

# Le Rivière

Journal communautaire  
destiné à la population  
de **Rivière-Ouelle**

Volume 25  
Numéro 02  
Février 2026

WEB



Crédit photo : Anyse Lévesque

NE MANQUEZ PAS LA FÊTE DES NEIGES  
LE 21 FÉVRIER PROCHAIN!

LISEZ LES DÉTAILS À LA P.11



# Le mot de Marjolaine

Par Marjolaine Côté

De nos jours, on parle beaucoup d'anxiété et de la façon dont chacun vit ces moments difficiles. Moi, j'ai débuté janvier dans la jovialité parce que tout ne va pas toujours mal. Alors, comme résolution de l'année, j'ai choisi d'accorder plus de temps à la gratitude en appréciant ce que j'ai et ce que je reçois de mon entourage. Prendre soin de moi et des autres, exprimer ma reconnaissance par des mots ou des actions, voilà mon plan pour 2026.

En cultivant la gratitude, on apprend à savourer l'instant présent et à apprécier ce que l'on possède déjà, plutôt que de se concentrer sur ce qui nous manque. Je crois vraiment que d'exprimer la reconnaissance nous aide à garder un état d'esprit positif et un cœur jeune.

J'ai lu récemment que le

fait de donner rend notre cerveau heureux, car le don sous différentes formes est synonyme de bonheur. Philippe Tobler, neuropsychologue à l'Université de Zurich, mentionne à la suite d'études d'imagerie médicale sur le don : « Chez les gens qui donnaient à autrui, il y avait plus de communication entre les régions du cerveau associées à la générosité ». Il semble même que le bonheur lié au don soit présent dès l'enfance selon les recherches de Lara Aknin, psychologue à l'Université Simon Fraser en Colombie-Britannique : « Les recherches ont démontré que la tendance à la générosité existe dès l'âge de 2 ans ». C'est dommage que certaines personnes la perdent en vieillissant.

Je vous invite vous aussi à pratiquer la gratitude en

portant une attention aux petits gestes que vous pourriez faire autour de vous et aux moments qui rendent votre quotidien plus doux. Je suis persuadée que dire un simple merci ou apprécier un sourire, une aide inattendue ou simplement une douceur du moment, nous aideront tous à générer des petits bonheurs. L'important, c'est d'être authentique dans ses gestes et ses propos.

Février offre aussi de belles occasions pour créer de précieux souvenirs comme à la Saint-Valentin convoitant l'amour et l'amitié. Parfois, il suffit de pas grand-chose pour réchauffer les cœurs.

À cet égard, je m'adresse à l'équipe du Rivière WEB et je vous dis un énorme MERCI pour le travail que vous accomplissez au journal. Votre bonne humeur est contagieuse.

## Table des matières

Le mot de Marjolaine .....	2
États financiers 2025 du journal Rivière WEB .....	3
Bibliothèque municipale .....	4
Le Rivière WEB - Calendrier 2026 .....	6
Les Deschamps-Macard .....	7
Fait véridique ou légende paroissiale? .....	8
Le BLOC-NOTES de Rivière-Ouelle .....	10
La Fête des Neiges le 21 février .....	11
La chronique, une pharmacie dans votre jardin : l'agastache ..	12
Une invitation de La Maison de Jean-Baptiste .....	14
La recette coup de cœur de Guyane pour la Saint-Valentin .....	15
Une travailleuse de milieu auprès des personnes âgées.....	16
Au son des cloches.....	17
Immigrer, vous connaissez? .....	18
Calendrier .....	20

## Le Rivière WEB

Comité du journal

Marjolaine Côté, coordination et correction  
Roger Martin, membre honoraire et correction  
Christine Lavoie, suivi financier et recherche  
Marie Dubois, correction  
Line Gigault, correction  
Nick Micho, graphisme

Disponible via le site internet de la municipalité  
[www.riviereouelle.ca](http://www.riviereouelle.ca)

Veillez envoyer vos textes, vos questions et vos suggestions par courriel à l'adresse suivante :  
[leriviereweb@riviereouelle.ca](mailto:leriviereweb@riviereouelle.ca)

Municipalité de Rivière-Ouelle  
133, Route 132  
Rivière-Ouelle (Qc) G0L 2C0  
418 856-3829

Malgré les efforts des membres du comité du journal, des fautes ou même des erreurs peuvent s'être glissées dans cette édition; nous nous en excusons. De plus, certains textes pourraient exceptionnellement avoir été modifiés au besoin.

