



MARDI 15 AVRIL- 13H À 16H

SALLE DES GÉNÉRATIONS, ST-ONÉSIME

La RÉCRÉATION JEUX DE SOCIÉTÉ

**REJOIGNEZ-NOUS
POUR UN MOMENT DE CONVIVIALITÉ
POUR JOUER OU DISCUTER!**

Jeux de cartes et jeux de société.

Café et collation sur place. (en argent)

GRATUIT

Ouvert à tous !

Informations :

Organisé par Karyne Thériault
418-856-2436

RUBRIQUES

- La Récréation ;
- Appel à tous ;
- Résumé du dernier conseil ;
- Bibliothèque Le Colibri ;
- La Fabrique de Saint-Onésime ;
- Club du Renouveau Âge d'Or ;
- DuoEmploi ;
- Info Environnement ;
- Zone de recharge ;
- Souper-bénéfice fête des pères

CALENDRIER

Calendrier de collecte



7-21



15



11

Prochaine séance du conseil

Lundi, 7 avril 2025

Les phases lunaires

☾ 05 ○ 13 ☾ 21 ● 27

Date de tombée du journal

24 avril 2025

Acheminez vos demandes à :
municipalite@stonesime.com



Municipalité
**SAINT-ONÉSIME
D'IXWORTH**

12, rue de l'Église
Tél. : 418-856-3018
municipalite@stonesime.com

HORAIRE DU BUREAU MUNICIPAL

Lundi et mercredi
8 h 30 à 16 h 30

Mardi
FERMÉ

Judi
8 h 30 à 18 h 00

Vendredi
FERMÉ

Appel à tous

En ces temps de changement, la municipalité souhaite créer un musée dans le local de l'ancienne école du village, situé au 3e étage du bureau municipal. L'objectif est de préserver la mémoire de notre beau village et d'en faire un attrait touristique incontournable du Haut-Pays. **Nous recherchons des objets et des photos commémoratives pour enrichir cette exposition.** Ensemble, gardons notre histoire vivante !

Les dons ou prêts pour copie de photos peuvent être déposés au bureau municipal. Si des bénévoles souhaitent s'impliquer dans ce projet passionnant, vous êtes les bienvenus.

Pour toute question, contactez-nous au téléphone ou par courriel à
418-856-3018 poste: 225 adjointe.dg@stonesime.com



Nous recherchons

RÉSUMÉ DU DERNIER CONSEIL

Compte-rendu de la séance ordinaire du 3 mars 2025,

Tenue au 41, chemin du Village.

Il a été adopté par le conseil :

D'approuver les comptes payés de février 2025, pour un montant de 83 693.09 \$;

D'approuver les comptes à payer en mars 2025, pour un montant de 20 091.18 \$;

De renouveler l'adhésion annuelle pour Fondation de l'Hôpital de Fatima pour 75\$, Action chômage Kamouraska pour 50\$, Centre de prévention au suicide du KRTB pour 10 \$, École de musique Destroismaisons pour 20\$ et URLS pour 100\$;

De retenir les demandes de dons et commandites du Club de gymnastique Gymagine pour 25\$, École Polyvalente La Pocatière-Gala Pléiade pour une Bourse de 100\$, Les p'tit Gobe-lait pour 50\$ et Les Chevaliers de Colomb du conseil #5425 pour 40\$;

De proclamer la journée nationale de promotion de la Santé Mentale Positive le 13 mars 2025 ;

D'établir la rémunération du personnel électoral pour les élections générales du 2 novembre 2025 ;

De demander à la MRC de Kamouraska de procéder à la vente des immeubles pour non-Paiement de taxes et de déléguer un représentant et un substitut de la municipalité et approuver la liste officielle ;

D'abroger la résolution 040-2025 et de remplacer pour la nouvelle Programmation de la TECQ 2024-2028 ;

D'adopter le Règlement 2025-48 de demande commune de regroupement entre la ville de La Pocatière, la Paroisse de Sainte-Anne-de-La-Pocatière et Saint-Onésime-d'Ixworth ;

