum de mettre le journal qu'il édite à contribution afin d'aider à faire mieux connaître le monde rural dans lequel nous sommes immergés. Ainsi, le Hameau a décidé de présenter dans ses pages une série d'articles reflétant diverses facettes de la vie des agricultrices et des agriculteurs.

On ne pourra douter de la justesse des informations contenues dans notre nouvelle chronique agricole; en effet, ce sont deux agricultrices de chez nous qui les méditeront et les partageront avec vous : mesdames Sarah-Ève Dubé et Jacinthe Paradis en seront les rédactrices.

Les textes proposés à votre lecture toucheront divers sujets qui concernent le vaste monde de l'agriculture et ses défis : l'agriculture face aux exigences gouvernementales; les inquiétudes face à la relève; la gestion d'une entreprise; la machinerie, les équipements, les technologies et l'informatique; les expositions, les concours et les prix; les travailleurs agricoles; les impacts des changements climatiques; la vérité sur les engrais; la production et la transformation; les problèmes psychologiques et les outils pour les prévenir; les normes et les nouvelles normes du bien-être animal; les différentes cultures (ex. : soya, blé automne, petits fruits, etc.); les différentes productions (ex. : cochons, vaches, moutons...); et toute la paperasse à remplir...

À compter de notre prochaine édition, donc, il y aura de la place dans les pages de votre journal pour faire en sorte que les tracteurs, les silos et les granges, les champs, les animaux de même que celles et ceux qui en ont la responsabilité ne soient plus seulement une vue de l'esprit, mais bien une réalité concrète vécue au quotidien par nombre d'Ham-Nordoises et d'Ham-Nordoises. C'est chez nous que cela se passe et nous pouvons être fiers de notre appartenance à cette zone rurale, que nous soyons citoyens de souche ou d'adoption.

Statistiques agricoles pour Ham-Nord

Par Sarah-Ève Dubé

Source : Dominic Poulin, MAPAQ

Ferme laitière : 10

Ferme vache-veau : 3

Érablière : 26 pour un nombre d'entailles totalisant 174 677 sur 981 ha

Bois : 2076 ha pour 34 producteurs

Prairie/fourrage : 1 868 ha

Pour un total de 5335 ha de production végétale

Bio-Maraîcher : Cité Écologique

Ferme brassicole : Grange Pardue

Ferme caprine laitière : 1

Secteur transformation (boucherie) : 2

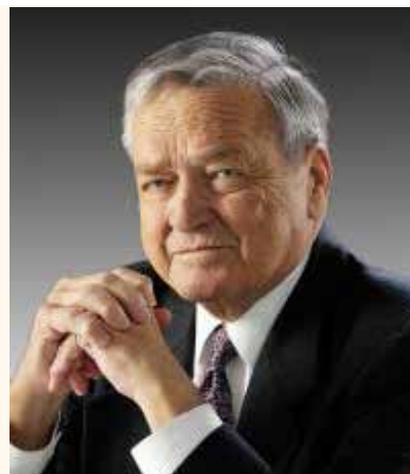
COMPARATIF : dans le livre du 125e, la municipalité comptait plus de 40 fermes (secteur animal)

La pensée du mois

Notre invité : Jean Garon

Par Louis-Marie Lavoie (selon une recherche internet)

La Loi sur la protection du territoire agricole, qui a permis de protéger la majorité des terres cultivables du Québec (ce qui ne représente pourtant que 2 % de la superficie de la province), a été une réforme importante adoptée en 1978 par le gouvernement souverainiste de René Lévesque, grâce à la combativité et aux convictions de Jean Garon, alors ministre de l'Agriculture.



Pour lui, protéger le territoire couvrant les surfaces arables est une question d'intérêt commun et une nécessité quant à l'autosuffisance alimentaire. Malgré les oppositions à son projet émanant de spéculateurs, de promoteurs immobiliers, de conseils municipaux, voire de ses collègues politiques faisant partie du même cabinet, il finit par obtenir un consensus au Conseil des ministres ainsi que l'appui de l'Union des producteurs agricoles (UPA). Selon Jean Garon, cette loi répondait à un besoin de sauvegarde criant du monde agricole.

Ce fut, on pourrait dire, la première révolution verte. On doit ce chapitre fondamentalement important pour le développement du Québec à cet homme connu pour son franc-parler, déterminé, convaincu, travailleur infatigable. On a dit de Jean Garon qu'il ne faisait pas de vagues pour son intérêt personnel, mais qu'il en était tout autrement quand il s'agissait de défendre les intérêts de la société; il était un travailleur acharné, déterminé et engagé.

Né en 1938 à Saint-Michel dans Bellechasse, Jean Garon a été député péquiste à l'Assemblée nationale de 1976 à 1998. Il a occupé les fonctions de ministre de l'Agriculture de 1976 à 1985 et de ministre de l'Éducation de 1994 à 1996. Il a par la suite été maire de Lévis de 1998 à 2005. Il est décédé à la suite d'un arrêt cardiaque à l'âge de 76 ans.

Peu de gens sont conscients qu'il a signé des articles dans les pages de « La Vie agricole » et qu'il a rédigé ses mémoires. Dans son livre de 536 pages intitulé « Pour tout vous dire », il relate son parcours de 50 années de vie militante. Il s'y révèle triste, « triste parce qu'on n'a pas fait l'indépendance du Québec ».

Mais pour la plupart de ceux et celles qui l'ont connu vivant, il reste une légende, un personnage, un géant; et son éloquence fougueuse et sans compromis reste intacte dans leurs souvenirs :

« Pourquoi vouloir bâtir absolument sur les terres agricoles ? Si on avait une mine d'or, personne ne penserait à bâtir sur une mine d'or. Une terre agricole, c'est une terre qui va produire indéfiniment si on la cultive. Alors, je pense qu'on doit réserver les terres agricoles pour l'agriculture. »

Dans ses mémoires, il résume ainsi son souhait pour l'avenir :

« Les plus jeunes d'entre nous ont besoin d'un modèle d'idéal et d'intégrité pour avoir le goût de se battre, parce que ce pays va être bâti par eux, et pour eux. Il faut qu'ils redeviennent fiers du Québec, car la fierté d'un peuple est le plus puissant moteur de sa liberté et de sa prospérité, et sa plus grande richesse. »

La Loi sur la protection du territoire et des activités agricoles (LPTAA) est entrée en vigueur le 9 novembre 1978. Elle a pour objet d'assurer la pérennité d'une base territoriale pour la pratique de l'agriculture et de favoriser, dans une perspective de développement durable, la protection et le développement des activités et des entreprises agricoles en zone agricole. ([Gouv. du Québec](#)) (RLRQ, chap. P-41.1)

RÉDACTRICES DE LA CHRONIQUE AGRICOLE

Par Sarah-Ève Dubé

Je m'appelle Sarah-Ève Dubé, native de Ham-Nord. Je suis propriétaire d'une ferme laitière située sur la R-216. La ferme Zabé (2018) inc. possède 62 kg de quota pour un cheptel de 63 vaches (incluant les tarées) ainsi que 33 relèves. La ferme possède 80 ha en boisé, principalement du sapin, ainsi que 56 ha en prairies dont elle loue 16 ha.