Recettes et déboursés

**RECETTES**

Abonnements postaux.....	245.00	\$
Publicités.....	2,005.50	\$
Commandites pour le 15 <sup>e</sup> anniversaire.....	5,960.00	\$
Commandite pour le Journal .....	550.00	\$
Ventes Édition spéciale 15 <sup>e</sup> .....	660.00	\$
Ventes Édition scolaire 15 <sup>e</sup> .....	460.00	\$
<b>Total des recettes .....</b>	<b>9,880.50</b>	<b>\$</b>

**DÉBOURSÉS**

Abonnements postaux.....	222.57	\$
Distribution postale.....	1,143.39	\$
Frais de caisse.....	95.40	\$
Frais d'impression.....	81.79	\$
Frais administratifs.....	220.00	\$
Dépenses 15 <sup>e</sup> .....	2,429.41	\$
Don à l'école des Vents-et Marées - vente éd. scolaire 15 <sup>e</sup> ..	460.00	\$
<b>Total des déboursés .....</b>	<b>4,652.56</b>	<b>\$</b>

Différence des recettes sur les déboursés.....5,227.94 \$

**Solde à la caisse au 1 janvier 2025 .....**1,876.21 \$

**Solde à la caisse au 31 décembre 2025 .....**7,104.15 \$



Rivière-Ouelle

Bureau municipal  
133, route 132  
Rivière-Ouelle (Québec) G0L 2C0  
418 856-3829  
[info@riviereouelle.ca](mailto:info@riviereouelle.ca)  
[www.riviereouelle.ca](http://www.riviereouelle.ca)

Heures d'ouverture  
Lundi, mardi et jeudi : 8h30 à 12h et  
13h à 16h30  
Mercredi et vendredi : Fermé

# Bibliothèque municipale

Par François Chalifour

## LITTÉRATURE QUÉBÉCOISE : Beaucoup de nouveautés sur notre présentoir

La collection locale de la bibliothèque compte plus de 300 romans. Vous pouvez les repérer sur les rayonnages : l'étiquette de classement (cote) indique *Coll. locale* et comporte le logo de la municipalité. Évidemment dans cette collection locale de très nombreux romans sont québécois et de tous les styles; récemment, la bibliothèque a enrichi cette collection. Voici la liste de ces nouvelles acquisitions : **Poudreuse**, Sophie Lalonde-Roux, **Amiante**, Sébastien Dulude, **Petite-Ville**, Mélikah Abdelmoumen, **Tout me revient maintenant**, Jean-Michel Fortier, **Implosion**, Laurence Florisca Rivard, **Oasis**, **Le garçon d'encre**, **Le réveil des érables**, Marie-Christine Chartier, **Les ressources naturelles**, Christiane Vadnais, **Quand j'ai quitté l'île Nepawa**, Julien Pelletier, **Quand viendra l'aube**, Dominique Fortier, **Le dénuement**, Anne Genest, **Eka Ashate : Ne flanche pas**, Naomi Fontaine, **Ici par hasard**, Carolanne Foucher, **On le dira pas à nos enfants**, Sophie Laurin.

Vous retrouverez ces volumes sur le présentoir à l'entrée de la bibliothèque

## EXPOSITION DE VOLUMES : Jusqu'au 6 mars et pour tous les âges LES POMPIERS

Une exposition haute en couleurs et comportant de très beaux albums richement illustrés et

explorant le fascinant univers de ces héros contemporains que sont les pompiers!

Dans cette exposition qui saura intéresser toute la famille, vous pourrez retrouver une foule d'informations au sujet de la vie palpitante de ces personnes qui sont prêtes à tout pour sauver des vies. Des faits vécus, des moments intenses, des documentaires hyper instructifs et détaillés... Entrez dans cet univers d'émotions, de défis, où les courageux pompiers dépassent régulièrement leurs limites pour assurer la sécurité des communautés. Une quarantaine de volumes, des modèles réduits d'anciens camions de pompiers et un grand tableau laminé illustrant des modèles *vintage* de camions de pompiers de 1909 à 1959.

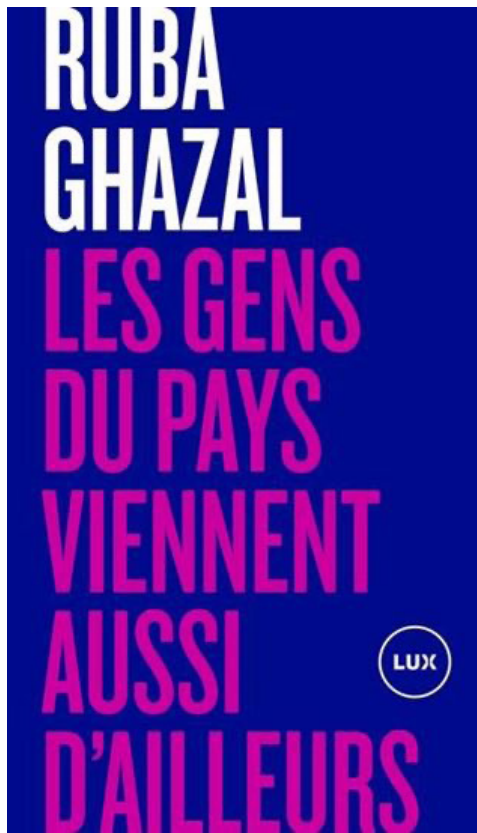
## LA REVUE LITTÉRAIRE DE JÉRÉMIE ST-PIERRE

*Les gens du pays viennent aussi d'ailleurs, de Ruba Ghazal, Lux Éditeur, 192 pages, 2025.*