De renouveler le contrat d'entretien hivernal de la route sous juridiction du MTQ pour les saisons 2025-2026, 2026-2027 & 2027-2028 ;

D'adopter le rapport annuel d'activité en sécurité incendie pour l'année 2024 ;

De demander la modification de l'article 226.2 du Code de la Sécurité Routière qui permet à un pompier d'obtenir l'autorisation d'utiliser un feu vert clignotant sur un véhicule routier autre qu'un véhicule d'urgence lorsqu'il répond à un appel d'urgence provenant un service de sécurité incendie ou d'un service de premiers répondants ;

De demander au gouvernement d'agir relativement à la prise en charges des plastiques agricoles ;

De nommer une personne pour agir comme « employé désigné » Pour le retrait des obstructions menaçantes dans les cours d'eau ;

De renoncer à l'exercice d'un droit de préemption par la municipalité.

La prochaine séance du Conseil aura lieu le 7 avril 2025 à 19 h, au 41, chemin du Village (salle Les Générations).

BIBLIOTHÈQUE



LIBRI

ONÉSIME D'IXWORTH

Pour célébrer le
Ce mois-ci notre exposition



Nous vous rappelons nos heures d'ouverture :

Lundi et mercredi : 8h30 à 16h30
Jeudi : 8h30 à 18h00



Jocelyne Bernier
Responsable de la bibliothèque
418-856-3018 poste 225
biblio.onesime@crsbsp.net



CINÉ CAUSERIE

Suivi d'une discussion avec l'équipe du film

Mercredi 9 avril 17h

Cinéma Le Scénario
La Pocatière

L'événement est possible grâce au soutien :





LA PROTECTION DE LA BIODIVERSITÉ

LA THÉMATIQUE DU JOUR DE LA TERRE 2025

L'objectif est d'encourager le plus grand nombre d'entre nous à **se reconnecter à la nature** et à mieux comprendre l'importance de la **préservation de la biodiversité pour l'équilibre des écosystèmes**, la sécurité alimentaire et la résilience face aux changements climatiques.



Les écosystèmes sont dynamiques : les interactions entre les espèces jouent un rôle central dans le maintien de l'équilibre écologique... ou dans sa dégradation. Par exemple, introduire une nouvelle espèce dans un écosystème où elle n'existait pas naturellement ou, au contraire, en faire disparaître une, peut avoir des conséquences majeures sur l'ensemble de l'écosystème et sur la biodiversité en général.

Les êtres humains sont des êtres vivants comme les autres et, à ce titre, nous faisons partie intégrante de la biodiversité. Nos interactions avec les autres espèces contribuent soit à la préserver, soit à la détruire. Et **les interactions que nous avons eu jusqu'à présent, à travers notre culture de la consommation et la surexploitation des ressources, ont fait plus de mal que de bien.**

La perte de la biodiversité ne touche pas seulement les oiseaux et les abeilles : elle nous affecte directement. Déclin des populations de pollinisateurs, destruction des habitats naturels, dérèglements climatiques... des millions de personnes risquent désormais de faire face à des pénuries alimentaires et à un accès restreint à l'eau potable.

Mais la bonne nouvelle, c'est qu'on peut encore renverser la tendance. Et pour ça, l'action locale est la clé!

Quand une municipalité décide d'agir localement, ça fait une vraie différence.

Pourquoi la biodiversité est essentielle

Sans biodiversité, il n'y a pas d'humanité !!

Biodiversité 101 : petit cours express

Selon [Conservation de la nature Canada](#), la biodiversité est « la variété des plantes et des animaux dans le monde ou dans une région donnée ». Ce dernier élément, « dans une région donnée » est essentiel, car la biodiversité varie énormément d'un endroit à l'autre. La coexistence d'espèces qui interagissent entre elles et avec leur environnement dans une zone géographique donnée forme un système dynamique spécifique appelé écosystème.

L'écosystème d'une forêt est très différent de celui d'une prairie, qui est lui-même distinct de celui de la toundra. La diversité des écosystèmes, la diversité des espèces qui les composent et la diversité génétique au sein de chaque espèce sont trois piliers fondateurs.