Je suis une finissante du cégep de Victoriaville en GEEA en 2010. Au cours de ces 3 années d'étude, j'y ai rencontré mon conjoint Jérôme Bilodeau qui lui est natif de la Beauce, ses parents étant propriétaires d'une ferme porcine et acéricole. J'ai toujours travaillé sur la ferme familiale; suite à mon intérêt en agriculture, nous avons procédé à un transfert de ferme en 2012 avec l'aide du CRÉA et de plusieurs intervenants (caisse, fiscaliste, notaire, comptable). Mes parents ont démarré la ferme laitière en 1981 avec l'aide de mes grands-parents Morin. Nous avons racheté la totalité des parts en janvier 2019.

Pour ceux qui ne me connaissent pas, je suis maman de trois enfants âgés de 7, 5 et 2 ans. Mes passe-temps sont mes fleurs ainsi que le karaté. Je suis également membre du conseil de gestion pour la Fabrique de Ham-Nord.



... et Jacinthe Paradis

Je me présente : Jacinthe Paradis, co-propriétaire de la Ferme Séjane Holstein, situé sur la route 216 Ouest, à Ham-Nord. Une ferme familiale avec 70 kilos/jrs.

Maman de deux enfants, je suis native de Saint-Georges-de-Windsor. Je suis née sur une ferme laitière où mes parents m'ont appris le respect de la terre et des animaux. J'ai commencé à travailler très jeune sur la ferme et c'est de là que vient ma passion pour l'agriculture.

Je suis devenue une Ham-Nordoise à l'été 2000. J'ai complété un AEC en gestion d'entreprise agricole de 2006-2008 au cégep de Victoriaville. Je suis devenue actionnaire de la ferme au printemps 2007. À l'automne 2023-2024, j'ai refait un cours de comptabilité agricole pour me perfectionner. Comme passe-temps, j'adore travailler dans mon grand jardin.



SARAH-ÈVE

JACINTHE

Le Petit Marché de Ham-Nord

Par Vénessa Fortier

Le Petit Marché de Ham-Nord, installé tous les jeudis de l'été au Parc du 150e, à côté de la Caisse Desjardins, suscite de plus en plus d'intérêt.

LyoCandy

LyoCandy tient un kiosque depuis le début de juillet. Dylan Bérubé, qui a démarré son entreprise de bonbons lyophilisés il y a tout juste un an, en août 2023, est bien heureux des réactions de ses clients. **« Tout le monde achète ! On fait déguster... et les gens nous disent que ça goûte le ciel ! »**



Luc aime rencontrer les gens, il est heureux de retrouver de nouveaux amis. *« C'est une conversation qui se poursuit de jeudi en jeudi. »*

Il présente différents légumes, explique comment ils sont cultivés en respectant les normes de l'agriculture biologique et cueillis frais le matin même. Les clients qui le souhaitent peuvent placer des pré-commandes par courriel et venir chercher leur boîte toute prête.

Alexandre Vincent est stagiaire à la Ferme Bio-Maraîchère. Il aide Luc pour l'installation et la tenue du kiosque. Luc apprécie sa grande efficacité et ses compétences informatiques pour effectuer les paiements à l'aide d'une tablette électronique !

Alexandre est très heureux d'avoir la chance d'établir des contacts avec la population de Ham-Nord. Il aime beaucoup la belle ambiance que l'on retrouve au marché.

Initiative de la Ferme Bio-Maraîchère avec la complicité de la municipalité

L'hiver dernier, la Ferme Bio-Maraîchère avait suggéré à la municipalité de Ham-Nord d'offrir des légumes frais. L'accueil de l'équipe municipale fut enthousiaste et généreux.



Luc Lamirande a donc installé sa tente et sa table au Parc du 150e dès le début de mai 2023.

« Tout doucement, les gens nous ont repérés. Notre clientèle et nos revenus ont doublé depuis l'an dernier », affirme Luc. *« Chaque semaine, de nouvelles personnes nous découvrent. »*



La Ferme Ludré

Luc Desrochers et Judith Couture de la Ferme Ludré se sont joints au marché dès juillet 2023. Pour mieux faire connaître les différents exposants que l'on retrouve chaque semaine, ils ont lancé la page Facebook «**Le Petit Marché de Ham-Nord**». Ils sont fiers d'avoir dépassé les 1 000 amis ! Sur leur ferme, à Saint-Ferdinand, Luc et Judith élèvent des veaux nourris à l'herbe et au foin, sans hormone de croissance, sans antibiotiques, ni vaccins.



Les clients

Nathalie Dieul est une cliente assidue du marché, et ce, depuis les tout débuts, l'été dernier.

«*C'est chouette que ça grossisse et qu'il y ait plus d'exposants cet été.*»

Elle souhaiterait que des kiosques de pain frais, de fromage de chèvre et de brebis se joignent aux exposants. Pour elle, c'est un rendez-vous social important. Elle aime bien aussi l'ambiance de la salle communautaire en hiver. Il y avait encore plus d'exposants.

Originaire de Bretagne, Nathalie s'est promenée un peu à travers le Québec avant de découvrir la belle région de Ham-Nord. Ce fut le coup de foudre. «*Ici, les gens sont tellement accueillants et serviables.*»

Lors d'une promenade à moto, Richard Bombardier, de Victoriaville, a découvert le Petit Marché. Depuis, il est un client assidu.

«*Les produits sont frais et de grande qualité. Du vrai «local». Le monde est chaleureux et la route est belle !*»

Marlène et Jean-Pierre Martin, de Bordeaux, en France, habitent leur maison de la rue Principale à Ham-Nord quelques mois par année. Quand ils y sont, ils ne ratent pas le marché.

«*C'est tellement sympathique. On y retrouve des produits sains, biologiques.*» Eux aussi souhaiteraient une plus grande diversité : fromages, pain frais, etc. **L'appel est lancé !**

La Douce Folie Gourmande

Nancy Brisson nous régale avec son délicieux casse-croûte sur place ! On peut y déguster une bonne poutine, des frites, hot-dogs et hamburgers... Pour quoi ne pas prendre un petit lunch sympa tout en faisant ses courses et en jasant avec les exposants ?



Le Petit Marché se tient au Parc du 150e, tous les jeudis de mai à octobre, de 15 à 18 h.



De novembre à avril, tout ce beau monde se retrouvera au chaud, à la Salle communautaire sur la rue Principale. C'est un rendez-vous !