Le premier livre de Ruba Ghazal est certainement l'un des essais les plus importants de l'automne au Québec. Celle qui est porte-parole de Québec solidaire depuis un peu plus d'un an maintenant nous fait cadeau d'un ouvrage touchant, court mais efficace, qui retrace à la fois son parcours de vie, ses défis personnels et ses ambitions politiques pour le Québec. Le livre se lit bien: il parle d'immigration, biensûr, mais aussi d'économie, d'environnement et de sa jeunesse au Moyen-Orient. À mi-chemin entre l'essai politique et l'autobiographie, la politicienne réussit à nous transmettre sa



passion pour la politique et la justice sociale. En 192 pages, Ruba Ghazal couvre beaucoup de terrain. Elle commence par ses origines familiales palestiniennes et son premier exil au Liban. Elle enchaîne ensuite avec son arrivée au Québec, sa rencontre avec ses collègues de classe québécois et sa découverte de la langue française. L'exercice est touchant : on y retrouve des échos des nombreux romans de l'immigration qui ont connu du succès ces dernières années, notamment celui de la regrettée Caroline Dawson (Là où je me terre). La suite est plus politique. La députée de Mercier, sur l'île de Montréal, expose son indépendantisme, son progressisme social et son ouverture à l'immigration. Elle le fait en rattachant toujours ses positions à des expériences vécues, que ce soit dans sa vie personnelle ou au contact de Québécois. S'il ne s'agit pas d'un monument de philosophie politique ou d'argumentation technique, on referme le livre avec le sentiment non seulement de mieux connaître les croyances politiques de la politicienne,



mais aussi de mieux la connaître personnellement. Le moment fort du livre arrive sans aucun doute lorsqu'elle aborde les difficultés personnelles qu'elle a vécues avant de devenir députée. Elle réussit à nous transmettre à merveille les sacrifices que ses choix de carrière l'ont amenée

à faire, ainsi que le prix qu'elle a payé pour ces choix-là. Les cyniques diront qu'elle a réussi à se faire du capital de sympathie avec cet ouvrage; je pense surtout qu'elle a lancé une bouteille à la mer pour celles et ceux qui veulent bien la récupérer. Cet essai ne devrait effrayer personne : il se lit sans problème. **Les gens du pays viennent aussi d'ailleurs** est le premier livre de Ruba Ghazal.

Horaire de la bibliothèque municipale :

**Lundi et mercredi de 19h à 20h,  
Dimanche 10h30 à midi,  
sauf les jours fériés.**

École des Vents-et-Marées, porte arrière,  
2<sup>e</sup> étage.

INFO : FRANÇOIS CHALIFOUR,  
418 856-5493

[frankychalif@gmail.com](mailto:frankychalif@gmail.com)



**CONSTRUCTION**  
Pierre Bonenfant Inc.

418 866-8670

176, boul. Bégin, St-Pacôme (QC) G0L 3X0

estimation@constructionpierrebonenfant.com

**VOTRE SPÉCIALISTE  
EN PORTE & FENÊTRES**

*Marc-René Lizotte* inc.  
Cabinet de services financiers

ASSURANCE-VIE  
ASSURANCE SALAIRE  
ASSURANCE COLLECTIVE  
REER - FERR - REEE - RENTE VIAGÈRE - ÉPARGNE COLLECTIVE

Représentant  
en épargne collective  
inscrit auprès de : **MICA**  
CAPITAL  
CABINET DE SERVICES FINANCIERS

BUR.: 418 856.1391  
CELL.: 418 354.8057

TÉLÉC.: 418 856.6696  
marlizot@mrlizotte.ca

Édition 2026	Date de tombée des textes (le 2 <sup>e</sup> lundi du mois)	Distribution postale et mise en ligne WEB (le dernier mercredi du mois)
Janvier	Lundi 8 décembre 2025 (spécial Noël)	Mardi 23 décembre 2025*
Février	Lundi 12 janvier 2026	Mercredi 28 janvier 2026
Mars	Lundi 9 février 2026	Mercredi 25 février 2026
Avril	Lundi 9 mars 2026	Mercredi 25 mars 2026
Mai	Lundi 13 avril 2026	Mercredi 29 avril 2026
Juin	Lundi 11 mai 2026	Mercredi 27 mai 2026
Juillet	Lundi 8 juin 2026	Mardi 23 juin 2026*
Août	Lundi 29 juin 2026*	Mercredi 29 juillet 2026
Septembre	Lundi 10 août 2026	Mercredi 26 août 2026
Octobre	Lundi 14 septembre 2026	Mercredi 30 septembre 2026
Novembre	Lundi 12 octobre 2026	Mercredi 28 octobre 2026
Décembre	Lundi 9 novembre 2026	Mercredi 25 novembre 2026
Janvier 2027	Lundi 7 décembre 2026*	Mercredi 23 décembre 2026*

\* Sauf exception





# PASSEURS DE MÉMOIRE

Suivez les traces de Jean-Baptiste-François Deschamps de La Bouteillerie qui aura laissé sa marque sur le territoire de sa seigneurie.