Les écosystèmes sont dynamiques : les interactions entre les espèces jouent un rôle central dans le maintien de l'équilibre écologique... ou dans sa dégradation. Par exemple, introduire une nouvelle espèce dans un écosystème où elle n'existait pas naturellement ou, au contraire, en faire disparaître une, peut avoir des conséquences majeures sur l'ensemble de l'écosystème et sur la biodiversité en général.



AVEZ-VOUS PRIS LE TEMPS DE VOUS RECHARGER AUJOURD'HUI?

Quand on est à bout de souffle, on n'est inspirant-e ni pour soi ni pour personne!



Et la recharge quotidienne de vos collègues, elle en est où?

Avoir des zones de recharge contribue grandement à la santé mentale des individus, des milieux, des communautés.



Partageons largement les outils de la campagne de promotion de la santé mentale « Se ressourcer, c'est trouver sa zone de recharge »!

Des outils simples pour favoriser la santé mentale de toutes et tous.

etrebiendanssatete.ca



Présent partout au Québec et engagé dans les régions par l'action de ses organismes membres: SMQ — Bas-Saint-Laurent | SMQ — Chaudière-Appalaches | SMQ — Côte-Nord | SMQ — Haut Richelieu | SMQ — Lac-Saint-Jean | SMQ — Pierre-De-Saurel | SMQ — Rive-Sud | ACSM — Filiale Québec | ACSM — Filiale Saguenay | CAP Santé Outaouais | Centre Accalmie | Comité Prévention Suicide Label-sur-Quévillon | Nouveau Regard Gaspésie | PCSM | RAIDDAT

Le rythme qu'impose la société moderne est très rapide, trop rapide. Il génère une attente de réponses immédiates qui exerce une pression grandissante sur l'environnement, la société, les individus. Si on questionnait ce rythme?

Parmi la population active et les personnes aux études,

48% souhaiteraient ralentir leur rythme de vie¹. **2/5** pensent risquer de se rendre à l'épuisement professionnel s'ils gardent le même rythme².

Avez-vous pris une pause aujourd'hui? Et vos collègues?

PRENDRE LE TEMPS EST NON SEULEMENT LÉGITIME, IL EST NÉCESSAIRE!

Ralentir, se recharger, se ressourcer, c'est une affaire du quotidien. Quand on ne prend pas de pauses, notre cerveau devient prisonnier de l'urgence. Nombreux sont les bienfaits de la pause, notamment:

L'amélioration du bien-être³ et de la satisfaction au travail;

L'augmentation de la créativité, de la concentration, de l'engagement;

Le renforcement des liens et du réseau social au travail⁴.

Vous êtes-vous arrêté-e un instant, aujourd'hui, pour vivre le moment présent, sans penser à vos préoccupations actuelles ou à venir? Et vos collègues?

Une telle action peut apporter divers bienfaits, dont:

- 1 L'amélioration du bien-être psychologique; la réduction des automatismes⁵, de la réactivité émotionnelle et des symptômes anxieux⁶;
- 2 Le développement d'une plus grande acceptation de soi et des autres⁷;
- 3 L'amélioration des fonctions immunitaires; la réduction de la tension artérielle et de l'inflammation⁸.

Saviez-vous que la nature est une excellente source de santé?



Être en contact avec des espaces verts a des effets positifs sur notre état physiologique, en particulier sur la pression sanguine, le rythme cardiaque et le taux de cortisol⁹.

Vivre à proximité de la nature procure aussi de nombreux bienfaits sur la santé psychologique, dont une amélioration de l'humeur et de la vitalité, et une diminution de la fatigue¹⁰.

Avez-vous accès à des espaces verts? Et vos concitoyennes et concitoyens?

Partageons les outils de la campagne «Se ressourcer, c'est trouver sa zone de recharge» etrebiendanssatete.ca

FEMMES ET ENVIRONNEMENT, DOUBLE INJUSTICE ?

70 % des 1,3 milliard de personnes vivant sous le seuil de pauvreté sont des femmes.



158 millions de femmes et filles en plus plongeront dans la pauvreté d'ici 2050, à cause du dérèglement climatique.

Soit 16 millions de plus que les hommes et garçons.