Citations savoureuses

Par René Bergeron

Les sportifs, les entraîneurs, les commentateurs et les politiciens adoptent parfois une forme de dérapage verbal cocasse. En voici quelques exemples :

- ✿ Ce n'est pas un secret de polichinelle que le Canadien aurait pu faire mieux.
- ✿ Il y a loin de la soupe aux lèvres.
- ✿ Je suis toujours en accord avec mon entraîneur même si, certains soirs, je suis en total désaccord.
- ✿ Notre horloge se bouscule et on doit passer à un autre appel. – Jean Perron
- ✿ Cette année, la clé du succès pour notre équipe sera de jouer en équipe.
- ✿ Il faut remettre les pendules à leur place.
- ✿ Il faut prendre le bœuf par les cornes.
- ✿ Je vois ça comme une promotion vers le bas. - Marc Bergevin
- ✿ On s'est peut-être mis les pieds dans les draps
- ✿ Quand Stéphane Richer joue à la hauteur de son talent, il pourrait jouer les deux mains derrière le dos.

PORTES OUVERTES à la **CITÉ** dimanche 25 août 10 h à 16 h

Tout est **GRATUIT**
SAUF le buffet du MIDI
préparé avec les légumes bio du jardin

Visites guidées : jardins biologiques, ferme-école, serres trois saisons, serre solaire passive, etc.

«**Les 4 volets d'un écovillage**» conférence de Nébesna Fortin

«**Joyeuse corvée**» : on met la main à la pâte tout en jasant entre amis, en partageant nos rêves et nos projets.

PRIX POUR LE DÎNER :
40 \$ adulte; 20 \$ jeunes (6 à 12 ans)

PRIX RÉDUIT
avant le 22 août

30 \$ adulte; 15 \$ jeunes (6 à 12 ans)

GRATUIT pour les 5 ans et –

Achetez vos billets en écrivant à :
info@citeecologique.org

Faisons connaissance avec...

Par Vénessa Fortier

Julie



Julie Perro est une femme chaleureuse, animée d'un enthousiasme communicatif et passionnée par l'être humain. Ce qui la motive depuis toujours c'est d'apporter aide et support partout autour d'elle, en toute amitié.

Depuis 2014, Julie est diplômée en hypnose holistique et évolutive. Elle a accompagné avec bienveillance de nombreuses personnes dans leur cheminement personnel et leur quête d'épanouissement. Elle est également musicienne, ayant étudié le chant, le violon, la flûte et le tambour.

Une guidance multisensorielle... c'est quoi ?

C'est une expérience unique que nous offre Julie Perro. Dérivée des soins vibratoires qu'elle donne en session individuelle au centre Odaina, à Saint-Adrien, Julie proposera à **Ham-Nord** un atelier de groupe sous la thématique de l'ouverture du cœur.

Ce sera une immersion dans un bain sonore et olfactif puisqu'elle inclura la diffusion d'huiles essentielles. Elle utilisera différents instruments, dont le tambour et la flûte amérindienne.

Sa voix mélodieuse nous guidera doucement vers un lâcher-prise sur nos anciennes croyances afin d'ouvrir notre cœur et de vivre pleinement une expérience hors du temps.

Cette expérience sera offerte à la « Verrière », l'espace-atelier de la Boutique de la Cité, **le 17 septembre de 18 h 30 à 20 h**. L'atelier pourra se vivre assis sur une chaise ou allongé au sol, dans ce cas, apportez votre tapis de yoga et une couverture si vous le désirez.

Les places sont limitées, il faut réserver par courriel : info@citeecologique.org.

*« Ouvrons la porte à plus d'amour
dans nos vies » – Julie P.*

et Nébesna



Nébesna Fortin est une passionnée du « vivre ensemble ». Elle est née et a grandi ici, à Ham-Nord, à la Cité Écologique. Son expérience et ses visites dans 36 autres éco-communautés l'ont persuadée qu'une collectivité peut réduire son empreinte écologique sans sacrifier sa qualité de vie. Elle sait que ce n'est pas facile, la gestion humaine au quotidien est un perpétuel défi, peu importe nos choix de vie.

En 2014, elle participe à la formation Éducation en Développement d'Écovillage (EDE) à Findhorn, en Écosse. De retour chez nous, elle fonde le Centre d'Apprentissage en Pratiques éco-communautaires (CAP) dans le but de consolider la plateforme éducative de la Cité Écologique.

Nébesna a siégé au conseil canadien des écovillages et au réseau international de la jeunesse en écovillage. Conférencière dynamique et articulée, elle est souvent invitée pour animer des ateliers sur la vie communautaire tant au sein du réseau québécois des écovillages qu'en milieux universitaires.

Nébesna propose des visites guidées de la Cité Écologique depuis 15 ans. Elle en explique le fonctionnement social et économique, nous parle des recherches dans le domaine agricole et de l'autonomie alimentaire.

Visite agricole

Des visites agricoles présentant les différents modèles de serres et s'attardant aux informations techniques sont prévues les 18 septembre et 16 octobre.

Visite de l'écovillage

La visite de l'écovillage, qui met l'accent sur le mode de fonctionnement de l'école, de la gouvernance, de l'habitation et des activités communautaires, sera offerte lors de la journée PORTES OUVERTES le **25 août** prochain, ainsi que les **11, 15, 25 septembre** et le **9 octobre**.

Merci de réserver : info@citeecologique.org.

Nébesna donnera également une conférence lors de l'événement PORTES OUVERTES à la Cité, le **25 août** prochain.

VIOLENCE : Mais pourquoi y retournent-elles ?

Par Sofia Laliberté

La violence conjugale est un sujet chaud puisque les cas de féminicides ne dérogissent pas et font toujours la une des nouvelles.

Une femme est tuée tous les deux jours au Canada. En 2022, 75 % des victimes de violence domestique étaient des femmes. Le nombre de féminicides a augmenté durant la pandémie pour passer de 13 en 2019 à 24 en 2021.

Cet article se veut informatif et constructif, mais surtout aidant, du moins je le souhaite, pour les victimes, l'entourage et la famille des victimes de violence domestique.

Étant moi-même une survivante de violence conjugale, je me suis longuement questionnée sur les raisons pour lesquelles je retournais vers mon conjoint violent. En moyenne, une femme retourne 7 fois avant de quitter définitivement ou d'y laisser sa peau...

Il y a plusieurs raisons possibles au retour des femmes vers l'agresseur. Une femme aux prises avec la dépendance affective a plus de risque de se retrouver dans des situations d'abus. Une femme avec une faible estime d'elle-même a aussi plus de risque d'être victime.

Notez que ces deux critères n'ont pas de préférence quant au statut social, à la race, l'âge ou la richesse. Toutes les femmes, peu importe leur milieu, peuvent avoir des carences affectives, une faible estime et vivre de l'abus dans leur vie.

Je vais vous expliquer brièvement les phénomènes qui souvent laissent la victime dans un état de vulnérabilité. Peut-être qu'un jour j'en ferai une conférence ou un livre, qui sait ?

Les phénomènes suivants sont inconscients et ont pour unique but de protéger la personne, temporairement. Ce sont des mécanismes de défense :

1- L'anesthésie émotionnelle. Anesthésie signifie : perte de la sensibilité. Lors de violence, la femme va se couper de ses sensations et émotions pour ne pas souffrir. Du coup, elle n'aura plus accès à son ressenti, elle sera en mode survie !