## Les Deschamps-Macard

En 1672, à dix-sept ans, CATHERINE MACARD, fille de Marguerite Couillard et de Nicolas Macard, épouse JEAN-BAPTISTE FRANÇOIS DESCHAMPS. Cette union permet à ce dernier de s'intégrer à l'élite coloniale puisque sa

jeune épouse appartient à la noblesse française qui s'y est établie. Quelques jours après les noces, l'Intendant Talon concède à Deschamps la seigneurie de La Bouteillerie aussi appelée de la Rivière-Ouelle. Deschamps contribuera fortement à son développement.

Son arrivée en Nouvelle-France fait bien l'affaire de Jean Talon qui déclare que « si les gens de cette qualité prennent aisément cette route, bientôt le Canada se remplira de personnes capables de le bien soutenir<sup>1</sup> ».

Du mariage de Catherine Macard et de Jean-Baptiste-François Deschamps naissent six enfants, dont Charles, chanoine de la cathédrale de Québec, et Henri-Louis, sieur de Boishébert, héritier de la seigneurie de La Bouteillerie. En 1701, soit bien

après le décès de sa femme Catherine en 1681, Deschamps épouse Jeanne Chevalier, veuve de Robert Lévesque, un des premiers colons établis dans sa seigneurie et avec qui il est arrivé en Nouvelle-France.

Si vous désirez en apprendre plus sur cette famille et partir sur les traces de ces pionniers, procurez-vous le circuit Passeurs de mémoire de cette famille au <https://www.passeursdememoire.com/circuit/deschamps>

<sup>1</sup> Nive Voisine, « DESCHAMPS DE LA BOUTEILLERIE, JEAN-BAPTISTE-FRANÇOIS », dans *Dictionnaire biographique du Canada*, vol. 2, Université Laval/University of Toronto, 2003-, consulté le 27 oct. 2021, URL : [http://www.biographi.ca/fr/bio/deschamps\\_de\\_la\\_bouteillerie\\_jean\\_baptiste\\_francois\\_2F.html](http://www.biographi.ca/fr/bio/deschamps_de_la_bouteillerie_jean_baptiste_francois_2F.html).





**RÉPARATION & VENTE :**

- LAMPE ALADIN
- LAMPE À L'HUILE
- LAMPE ÉLECTRIQUE
- LUMINAIRE ANTIQUE ET NEUF

*Bertrand Hudon & Silvia Soares*

**132, Route 132, Rivière-Ouelle, Québec G0L 2C0**  
**Tél.: 418 856-4009 Cell.: 418 714-8950**





**La réédition du livre 1672-1972 est maintenant disponible**

Il était attendu, le voici enfin qui montre le bout du nez. Vous retrouverez le texte intégral de la première édition, avec l'ajout d'un quatrième chapitre écrit par l'éditeur, relatant brièvement les 50 dernières années de Rivière-Ouelle.

Vous pouvez vous le procurer au bureau municipal au montant de **39,95\$** plus taxes.





# Fait véridique ou légende paroissiale?

Par Jean Vézina

2018, j'étais tout simplement allé chercher des tables et des chaises à l'église Notre-Dame-de-Liesse de Rivière-Ouelle pour les installer à la Chapelle du quai : c'était la première saison d'activités de la chapelle et l'ouverture d'un charmant café.

Donc, je me suis retrouvé sous la fondation de l'église à admirer les pierres, les immenses poutres et les colonnes taillées dans le bois qui soutiennent cette grande église.

Ma première exploration se poursuit avec Jean Deschênes et Clément Dubé. Jean est encore aujourd'hui le gardien de l'église, le sacristain. Quant à Clément, il était à cette époque le président de la Fabrique de la paroisse Notre-Dame-de-Liesse.

J'apprends qu'il y aurait des curés inhumés dans la crypte sous le sanctuaire<sup>1</sup>. Vite, allons voir car ma curiosité est à son plus haut; à l'emplacement, aucune stèle. Il y aurait eu jadis une affiche en bois mais elle a disparu : donc, rien qui confirme l'inhumation... Déçu, je me retrouve face à une légende urbaine ou plutôt à une légende paroissiale...

À l'automne 2025, je relance Jean et Clément car je suis curieux de savoir s'il s'agit d'une légende ou d'un fait historique sachant qu'à une époque, on inhumait des dépouilles dans la crypte de certaines églises du Québec. Cette pratique se nommait « Ad sanctos » [du latin « près des saints »].