60 à 80 % de la production alimentaire dans les pays en développement est assurée par des femmes.

En cas de sécheresse ou catastrophes naturelles, elles sont les premières exposées.



Elles ont également **14** fois plus de risque de mourir face à une catastrophe climatique.



Les femmes sont **en première ligne** des bouleversements climatiques, mais elles sont aussi **des actrices clés du changement.**

Partout dans le monde, elles **innovent, sensibilisent et luttent** pour un avenir plus durable.



LUTTER CONTRE LES CHANGEMENTS CLIMATIQUES, C'EST AUSSI DÉFENDRE LES DROITS DES FEMMES.

RÉPARE TES TRUCS 2025
«UN SAVOIR-FAIRE À CONSERVER!»
Samedi 26 avril de 9 h à 16 h



L'HIVER EST FINI, TON VÉLO AUSSI? ON LE REMET SUR PIED!

VIENS APPRENDRE AVEC NOUS!



PARTICIPE À LA JOURNÉE "RÉPARE TES TRUCS"

Viens donner une deuxième vie à tes appareils électriques, tes vêtements, tes objets en plastique, et j'en passe!
Des ateliers et des formations sont aussi disponibles sur inscription comme l'atelier de réparation de vélo de Marc!
Fais-vite, les places sont limitées!

OÙ ET QUAND ?

- Samedi 26 avril de 9 h à 16 h
- Bibliothèque François-Hertel du Cégep de La Pocatière (140, 4e avenue Painchaud)

INSCRIPTION (obligatoire)

- Ouvert à tous et gratuit
- Formulaire d'inscription disponible sur l'événement Facebook Répare tes trucs et sur le site web co-eco.org.



Ménage printanier de la garde-robe : 3 bonnes pratiques

La belle saison qui approche vous donne envie de libérer de l'espace dans les armoires et les placards?

Avant de jeter vos textiles usagés, pensez à leur offrir une seconde vie!

1

Organiser

Un événement "Troc tes fringues" avec les amis ou la communauté

2

Donner

Son linge de qualité à la friperie

Consultez le répertoire régional ici

3

Valoriser

En utilisant ses morceaux usés pour un projet de couture, ou en faire des guenilles

Et si aucune de ces actions n'est possible, déposez-les à la poubelle*. En aucun cas, ils ne sont acceptés au bac bleu ou brun, ou à l'écocentre !

* En attendant qu'une meilleure option se développe dans la région.



TOUT SAVOIR SUR VOS ÉCOCENTRES

LA POCATIÈRE
410, 14^e rue Bérubé

Ouvert du 15 avril au 22 novembre

Mardi au samedi (8 h à 16 h)

SAINT-PASCAL
236, avenue du Parc

Ouvert du 16 avril au 22 novembre

Mercredi au samedi (8 h à 16 h)

SAINT-ALEXANDRE-DE-KAMOURASKA
619, route 289

Ouvert du 17 avril au 22 novembre

Tous les jeudis (8 h à 16 h 30)

et
1^{er} et 3^e samedi du mois
(de 8 h à 12 h)

L'ÉCOCENTRE N'EST PAS UN DÉPÔTOIR! Notre priorité?
Le réemploi, le recyclage et la revalorisation.

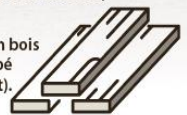
OBLIGATOIRE

Triez vos matières AVANT d'arriver à l'écocentre.

Informez-vous sur les matières acceptées.

ON NE GASPILLE PAS LE BOIS, ON LE TRIE!

Tout ce qui est en bois doit être regroupé (mélamine à part).



Les dates et heures d'ouvertures sont susceptibles de changer en fonction des conditions météorologiques. Consultez notre site web ou notre page Facebook pour les dernières mises à jour.



Pour plus d'informations
co.eco.org | 1 888 856-5552

Réduire et changer nos habitudes de consommation permet de diminuer les déchets sur notre planète.

De plus, une utilisation adéquate des bacs de tri est essentielle.

Vous pouvez aussi envisager le **compostage** pour réduire davantage votre impact environnemental.