En quelque sorte, elle n'est plus dans son corps. Il lui sera difficile de nommer ses émotions, mais aussi de savoir ce qu'elle ressent, que ce soit positif ou négatif. Alors, imaginez un peu que vous devez sortir un plat du four, mais que vous ne vous souvenez plus que ça brûle sans mitaines. C'est un peu la même chose, elle est coupée de ses émotions et sensations dans le but de se protéger et cela peut créer une conduite paradoxale, c'est-à-dire contraire à la normale.

2 - L'amnésie partielle ou totale, temporaire ou permanente. Amnésie veut dire une perte de mémoire. Toujours dans le but de se protéger, la femme victime peut perdre la mémoire. Elle peut aussi en même temps banaliser, se culpabiliser, justifier les gestes de l'autre.

L'amnésie est réelle, les moments de violences s'effacent de la mémoire jusqu'à ce que quelqu'un dise un mot ou qu'il se passe autre chose de violent et là, BAM ! Quelques éclats de souvenirs peuvent remonter à la surface.

Le cerveau est si puissant ! Il préfère garder les bons souvenirs et l'espoir, alors les mauvais deviennent flous, vagues, comme de mauvais rêves.

3 - La femme, une fois partie, peut vivre un sentiment de culpabilité et de loyauté envers son conjoint violent. Elle va s'accrocher à l'espoir, surtout lorsqu'il essaiera de la reconquérir. Elle va possiblement y retourner pour des miettes d'amour. Et le cycle infernal de la violence reprendra.

Voici des outils concrets pour les victimes et des conseils pour l'entourage :

1 - Il faut à tout prix couper l'isolement, même si c'est difficile et que vous avez honte. Même si ça fait plusieurs fois que vous revenez vers le conjoint violent et que vous avez peur d'être jugée.

2 - Lorsque vous serez prête, vous devrez couper les ponts avec la personne violente. Aller dans une maison d'hébergement pour femme, déménager dans une autre ville, changer de numéro de téléphone, changer de cercle d'amis s'ils sont en commun, fermer votre compte Facebook. La distanciation physique est primordiale dans un contexte de violence domestique. **La coupure physique est la seule solution.**

3 - Faites-vous une liste des raisons pour lesquelles vous devez le quitter, que ce soit pour votre sécurité ou pour protéger vos enfants. Relisez-la souvent pour ne pas oublier le **pourquoi** !

4 - Demandez de l'aide et gardez espoir : il y aura un « après ».

Les conseils pour l'entourage sont simples. Vous devez accompagner sans jugement et accepter que la décision doit venir de la victime, sans quoi elle y retournera. Restez présent, ouvert et bienveillant.

811 Aide psychosociale, SOS violence conjugale 819-795-3444 sosviolenceconjugale.ca, La volte-Face maison d'hébergement 819-795-3568, Cavac 819-373-0337 www.cavac.qc.ca





Capsule bien-être

Par Sofia Laliberté

RELACHER LA PRESSION

T'arrive-t-il de te mettre de la pression ?

On se met de la pression, souvent soi-même. À moins d'avoir un patron contrôlant ou un conjoint très exigeant, la pression, on se l'impose seul et on se la fait vivre quotidiennement aussi.

Bientôt, ce sera déjà la rentrée. C'est souvent une période stressante pour les familles. Vas-tu sauter à pieds joints dans la folie des mères parfaites ? Comment peut-on faire pour respecter ses besoins et garder un équilibre entre ce que l'on est capable d'atteindre et ce qui doit absolument être atteint ?

Pourquoi tant de pression ?

Pour se conformer au clan; à la société; pour être parfaite; être reconnue; être aimée ?

C'est quoi ta raison à toi ?

«OK, à partir de maintenant, si je me vois me mettre des délais ou ajouter une tâche de plus à ma liste, j'ai bien l'intention de tout faire tout pour ne pas mettre de pression inutile sur mes épaules.»

Super, mais comment ?

Un exemple personnel : Dernièrement, je me mettais de la pression pour être parfaitement trilingue, comme si je n'avais pas le droit d'apprendre à un rythme normal. Personne ne m'oblige ou ne me demande des comptes sur mes apprentissages. Et il n'existe pas d'infusion de langues à ingérer; malheureusement, je dois apprendre étape par étape.

J'ai pris conscience de mes enjeux et de la pression que je me mettais sur les épaules.

Stop ! Avec beaucoup d'amour et de compassion, je me suis dit à moi-même : *tu es merveilleuse.*

J'ai reconnu mon cheminement et mes apprentissages. Peu importe la raison qui se cache derrière : être parfaite, acceptée, aimée, je choisis de reconnaître ma valeur et de célébrer mes réussites, si minimes soient-elle. Car au fond de soi se cache un

besoin de reconnaissance de la part d'autrui. Mais si je me la donnais moi-même, cette petite tape sur l'épaule ?

Je vous laisse avec une affirmation positive à répéter une fois par jour jusqu'à la prochaine édition du Hameau :

«*Même si j'ai l'impression de ne pas en faire assez, je choisis de vivre dans l'équilibre et la paix.*»

Et pour s'aider :

Une huile essentielle pour supporter le troisième chakra. Collection Zayat 3e chakra.

www.zayataroma.com

Les fleurs de Bach pour la patience, la délicatesse et la douceur : la fleur impatiente est parfaite pour ceux qui sont constamment sous pression.

www.lecapucin.ca et www.cooplamanne.com

Notez que vous devez consulter un professionnel avant de consommer des produits naturels. Ceci ne remplace pas vos médicaments. Consultez un naturopathe au besoin.

Références : note de cours de Kiné Quantique. Institut Alokine par Anne Loïselle.



Cette magnifique main est l'oeuvre de l'artiste Lyse Trottier

LE MARCHÉ NOMADE

DES LOISIRS COLLECTIFS DES MONTAGNES

VENEZ ENCOURAGER LES PRODUCTEURS LOCAUX

DE 10H À 14H

Chesterville

1ER SEPTEMBRE 2024

Ham-Nord

8 SEPTEMBRE 2024, 285 1E AVENUE, PARC DU 150E

Saint-Rémi-de-Tingwick

15 SEPTEMBRE 2024

Saint-Hélène-de-Chester

22 SEPTEMBRE 2024, 1425 RUE CORRIVE
AU CENTRE SPORTIF ACIERS SOLIDER

Notre-Dame-de-Ham

29 SEPTEMBRE 2024, 11 RUE PRINCIPALE
COOPÉRATIVE DE SOLIDARITÉ NOTRE-DAME-DE-HAM

Découvrez des producteurs locaux et faites le
plein de bons produits



Dans le « Feu de l'action » L'évacuation d'un Ham-Nordoïs à Jasper

Par Charles Marceau Cotton, reporter et photographe

Ces dernières années, nous avons été témoins, à travers les nouvelles, de l'augmentation des feux de forêt dans l'Ouest canadien en période estivale. Nous venons d'en voir un exemple marquant, alors que la région du Parc national de Jasper en Alberta a reçu un ordre d'évacuation et que près de la moitié de la ville est partie en cendres. J'y séjournais, alors je me permets aujourd'hui de vous faire un récit de ce triste moment.