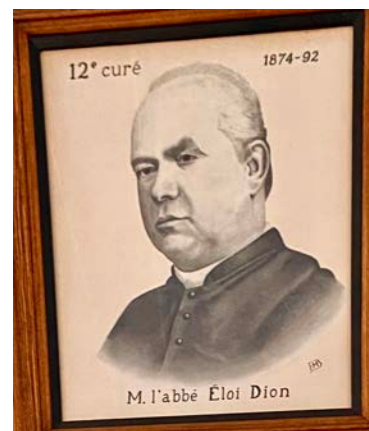
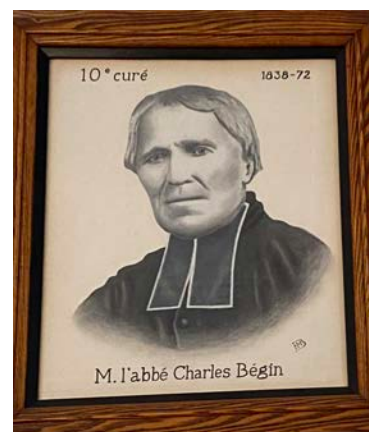
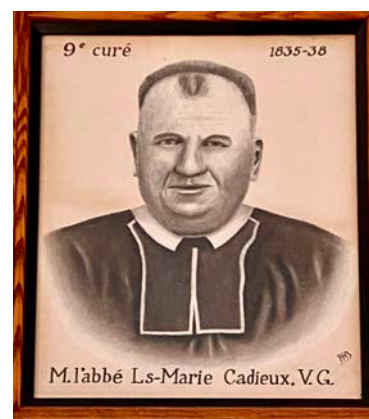
Donc, je me mets non pas à forer le sol de la crypte mais plutôt à rechercher des indices, des documents et des informations. Ma visite se poursuit dans l'église notamment dans la sacristie. On m'indique 2 plaques en pierre noire qui identifient 3 curés de la paroisse Notre-Dame-de-Liesse (leur nom, l'année de leur décès et la durée de leur mandat à la paroisse).

Louis-Marie Cadieux, Vicaire général, 9<sup>e</sup> curé de 1835 à 1838, décédé le 13 juin cette année-là. Il aurait fait construire à même sa fortune le plus imposant presbytère de la Côte-du-Sud en 1836 à Rivière-Ouelle : un édifice en pierre érigé sur deux étages qui n'existe plus<sup>2</sup>.

Charles Bégin, archiprêtre, 10<sup>e</sup> curé de 1838 à 1872, décédé le 16 juin cette même année. Il a été à la tête de la paroisse de Rivière-Ouelle (Notre Dame-de-Liesse) près de 34 années. Il céda un terrain ce qui permit la construction de l'église de Saint-Pacôme (sur le site actuel). Cela consolida véritablement la naissance de cette paroisse, le 8 février 1851. Le 10 mai 1852, la première grand-messe y est dite par le curé Bégin dans la première église de Saint-Pacôme<sup>3</sup>.

E.V. Dion, 12<sup>e</sup> curé de 1874 à 1892, décédé le 2 décembre 1897. Sous l'initiative de l'abbé Dion, le Diocèse céda à la municipalité le terrain sur lequel le pont Gagnon prendra assise face à l'église actuelle. En effet, en mai 1889, la municipalité et la

Fabrique obtiennent de l'évêque l'autorisation de construire le pont sur le terrain de la Fabrique<sup>4</sup>. On peut encore apercevoir les assises de ce pont face à l'église.



Crédit photos : Jean Vézina

Voilà pour leur legs, mais pourquoi ces 3 curés dans la crypte et pas les autres qui ont œuvré à Rivière-Ouelle? Ils sont plusieurs à avoir été à la tête de la paroisse : j'en ai dénombrés 28 et 25 ont leur portrait exposé sur un mur de la sacristie. On m'indique que les autres curés auraient été enterrés soit à leur lieu de naissance ou encore dans une paroisse où ils auraient exercé un mandat à titre de curé. Pour les 3 curés qui auraient été enterrés « Ad Sanctos » sous le sanctuaire, serait-ce en raison de leur legs à notre paroisse? Mais diantre, suis-je toujours confronté à une légende paroissiale?

J'ai poursuivi ma visite avec Jean et Clément dans notre église et j'ai pu constater qu'elle renferme plusieurs objets autres que des crucifix, notamment beaucoup de photos de personnages. Outre celles des curés de notre paroisse, deux autres photos attirent

particulièrement mon attention : celle du shérif de Rivière-Ouelle et celle du célèbre curé Labelle. Je n'aurais jamais pensé à la présence d'un shérif à Rivière-Ouelle. Mais pourquoi une photo du curé Antoine Labelle? Oui! oui! celui du téléroman « Les Belles Histoires des pays d'en haut », ce colonisateur des Laurentides, surnommé le roi du Nord.



On me précise qu'il serait arrêté à Rivière-Ouelle et qu'il y aurait célébré une messe! L'excellent site Fil Rouge relate la venue du curé Labelle à Rivière-Ouelle et l'impact qu'il a eu pour le futur de notre paroisse <sup>5</sup>.

M'enfin, je suis déçu de ne pas avoir élucidé cette légende paroissiale des 3 curés enterrés « Ad sanctos », mais combien heureux de mes découvertes. Je remercie Jean et Clément de leur générosité et du temps qu'ils m'ont accordé.