ACCEPTÉ*

RÉSIDUS ALIMENTAIRES
(crus, cuits ou périmés)

- Fruits et légumes
- Viandes, volailles et os
- Poissons, fruits de mer
- Oeufs et coquilles
- Écales de noix et noyaux de fruits
- Produits laitiers
- Graisse animale et végétale
- Pâtes, pain, céréales, riz
- Gâteaux, biscuits, bonbons
- Tartinade, confiture, condiments
- Café, filtres à café et sachets de thé
- Aliments frits ou en sauce

RÉSIDUS VERTS

- Fleurs et plantes
- Résidus de jardin et de plates-bandes

PAPIERS ET CARTONS SOUILLÉS

- Boîtes de pizza, de pâtisserie
- Essuie-tout et serviettes de table

Au besoin, enveloppez les matières d'une feuille de papier journal, d'un sac en papier ou encore d'un sac compostable.

REFUSÉ*

- Arbustes et branches
- Feuilles d'automne
- Gazon coupé
- Sciure et copeaux de bois
- Terreau d'emportage, terre ou sable
- Résidus d'agriculture commerciale

- Matières recyclables
- Litière et excréments d'animaux os d'équarrissage et animaux morts
- Couches, tampons et serviettes hygiéniques
- Mouchoirs
- Vêtements
- Mousse de sècheuse et poussière
- Produits désherbants et engrais
- Résidus domestiques dangereux
- Produits ménagers et savon
- Produits pharmaceutiques
- Cendres même refroidies

SACS
Tous les sacs en **PLASTIQUE NON COMPOSTABLES** sont interdits.

CÉLÉBRATIONS DOMINICALES À L'ÉGLISE DE SAINT-ONÉSIME

MOIS D'AVRIL 2025



DATE	SERVICE	HEURE
Dimanche 6 avril 2025	Messe	9 h
Dimanche 13 avril 2025 (Rameaux)	Célébration de la Parole	9 h
Dimanche 20 avril 2025 (Pâques)	Messe	9 h
Dimanche 27 avril 2025	Célébration de la Parole	9 h

Bienvenue à tous !

Jean Bernier,
Président du Conseil de fabrique

CLUB DU RENOUVEAU ÂGE D'OR

Club du Renouveau- Âge d'Or St-Onésime

Le Club 50+ de Saint-Onésime

Prochain dîner : le mardi 22 avril (Musique et danse avec Jean-Paul et Sylvie).

Merci aux personnes qui ont fait salle comble le 25 mars, lors du dîner cabane à sucre.



Escapade dans Bellechasse : Samedi 10 mai 2025

Le Club du Renouveau, avec la collaboration du Club 50+ de Saint-Gabriel prépare une randonnée en autobus de luxe (neuve, équipée de toilettes), dans le but de visiter les anciennes écoles de rang de Bellechasse, dans 10 municipalités (si l'autre option est choisie par les promoteurs, 7 municipalités et retour une heure plus tôt). Saint-Michel, Saint-Charles, Saint-Gervais, Saint-Anselme, Saint-Lazare, Bukland, Saint-Philémon, Armagh, Saint-Raphaël et Saint-Vallier.

Le guide, M. Robert Tessier est l'auteur principal du livre L'époque des écoles de rang, 1824-1964, Regards sur Bellechasse, Les Éditions GID, 2017, 521 pages, avec moult belles photos.

52 places disponibles, pour les premiers inscrits. Bienvenue spéciale à nos anciennes maîtresses d'écoles, aux instituteurs, institutrices d'autrefois, aux enseignantes et enseignants.

Inscriptions avant le 10 avril. Le prix sera aux environs de 90\$, **comportant le dîner**, à cause du prix de l'autobus, dû au kilométrage élevé. (Environ 700 Kilomètres)

Bon printemps à toutes et tous,

André Hudon, président (418-856-1559)

duoemploi

Du 1^{er} au 7 juin

DuoEmploi, c'est une rencontre entre les personnes handicapées et les employeurs lors d'un stage exploratoire d'une journée.



Vous êtes une personne handicapée de 16 ans ou plus?