Je suis arrivé à Jasper le 21 juillet. Il y régnait alors une canicule depuis plusieurs jours. Située à l'extrémité est des Rocheuses, cette région ne reçoit que peu de la pluie qui part de la Côte pacifique et qui se déverse dans la partie ouest des Rocheuses. Les températures avoisinaient les 40 degrés Celsius, ce qui est exceptionnel à cette altitude (+ de 1 000 mètres). Il y avait eu très peu de pluie dans les jours précédents. Le décor était aride : on se serait cru dans un milieu désertique.

On annonçait un peu de pluie pour cet après-midi du 22 juillet. Vers 19 h, ce n'est malheureusement pas de la pluie, mais du tonnerre et des éclairs qui se sont abattus autour de la ville de Jasper. Deux éclairs, un à l'est de la petite ville et l'autre au sud, ont servi de bougie d'allumage aux feux qui allaient ensuite tout ravager. En moins d'une heure, nous entendions les sirènes rugir autour de nous, puis les hélicoptères se promener dans le ciel. Nous avons commencé à voir et à sentir de la fumée à l'horizon. Je faisais alors du camping près de Jasper. Il y régnait encore une ambiance de vacances plutôt zen.

Vers 21 h, j'ai pris mon appareil photo et je me suis dirigé vers l'est de la ville, dans l'espoir de photographier le coucher du soleil. Plus j'avais avancé, plus la fumée devenait intense, l'air lourd et des cendres tombaient du ciel. J'ai passé une quinzaine de minutes sur une colline, en compagnie d'un mouflon d'Amérique, à observer et photographier la scène de ce coucher de soleil dans une atmosphère quelque peu apocalyptique. Sentant ce qui s'en venait, j'ai rangé mon matériel, souhaité bon courage à ce bel animal et me suis dirigé vers le centre-ville de Jasper pour prendre le pouls de la situation.

En arrivant à l'intersection des deux autoroutes de la ville, les gyrophares des véhicules de sécurité scintillaient de partout : les deux directions les plus prisées soit vers le sud (Banff) et vers l'est (Edmonton) étaient maintenant condamnées, ne laissant que la route vers l'ouest (nord-est de la Colombie-Britannique) à la file d'automobilistes qui commençaient à fuir. Je me suis dépêché de retourner à mon camping, j'ai tout remballé, averti le plus de voisins possibles, puis je me suis joint à ce serpent de gens qui venaient tout juste de recevoir l'ordre du gouvernement de l'Alberta d'évacuer la région en vitesse.



Tout s'est bien terminé pour les milliers de touristes et de résidents qui ont dû fuir ce magnifique lieu. Malheureusement, un pompier a perdu la vie. Ce sont des milliers d'hectares — avec toute leur richesse de faune et de flore — ainsi que près de la moitié de la ville de Jasper qui sont maintenant réduits en cendres, et qui prendront des années à retrouver leur richesse d'antan...





Des nouvelles du camp de jour

par Élise Hamel

Encore cette année, nous avons la chance d'avoir une équipe d'animateurs et animatrices expérimentée, créative et talentueuse.

Je vous les présente : Éliot Couture, Yoan Couture, Maëly Leblanc, Lilou Duchaine Tremblay, Maïka Duchaine Tremblay.

Déjà 5 semaines sont passées depuis le début du camp de jour et les enfants sont toujours enthousiastes de venir y passer la journée. Imaginez... la clé de ce succès : les ANIMATEURS et ANIMATRICES, bien sûr !

Sans compter la judicieuse planification de leur horaire, un mélange d'activités organisées, de jeux libres et de sorties. Vous l'aurez compris, tout ceci animé de main de maître.

Chers animatrices et animateurs, je vous lève mon chapeau et je vous remercie !

Bonne fin d'été !

Service de garde Horizon



OFFRE D'EMPLOI animateur | animatrice

Dû à la forte popularité du service de garde, nous sommes à la recherche d'une deuxième personne à l'animation. Quelqu'un qui aime les enfants, qui est patient et bienveillant.

Tâches :

- * Accueillir les enfants le matin
- * Aller les chercher à l'école le soir
- * Animer à l'aide de projets créatifs, faire des activités de lecture, etc.
- * Assurer le bien-être et la sécurité des enfants

Horaire :

Du lundi au jeudi de 6 h 45 à 8 h 30 et de 15 h 45 à 17 h 30, parfois 18 h.
Vendredi de 6 h 45 à 8 h 30 et de 15 h 45 à 17 h.

Débutant le 27 août 2024 et suivant le calendrier scolaire

Si le poste vous intéresse, contactez Élise au
819 344-2424 # 5
ou elise.hamel@ham-nord.ca

**SOIRÉE
DES MEMBRES
DE FIN D'ÉTÉ**

**JEUX D'EAU | PIQUE-NIQUE |
ÉLECTION DU CJ**

JEUDI 22 AOÛT 2024

11h à 17h
5\$ ou 5 goupilles

**TU AS ENVIE D'ORGANISER LA
JOURNÉE ? ÉCRIS-NOUS !**



Retour de l'horaire régulier à partir du 26 août

MDJ DES HAUTS-RELIEFS
210 RUE CARON,
HAM-NORD
(819) 344-5530

Lundi au vendredi de 17h à 21h

POINT DE SERVICE CHESTERVILLE
480 RUE DE L'ACCUEIL,
CHESTERVILLE
(819) 344-5530

Lundi de 17h à 21h




RETOUR DE L'AIDE AUX DEVOIRS

Pour la classe de 5-6e année ou la classe de 6e année

Ham-Nord : Les mardis de 16 h à 17 h
à partir du 10 septembre

Pour les 12-17 ans

Ham-Nord : Du lundi au jeudi de 17 h à 18 h
à partir du 9 septembre

Pourquoi venir faire tes devoirs et leçons à la MDJ ?