Note et sources :

1- Sanctuaire : Partie de l'église située autour de l'autel où s'accomplissent les cérémonies liturgiques (réf : Larousse)

2- Le Placoteux - Les presbytères de Rivière-Ouelle, 25\06\2017 <https://leplacoteux.com/les-presbyteres-de-riviere-ouelle>

3- Municipalité de Saint-Pascal - origine de la paroisse <https://st-pacome.ca/vivre-ici-decouvrir/?id=stpacome-histoire>

4- Fil Rouge - Les ponts <https://baladodecouverte.com/circuits/559/circuit-fil-rouge-riviere-ouelle>

5- Fil Rouge - Le pont Gagnon, <https://filrougeinc.com/le-marqueur-famille/le-marqueur-francois-soucy/#:~:text=En%201887%2C%20Mercier%20et%20son,le%20terrain%20de%20la%20Fabrique.&text=Pour%20en%20savoir%20plus%20sur%20les%20ponts%20de%20Riviere%20Ouelle,sa%20station%20«%20Les%20ponts%20»>.

Design Intérieur  
Décoration & Plan

Studio *TM* Déco Design

*Vanessa Michaud*  
Rivière-Ouelle  
418 371-7171

studiovm2011@outlook.com ✉

www.studiovm.info

**Antiquités du Kamouraska**

*Boutique d'antiquités, décorations et objets de collection*  
*Achat, vente et restauration*

Serge Dionne propriétaire  
115 route 132, Rivière-Ouelle  
**Téléphone: 418-551-0691**  
Courriel: [dionneserge@hotmail.ca](mailto:dionneserge@hotmail.ca)

NEQ: 2273221863

Suivez-nous sur facebook

**ROGER RICHARD**  
ADMINISTRATEUR COMPTABLE

**IMPÔTS DES PARTICULIERS**

Téléphone : 418 856-4010      107, rang de l'Éventail

Télécopieur : 418 856-4115      Rivière-Ouelle, Québec

Courriel : [rrichard721@hotmail.com](mailto:rrichard721@hotmail.com)      G0L 2C0

# Le BLOC-NOTES de Rivière-Ouelle



## CERCLE DE FERMIERES

Amies Fermières, on se retrouve le 3 février 13h30 à la salle communautaire de Rivière-Ouelle pour un "mardi activités"; chacune apporte son projet. Nous aimerions aussi profiter de ce moment pour découvrir quel type d'atelier de formation pourrait vous intéresser pour celui de mars.

La réunion mensuelle se tiendra le 10 février dès 13h30 à la salle communautaire de Rivière-Ouelle.

### **Bienvenue à toutes!**

Marie-Andrée Trudel, présidente

418 856-4010

## ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE DU CLUB ÂGE 50+ DE RIVIÈRE-OUELLE

**Quand** : jeudi 5 février 2026

**Heure** : 10h30

**Endroit** : Salle communautaire de Rivière-Ouelle (sous-sol de l'église)

**S'adresse** : à toutes les personnes de 50+ de Rivière-Ouelle.  
Inscription obligatoire avant le 3 février 2026 auprès :

Ginette Pelletier : 418 856-5915

Nicole Beauchesne : 418 856-3666

Margo Moreau : 418 856-3304

Le dîner vous sera servi gratuitement si vous assistez à l'assemblée générale annuelle.

### **Bienvenue à toutes et à tous!**

Margo Moreau, présidente  
Club Âge 50+ de Rivière-Ouelle



## CAFÉ-RENCONTRE



**Quand** : mercredi 4 février 2026 à 13h30

**Où** : Salle communautaire (sous-sol de l'église) de Rivière-Ouelle, 103 de l'église

**Thème** : Le Théâtre Populaire Régional lève le rideau! Trois acteurs dont le metteur en scène vous dévoilent l'ensemble du travail derrière une production théâtrale.

**Par** : Claude Bois, Marie Dallaire et Lorraine Demers

**C'est gratuit! Bienvenue à tous!**

Marie Dubois pour la table d'harmonisation des aînés (THA)

## LE DIMANCHE 8 MARS PROCHAIN, VENEZ BRUNCHER SOUS LE THÈME

« **ALLONS À LA CABANE!** »

Nous vous attendons entre 10h et 13h à la salle communautaire de Rivière-Ouelle (sous-sol de l'église) pour un repas de cabane à sucre.

Coût : Adulte 20 \$ et enfants 15 \$, payable sur place.

**Après le repas, vous êtes les bienvenus pour une partie de cartes.**

**Retenez cette date pour venir fêter ensemble dans la bonne humeur!**

Margo Moreau, présidente du Club 50+ de Rivière-Ouelle



## La Fête des Neiges à Rivière-Ouelle



Rivière-Ouelle

Une 3e édition de la Fête des Neiges se tiendra le samedi 21 février de 11h à 15h30 au parc municipal de Rivière-Ouelle, 111 de l'église.

### Toutes les activités sont gratuites!

Ouelli vous attend pour faire tout plein d'activités (apportez votre équipement pour patinage, ski de fond, raquettes) :

- Glissade sur tube
- Combat d'épée de mousse
- Pétanque d'hiver
- Patinage libre
- Ski de fond, raquette et marche sur le sentier Notre-Dame
- Joute de soccer sur neige en famille
- Il y aura de la tire sur neige et des jeux d'animation!