Trois bonnes raisons d'y participer

- Pour vivre une expérience de stage exploratoire d'un jour dans un milieu de travail
- Pour démontrer votre motivation et vos compétences à un employeur
- Pour explorer un métier qui vous intéresse, dans une entreprise de votre région

Moments clés de la journée

- Visiter l'entreprise qui vous accueille
- Rencontrer votre marraine ou parrain pour bien lui expliquer votre condition et vos limites
- Participer à la réalisation de certaines tâches dans le poste qui vous est assigné

Conditions gagnantes pour un stage réussi

- Être disponible et avoir une réelle motivation
- Démontrer votre intérêt et participer aux tâches qui vous seront confiées
- Porter les équipements nécessaires et respecter les consignes

Voyez ce qu'en disent des participants et participantes des dernières années

« Merci de m'avoir permis de voir quelles sont les possibilités pour une personne comme moi. »
Stéphanie, stagiaire

« Découvrir ces personnes qui sont, soi-disant, différentes de nous, alors qu'en fin de compte, ce sont des personnes comme tout le monde. On a juste besoin de s'adapter. Ils [les employeurs] seraient peut-être surpris [de voir] que, dans le milieu du travail, les personnes handicapées sont capables de faire de très belles choses. »
Patrick, employeur

Vous êtes un employeur?

Trois bonnes raisons d'y participer

- Pour offrir la chance à une personne handicapée de vivre une journée d'immersion dans votre entreprise
- Pour découvrir une main-d'œuvre compétente, disponible et motivée
- Pour valoriser la diversité au sein de votre milieu de travail et démontrer vos valeurs d'inclusion

Votre rôle pour une journée réussie

- Accueillir la personne stagiaire dans l'entreprise
- Aider la personne à se familiariser avec les lieux et le personnel
- Permettre à la personne stagiaire de participer à la réalisation de certaines tâches dans le poste que vous lui avez assigné
- Accompagner la personne participante durant cette journée

Comment agir pour faciliter les choses lors de cette journée

- Désigner un parrain ou une marraine qui accompagnera la personne stagiaire tout au long de la journée
- Assurer un environnement de travail sécuritaire et respectueux de la condition de la personne
- Fournir le matériel de protection et les outils de travail nécessaires
- Faire vivre à la personne stagiaire une expérience gratifiante et inclusive

Vous souhaitez participer à la prochaine édition de DuoEmploi?

Rendez-vous à Quebec.ca/duoemploi

Si vous avez des questions ou si vous avez besoin d'aide pour l'inscription, composez le 438 798 0788 ou le 1 833 376-7374 (1 833 3RO-SEPH) ou communiquez avec l'équipe DuoEmploi à duoemploi@roseph.ca.



ROSEPH



Québec



BOUGE TES FESSES

Fais le test de dépistage du cancer colorectal

Le cancer colorectal est la 2^e cause de décès par cancer au Québec.

Prenez rendez-vous sur [Clic Santé](http://ClicSanté) ou parlez-en à un ou une médecin ou un/une IPS.

Que la joie se glisse dans vos coeurs dès les premiers instants de ce matin de Pâques et se perpétue tout au long de l'année.





SOUPER-BÉNÉFICE DE LA FÊTE DES PÈRES

Toute la population des environs est invitée pour le souper BBQ de la fête des Pères, qui aura lieu

le samedi soir 14 juin 2025 de 17 h à 18 h

à la salle « Les Générations » de Saint-Onésime-d'Ixworth.

Coût du billet : 22 \$

Des tables seront à votre disposition à la salle pour prendre le repas sur place. Vous pouvez aussi choisir la formule « pour emporter ». La livraison peut être faite sans frais dans les limites de la municipalité.

Comme nous devons commander le poulet à l'avance, il est important de réserver vos billets tôt pour être assuré d'en avoir. La date limite d'inscription est le dimanche 8 juin 2025.

Cette activité est organisée par le Conseil de fabrique de Saint-Onésime pour aider au maintien de nos installations.

Vos marguilliers : Jean Bernier et Monique Caron (856-3518),

Benoît Pilotto (856-3559) et Gilbert St-Amant (714-4973).