- ✓ Intervenantes sur place pour répondre à tes questions
- ✓ Endroit adapté à tes besoins
- ✓ Matériel à ta disposition
- ✓ Jeux ludiques pour bien intégrer la matière



Maison des jeunes des Hauts-Reliefs

SEPTEMBRE 2024

LUNDI - CHESTER	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI - DIMANCHE
Fête du travail 2 Désolé FERMÉS	Fête du travail 2 Désolé FERMÉS	3 Libre	4 KAHOOT ? ?	5 Libre	6 Libre	7-8 Désolé FERMÉS
9 Canettes	10 Lundi j'm active!	10 Début aide aux devoirs 6e + CA	11 Canettes	12 COMITÉ DE JEUNES	13 LIBRE	14-15 Désolé FERMÉS
16 Début aide aux devoirs 5-6e + Libre	17 Lundi j'm active!	17 Libre	18 Libre	19 Libre	20 PÉDAGOGIQUE Activité sportive à venir!	21-22 Désolé FERMÉS
23 KAHOOT ?	24 Lundi j'm active!	24 Libre	25 Libre	26 Canettes	27 SOIRÉE CINÉMA	28-29 Désolé FERMÉS

POINT DE SERVICE CHESTERVILLE
480 RUE DE L'ACCUEIL, CHESTERVILLE
LUNDI : 16H (AIDE AUX DEVOIRS) / 17H-21H
AIDE DEVOIRS 12-17 ANS 17H-20H

MAISON DES JEUNES DES HAUTS-RELIEFS
210 RUE CARON, HAM-NORD
(819) 344-5530

COORDO@MDJHR.CA
MAISON DES JEUNES DES HAUTS-RELIEFS
ANIMATEURS MDJ HAUTS RELIEFS

HEURES D'OUVERTURE AUX JEUNES
LUNDI : 17H-21H
MARDI : 16H (AIDE AUX DEVOIRS) / 17H-21H
MERC. : 17H-21H
JEUDI : 17H-21H
VEND. : 17H-21H

LÉGENDE
ASPIRANTS DE 11 ANS ADMIS
TRANSPORT DISPONIBLE
INSCRIPTION OBLIGATOIRE
AIDE AUX DEVOIRS 12-17 ANS 17H-18H

Inscription Karaté Session Automne 2024

Quand : Mardi, 10 septembre 2024 de 18h à 20h

Lieu : Dojo 484 rue Curé Charles Lemire, Ham-Nord (Collège Horizon)

Début des cours & séance gratuite : mardi 17 septembre 2024

Cours du mardi

Junior 4 à 6 ans : 17h30 à 18h15

Junior 7 à 12 ans : 18h30 à 19h30

Sénior 12 ans et + : 19h45 à 21h

Cours du Jeudi

2e cours en option*

*inscription aux cours du mardi obligatoire

10 ans et + : 19h15 à 20h45

Nous offrons

- Conditionnement physique
- Techniques de blocs, frappes et combat
- Auto-défense
- Katas
- Pointfighting (combat par système de pointage)

Le tout dans le respect et la discipline

Nouveauté 2024

2e cours en option le jeudi
Pour les Karatékas qui
désirent poursuivre leur
développement



Séances d'entraînement structurées
et adaptées à chacun peu importe
l'âge ou la condition physique



Informations : Senseï Jayson René via téléphone 819-552-1235

Courriel : InfoKenpoHN@gmail.com

Facebook / Messenger : Karaté Kenpo Ham-Nord



Une rentrée scolaire plus verte !

Par Action-environnement Tingwick

Marquant la fin des vacances estivales, nos enfants retourneront à l'école dans quelques semaines. Plusieurs d'entre vous ont déjà reçu la liste scolaire. Afin de vous aider à rendre la rentrée scolaire de nos enfants plus verte et leur apprendre de nouvelles habitudes plus écologiques, voici quelques conseils :

Conseil° 1

Réutiliser du matériel de l'année précédente. Évidemment, plusieurs éléments de la liste scolaire peuvent être réutilisés pour la nouvelle année.

Conseil° 2

Fouiller dans votre papeterie et demander à vos proches. Plusieurs d'entre nous avons un bureau à la maison et on y accumule une panoplie d'articles dans nos fonds de tiroirs. Sortons-les, ils seront enfin utilisés !

Conseil° 3

Trouver les articles dans des friperies ou des marchés en ligne. Plusieurs articles, comme des vêtements ou des fournitures scolaires, peuvent y être trouvés à une fraction du prix d'origine. En vous procurant ces articles de cette façon, vous réduisez votre consommation via la réutilisation et vous soutenez un organisme.

Conseil° 4

Revaloriser les articles désuets. Vous pouvez déposer vos stylos, vos surligneurs, vos cartouches d'encre, vos appareils électroniques dans des points de dépôt à cet effet. Vous pouvez déposer les autres articles toujours utiles dans des friperies ou encore les offrir à une autre famille ou les vendre sur les marchés en ligne.

Conseil° 5

Acheter autrement. Si vous devez acheter des articles neufs, préconiser ceux de qualité, faits de matériaux recyclés, recyclables et non-polluants.

Conseil° 6

Préparer les lunchs à la maison et essayer le zéro déchet. En préparant à l'avance les repas, les collations à la maison et les breuvages (dans une gourde), vous éviterez la production de déchets tout en offrant une alimentation de qualité à vos enfants. Et demandez à vos enfants de rapporter ce qu'ils n'ont pas mangé, afin de les faire participer au compostage à la maison.

Sur ces quelques conseils, AET vous souhaite une belle rentrée scolaire !



Sources : Pour une rentrée scolaire écolo, Jour de la Terre ; Pour une rentrée scolaire écoresponsable, Récup Estrie ; Guide pour une rentrée scolaire écolo, Fondation David Suzuki.

Des mesures pour mieux protéger les élus municipaux dans leurs fonctions

Par les membres du conseil municipal ainsi que les employés(es) municipaux

De par leur fonction, les élus et employés municipaux sont sujets à prendre des décisions qui, très rarement, font l'unanimité auprès de l'ensemble de la population. Dans les situations où un citoyen est en désaccord avec une décision municipale (élu ou employé), il est primordial que les discussions se fassent toujours de façon civilisée et dans le respect, et ce, pour les 2 parties impliquées dans la discussion.

Le respect et le civisme doivent TOUJOURS être au premier plan lors d'une discussion, peu importe le sujet ou l'enjeu à discuter.

En réaction aux situations d'intimidation, de harcèlement et de menaces à l'égard des élus municipaux, le ministère des Affaires municipales et de l'Habitation édicte la « **Loi visant à protéger les élus municipaux et à favoriser l'exercice sans entraves de leurs fonctions** » (LPEM).

Cette loi a pour objectif de préserver les institutions démocratiques municipales en protégeant la fonction d'élu qui en est au cœur. L'expression des opinions et des critiques ainsi que les débats sont fondamentaux pour favoriser une saine démocratie municipale, mais ils doivent se faire dans le respect des valeurs démocratiques du Québec.

Dans cette perspective, les dispositions de la LPEM visent également à accroître l'intérêt des citoyens à occuper des postes de conseiller et de maire dans les municipalités ainsi que leur participation à la vie démocratique de manière générale.

Il s'agit donc d'un pas majeur du ministère afin d'encadrer et soutenir les acteurs municipaux dans l'exercice de leur fonction.

Pour plus de détails, vous trouverez l'intégralité de la nouvelle loi en consultant le lien suivant :

[Loi visant à protéger les élus municipaux et à favoriser l'exercice sans entraves de leurs fonctions et modifiant diverses dispositions législatives concernant le domaine municipal](#) (2024, chapitre 24 ; projet de loi no 57)

Nous profitons de cette occasion pour témoigner notre grande reconnaissance envers les Ham-Nordoises et les Ham-Nordois avec qui les relations sont respectueuses et civilisées. Encore et toujours, nous continuerons à travailler pour et avec la population pour maintenir et préserver ces excellentes relations.