Café et chocolat chaud offerts gratuitement.

Bouffe à prix populaire \$ : soupe, hot-dog, grignotine, boisson gazeuse et jus (argent comptant svp).

### Souhaitons-nous de la neige!



Émondage Marc Lizotte



Arboriculteur

418-866-9622

### À votre service depuis 2011!

- Abattage d'arbre
- Émondage
- Élagage
- Taille de haie de cèdre
- Déboisement
- Service conseil



# La chronique une pharmacie dans votre jardin:

## L'agastache

Par Suzanne Malenfant

L'**agastache** apporte au jardin une touche de gaieté par ses fleurs d'un beau violet ainsi que son riche feuillage d'où émane un arôme d'anis nous rappelant les bonbons de réglisse de notre enfance.

Originnaire de l'Amérique du Nord, dont le Québec et le Nouveau-Brunswick, l'agastache foeniculum est également connue sous le nom d'hysope anisée. Son nom, Agastache, vient du grec « aga » (abondance) et de « stachys » (épi), faisant référence à l'abondance des épis floraux qu'elle produit.

Appartenant à la famille de la menthe, elle est une plante vivace, rustique, et sans caprice, tolérant les températures jusqu'à moins 15 degrés. Elle préfère pousser au soleil, mais s'accommode très bien d'un emplacement à la mi-ombre.

À la fois décorative, parfumée, comestible et mellifère, l'agastache a tout pour plaire. Délicieuses dans les tisanes ou crues dans les salades, les feuilles ont une saveur anisée-mentholée rafraîchissante, digestive et énergisante. Elles s'offrent généreusement à la récolte du printemps jusqu'à l'automne. Les fleurs ont un goût moins prononcé que celui des feuilles et apparaissent

de juillet à septembre, pour le grand bonheur des insectes pollinisateurs et même des colibris. Le miel que les abeilles produisent à partir des fleurs est réputé pour son goût légèrement anisé. En revanche, l'odeur de la plante serait répulsive auprès des cerfs, des lapins et autres mammifères.

En cuisine, les feuilles finement coupées, ajoutées en fin de cuisson, servent de condiment en ajoutant une légère saveur anisée aux plats de légumes sautés, de porc, d'agneau ou de riz. Dans les salades, on les utilisera fraîches et, pour rafraîchir l'haleine, il suffit d'en mâcher quelques feuilles. On peut également en faire d'excellents breuvages rafraîchissants en été, sous forme de limonade et de thé glacé. Pour la limonade, faire une infusion froide de feuilles à laquelle on ajoute du jus de lime ou de citron ainsi qu'un peu de miel, si désiré.

Sur le plan médicinal, cette plante est utilisée depuis longtemps par les peuples autochtones du Nouveau Monde pour traiter les plaies, la fièvre, la toux et la diarrhée. L'agastache est riche en composés bioactifs qui lui confèrent de nombreuses propriétés bénéfiques pour la santé; elle se révèle en effet antioxydante, anti-inflammatoire, antispasmodique,

antibactérienne et antivirale; elle facilite la digestion, stimule le système immunitaire, et favorise la détente et le sommeil par son action apaisante sur le système nerveux.

La composition moléculaire des fleurs et des feuilles est très différente. Les feuilles contiennent surtout des polyphénols, substances à fort pouvoir anti-oxydant et anti-inflammatoire, tandis que les fleurs contiennent moins de polyphénols mais davantage d'estragol, une molécule au pouvoir antifongique remarquable, de même qu'anti-inflammatoire, insecticide, antiviral et antibactérien. Toutefois, l'estragol pur ou à forte dose peut devenir toxique; c'est pourquoi l'huile essentielle de l'agastache, tout comme celle de l'estragon français et du basilic tropical, qui contiennent aussi une forte teneur en estragol, ne sont jamais recommandées par voie orale car elles sont très concentrées. Elles sont plutôt réservées à un usage externe, diluées dans un peu d'huile végétale, soit en massage ou en cataplasme, pour bénéficier de leur potentiel médicinal. Bien évidemment, les faibles quantités de fleurs utilisées pour décorer nos salades sont tout à fait inoffensives, de même que l'usage des feuilles en tisane.

La tisane d'agastache constitue une boisson réconfortante et bienfaisante. Elle peut être consommée le matin pour tonifier le système immunitaire, après les repas pour faciliter la digestion ou le soir pour favoriser la détente et le sommeil. Pour confectionner la tisane, il s'agit simplement d'infuser une cuillère à soupe (15 ml) d'herbes fraîches ou une cuillère à thé (5 ml) d'herbes séchées par tasse d'eau bouillante pendant 10 minutes.

Pour soulager une brûlure ou une piqûre d'insecte, on peut faire une application locale de feuilles fraîches froissées ou broyées à la façon d'un cataplasme. Le cataplasme se prépare en broyant dans un mortier les feuilles fraîches avec un peu d'huile d'olive jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse et molle.