Les membres du conseil municipal ainsi que les employés(es) municipaux

AVIS PUBLIC

ASSEMBLÉE PUBLIQUE DE CONSULTATION



Aux personnes intéressées par les projets de règlement no 548 et 549 modifiant le règlement de zonage no 453 ainsi que le projet de règlement 550 modifiant le plan d'urbanisme no 452

Lors d'une séance ordinaire tenue le 12 août 2024, le conseil municipal a adopté les projets de règlement suivants :

- Projet de concordance no 550 modifiant le Plan d'urbanisme no 452 ;
- Projet de concordance no 548 modifiant le Règlement de zonage no 453 ;
- Projet no 549 modifiant le Règlement de zonage no 453.

Projet de concordance no 550 modifiant le plan d'urbanisme

- Être en concordance avec le schéma d'aménagement et de développement de la MRC d'Arthabaska
- Ajouter des dispositions sur la protection et la conservation de l'Étang-du-Castor-Errant ;
- Ajouter des objectifs et des moyens de mise en œuvre pour développer des milieux de vie inclusifs et sécuritaires permettant d'assurer le bien-être des groupes vulnérables.

Projet de concordance no 548 modifiant le règlement de zonage

- Modifier les dispositions concernant les agrandissements d'élevage de porcs ou de veaux de lait ;
- La modification de certains termes dans la terminologie ;

Projet no 549 modifiant le règlement de zonage

- D'uniformiser les distances des bâtiments accessoires des lignes de terrain à 1 m et 1,5 m lorsqu'il y a une ouverture ;
- Modifier la grille H8 afin de permettre un terrain d'avoir une profondeur de 27 m au lieu de 30 m ;
- Modifier la définition de « bâtiment accessoire » ;
- Modifier le nombre de cases de stationnement requis pour les usages bifamiliaux (h2) et multifamiliaux (h3) à 1,5 case par logements (au lieu de 2 cases par logement).

Zones concernées

Le règlement s'applique à l'ensemble du territoire de la municipalité.

Assemblée publique de consultation

Une assemblée publique de consultation aura lieu **le mercredi 4 septembre 2024 à 19 h** à la salle du conseil municipal située au 285, 1^{re} Avenue à Ham-Nord.

Une copie des projets de règlement peut être consultée au bureau de la municipalité au 285, 1^{re} Avenue, Ham-Nord, G0P 1A0. Une copie peut également être transmise à toute personne qui en formulera la demande par courriel à info@ham-nord.ca ou par la poste au 285, 1^{re} Avenue, Ham-Nord (QC) G0P 1A0.

Une copie du document peut également être consultée sur le site Internet de la municipalité, à l'adresse : <https://www.ham-nord.ca/>

Toute personne pourra transmettre ses commentaires à l'égard du projet de règlement au plus tard le mardi 3 septembre 2024 à 16 h 30, par courriel au info@ham-nord.ca ou par la poste au 285, 1^{re} Avenue, Ham-Nord (QC) G0P 1A0.

Donné à Ham-Nord, ce 13 août 2024

Mathieu Couture
Directeur général et greffier-trésorier

Aide financière reçue du Député Sébastien Schneeberger et du Club Lions

L'OTJ de Ham-Nord aimerait souligner la précieuse aide financière qu'elle reçoit annuellement de notre Député Sébastien Schneeberger ainsi que du Club Lions de Ham-Nord.

VIA le Programme Soutien à l'Action Bénévole, l'OTJ de Ham-Nord bénéficie d'une aide financière du député Sébastien Schneeberger lui permettant d'organiser différentes activités telles que le Carnaval (février), la Fête du Village (juin), la Saint-Jean-Baptiste (23 juin), les 2 soirées musicales estivales (juillet et août) ainsi que la Fête de Noël pour les enfants (décembre).



*En haut : Chantal Girard, Patrick Vachon, Patrick Duchaine
En bas : Mathieu Couture, Carl Pinchaud, Sébastien Schneeberger*

Également, le soutien financier reçu aide à bonifier le volet « Service de garde » (service offert matin et soir pour les enfants d'âge scolaire) par l'acquisition de matériel et d'équipement.

Cette année, l'OTJ reçoit la somme de 4 500 \$ de notre député et il est impératif de souligner cet important soutien. L'OTJ aimerait également souligner la précieuse contribution financière annuelle du Club Lions de Ham-Nord qui, lui aussi, participe annuellement au financement des activités de l'organisme. Une merveilleuse contribution financière de 2 300 \$ a d'ailleurs été octroyée par le Club Lions cette année et nous en sommes grandement reconnaissants.

Ces deux apports financiers sont essentiels pour l'organisme, lui permettant d'organiser des activités familiales et communautaires gratuites pour la population, permettant ainsi de faire rayonner la belle vitalité de notre milieu.

Merci infiniment au député Sébastien Schneeberger et au Club Lions de Ham-Nord pour leur généreux et combien inestimable soutien !

La Bibliothèque de Ham-Nord vous accueille

MAINTENANT AU CENTRE HORIZON



**Bibliothèque
de Ham-Nord**

OUVERTURE LE 27 AOÛT

LES HEURES D'OUVERTURE :

le mardi de 18 h à 20 h

le mercredi de 9 h à 11 h

Venez visiter nos nouveaux locaux!

INFO TRANSPORT

Réfection de la Route 216



JUSQU'AU 23 AOÛT : Fermeture complète des voies entre la route 161 et le 10e Rang. **Détour** (50 km) par la route 161, la 112 et la 263.

DU 26 AOÛT AU 6 SEPTEMBRE : Fermeture complète des voies entre le 10e Rang et le chemin du 9e Rang Est. **Détour** (50 km) par la route 161, la 112 et la 263.

NOTE : Ces travaux pourraient être reportés en raison des conditions climatiques ou de contraintes opérationnelles.

Afin de connaître les entraves en cours, consultez **Québec 511**, un outil pratique pour planifier adéquatement vos déplacements.

muniCAR

J'EMBARQUE!

NOUVEAU SERVICE

TRANSIFLEX

TRANSPORT COLLECTIF

ADAPTÉ À VOS BESOINS

emploi • éducation • santé
loisirs • emplettes • etc...

**22 MUNICIPALITÉS
1 TERRITOIRE**

Dès le 15 janvier 2024

Pour découvrir toutes les nouveautés
municar.ca
819 758-6868



Bac non collecté... Quoi faire ?

Par l'équipe municipale

Votre bac d'ordures, de récupération ou de compost n'a pas été ramassé ?

Voici en quelques étapes ce que vous devez faire.

Comme la collecte à Ham-Nord est toujours programmée le mardi, il est essentiel que votre bac soit au chemin la veille (le lundi), car le camion débute sa collecte dès 6 h le mardi matin.

Si, à la fin de la journée du mardi, votre bac est toujours plein, il est très important de :

1- le laisser au chemin ;

2- appeler pour aviser la municipalité le mardi en fin de journée ou au plus tard le mercredi.

Nous pourrions ensuite rapidement communiquer avec l'entrepreneur pour l'informer de la situation et voir à ce qu'elle soit rectifiée. Il est primordial que l'information comme quoi votre bac n'a pas été ramassé nous soit transmise **au plus tard le lendemain (mercredi)**, car cela permet à la municipalité d'aviser rapidement l'entrepreneur.

Malheureusement lorsque l'info d'un bac non collecté nous est transmise seulement la semaine suivante, il est plus difficile de faire revenir le camion. Avec cette façon de faire, nous améliorerons grandement la situation et nous serons en mesure de nous assurer que l'entrepreneur revienne ramasser les bacs non collectés et oubliés.

N'hésitez pas à communiquer avec nous s'il y a quoi que ce soit !

Steve Roy, pharmacien - propriétaire affilié à



262 rue Guay, Ham-Nord, Qc G0P 1A0

 **819 344-2249**



Heures d'ouverture:

LUNDI 10h-18h

MARDI 10h-18h

MERCREDI 10h-18h

JEUDI 10h-18h

VENDREDI 10h-18h

SAMEDI 10h-14h

FERMÉ :

**samedi 31 août
dimanche 1er sept.
lundi 2 sept.**

Vieillir, c'est prendre de la valeur.

PARTAGEZ-LA AVEC NOUS!



65 ans
ET
PLUS?

Du 9 au 30 septembre 2024

Notre sondage est l'occasion de créer un milieu de vie adapté à vos besoins.

Où trouver les sondages?

- En ligne sur le site Web de la MRC d'Arthabaska
- Envoi postal à tous-tes les citoyen-nés*

Concours



Tirage parmi les participant-es

Carte-cadeau de 125 \$ pour assister au spectacle de votre choix à la salle Le Carré 150 à Victoriaville.

Pour plus de détails sur les conditions de participation au concours, consultez le site Web de la MRC d'Arthabaska.

* Seulement dans les municipalités participantes.



Accédez au
sondage en ligne



www.regionvic.to/aines

Association des
PROCHES AIDANTS
Arthabaska - Érable
40, rue Alice
Victoriaville (Québec) G6L 3H4

François MELANÇON
agent de communication
819-795-3577
com@prochesaidantsae.com



f in t i

LE CHÊNE BLANC

logements à louer

3 1/2 - 4 1/2

Couple ou personne seule

Chauffé, éclairé, eau chaude, buanderie, salle à diner, salon communautaire, stationnement extérieur avec prise de courant.

INFORMATION:

(819) 464-0032 ou (873) 887-7686

3 1/2 présentement admissible à une subvention

MASSOTHÉRAPEUTE
SUÉDOIS

Sonia Roy

(514) 660-9136



NOUVEAU ET UNIQUE EN RÉGION

FOREUSE DE PUIIS SUR CHENILLE

FORAGE A DOUBLE ROTATION :
MEILLEUR SCELLEMENT AU ROC
MEILLEUR QUALITÉ D'EAU
FOREUSE PLUS COMPACT ET PLUS LÉGÈRE

100% fait au Québec

819-758-6468 OU 1-800-567-5829

Puitbec GROUPE

www.puitbec.com RBQ: 8327-6603-50



Pat

pareur d'onglons
819 350 0225
Patric Létourneau




Alain RAYES
Député de Richmond—Arthabaska
alainrayes.ca
alain.rayes@parl.gc.ca

1-877-751-1375 (sans frais) | 819-751-1375
3, rue de la Gare, Victoriaville (QC) G6P 6S4



Sébastien SCHNEEBERGER
DÉPUTÉ DE DRUMMOND-BOIS-FRANCS

819 475-4343
sebastien.schneeberger.drum@assnat.qc.ca

ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC



Bibliothèque de Ham-Nord

Maintenant au **Centre Horizon**

OUVERTURE LE 27 AOÛT

HEURES :
le mardi de 18 h à 20 h
le mercredi de 9 h à 11 h



**AUBERT
BERNARD
MATTEAU**
NOTAIRES

**ASSOCIÉES DANS LA MÊME
TRADITION D'EXCELLENCE ET
DE QUALITÉ DE SERVICES**



LOUISE AUBERT
LL.B., D.D.N. NOTAIRE
✉ laubert@notarius.net

STÉPHANIE BERNARD
LL.B., D.D.N. NOTAIRE
✉ sbernard@notarius.net

MÉLINA MATTEAU
LL.B, LL.M. NOTAIRE
✉ melinamatteau@notarius.net

DISRAELI
846 avenue Champlain
T. 418.449.2955
F. 418.449.1681

WEEDON
225 2^e avenue
T. 819.877.3233

RE/MAX[®]
— ÉLITE —

DAVID LEVASSEUR

CELLULAIRE : 819-990-2306
BUREAU : 819-758-7441

DAVID.LEVASSEUR@REMAX-QUEBEC.COM



Caroline Juneau

B.Sc. infirmière

Expertise en soins podologiques et soins de plaies

Clinique médicale de Princeville

840 boul. Baril Ouest
Princeville QC G6L3W6

819 364-2150

Clinique de soins à Ham-Nord

454 rue Principale
Ham-Nord QC G0P1A0

819 460-4208

Centre de
prévention
Suicide
Arthabaska-Érable

Parles-en...
Ta VIE est importante!



Vous pensez au suicide ?

Vous êtes inquiet pour une
personne de votre entourage ?

Vous êtes endeuillé par suicide ?

Nous sommes là pour vous!

24 heures par jour • 7 jours par semaine

MRC DE L'ÉRABLE

819 362-8581

MRC D'ARTHABASKA

819 751-2205

PARTOUT AU QUÉBEC

1 866 APPELLE
(1 866 277-3553)

www.cpsae.ca

PROCHAINE PARUTION: 23 sept. 2024

DATE DE TOMBÉE: 12 sept. 2024

Responsables:

Louis-Marie Lavoie et Andrée Robert

Faites-nous parvenir vos textes et annonces:

hameau@arlitera.com

Hameau en couleurs: www.ham-nord.ca



FORUM CITOYEN

Ham-Nord

Forum Citoyen est un OSBL qui a pour mission de favoriser le développement de projets structurants à Ham-Nord. Nous travaillons pour vous et avec vous! **Pour 15 \$ devenez membre à vie!**

Vous avez des idées, des compétences à partager? Bienvenue!

474, rue Principale, Ham-Nord,
819 344-2828

forumcitoyen@ham-nord.ca

Nouvelle composition du Forum:

Marylène Morin, présidente;
Émilie Lapointe, vice-présidente;
Charles Marceau-Cotton, secrétaire;
Benoit Charbonneau, trésorier;
Administratrices : Sofia Laliberté, Marie-Josée Brault, Claire Dion



Municipalité
amie des aînés;
amie des
enfants!

Avant
de
cliquer,
une
pause
s'impose

Aiguiser vos cyber réflexes

Apprenez comment prévenir, reconnaître
et signaler une fraude.

desjardins.com/securite