À noter que l'agastache consommée en grande quantité peut interagir avec certains médicaments, comme les anticoagulants et

les sédatifs. En attendant des études plus précises sur le sujet, les personnes consommant ces médicaments, de même que les femmes enceintes ou allaitantes, devraient limiter leur consommation.

Que ce soit pour ses atouts médicinaux ou gastronomiques, pour attirer les pollinisateurs, pour confectionner de jolis bouquets ou pour jouir de son arôme, l'agastache trouvera sa

place dans votre jardin.

*Note : tous les articles de La chronique une pharmacie dans votre jardin sont maintenant disponibles sur le site Conférence Suzanne Malenfant à <http://www.smalenfant.com>*

crédit photo : Suzanne Malenfant



**technoPIEUX**  
BAS ST-LAURENT

**Charles Godbout**

T. 418 856-4858 (K.R.T.B.)

T. 418 730-6199 (Rimouski)

[charles.godbout@technopieux.com](mailto:charles.godbout@technopieux.com)





LA MAISON DE  
*Jean-Baptiste*  
HÉBERGEMENT & CAFÉ

La Maison de Jean-Baptiste est un OBNL en activité depuis maintenant cinq ans à Saint-Denis-De La Bouteillerie.

À la suite de l'achat et de la rénovation du presbytère du village, une auberge est maintenant en opération proposant un petit café et cinq chambres en location disponibles à l'année. Les chambres sont rénovées avec

salles de bain privées mais nous avons pris soin de conserver un cachet authentique. Les réservations peuvent se faire directement sur notre site web : [www.lamaisondejeanbaptiste.com](http://www.lamaisondejeanbaptiste.com)

Le Café est ouvert les fins de semaine de 9h à 14h pour l'hiver et on y propose des déjeuners et des options de repas léger pour le midi.

Afin de financer nos prochains travaux de rénovation, nous organisons un brunch gourmand à titre d'activité bénéfique. L'activité se déroulera au complexe municipal de Saint-Denis à partir de 11h le dimanche 8 février prochain. Le coût proposé est le suivant :

**Coût :**

- 35 \$ par personne ou 8 cartes pour 250 \$
- 15 \$ enfant 6 à 12 ans
- Gratuit 5 ans et moins

Les cartes sont disponibles au Café les samedis et dimanches au 5, route de l'Église à Saint-Denis-De La Bouteillerie ou auprès de Jean Dallaire au 418 498-3641.

**Bienvenue à tous!**

**Votre référence en finances!**

418-943-3696  
info@dariogagnon.com  
dariogagnon.com



**DARIO GAGNON**



**Le Rucher de Saint-Just**  
**Une entreprise familiale**

Miel et produits de la ruche disponibles en saison; suivez-nous sur Facebook pour plus de détails.

**info@lerucherdesaintjust.com**  
[www.facebook.com/LeRucherdeSaintJust](http://www.facebook.com/LeRucherdeSaintJust)  
219, rte 132  
Rivière-Ouelle Qc  
**418-371-1102**

# La recette Coup de cœur de Guyane pour la Saint-Valentin

Par Guyane Pelletier



## Petits gâteaux aux framboises glacées

Fouettez, congelez et tournez... et vous obtiendrez un étonnant dessert sans cuisson au goût frais et acidulé de framboise!

**Temps de préparation :** 15 min

**Donne :** 12 petits gâteaux

### INGRÉDIENTS

- 1 tasse chapelure de biscuits Graham
- 3 c. à table beurre fondu
- 1 pqt. framboises surgelées
- ¼ lb fromage à la crème léger ou ordinaire ramolli
- 1 boîte Eagle Brand régulier ou faible en gras
- 1 tasse garniture à dessert fouettée

### PRÉPARATION

1. Combiner la chapelure de biscuits et le beurre. Répartir cette pâte uniformément dans 12 moules à gâteaux tapissés de papier.
2. Faire décongeler les framboises et les réduire en purée. Réserver.
3. Battre le fromage à la crème jusqu'à ce qu'il soit mousseux. Incorporer l'Eagle Brand et ½ tasse de purée de framboises. Mélanger délicatement et verser dans les moules à gâteaux. Congeler 5 à 6 heures.
4. Servir congelé. Renverser et garnir du reste de purée de framboises. Décorer au goût.

**CONSTRUCTION**



**Stéphane Charest**

ENTREPRENEUR EN CONSTRUCTION ET RÉNOVATION  
Résidentiel – Commercial  
R.B.Q. : 8360-7069-01

154, rue Galarneau Saint-Pacôme  
(Québec) G0L 3X0

[stef.charest@videotron.ca](mailto:stef.charest@videotron.ca)

Tél.: (418) 852-1660  
Cell.: (418) 868-7250



**MATHIEU RIVEST**  
DÉPUTÉ DE CÔTE-DU-SUD

418 234-1893  
[mathieu.rivest.cds@assnat.qc.ca](mailto:mathieu.rivest.cds@assnat.qc.ca)

**ENSEMBLE**  
Créer  
Dynamiser  
Soutenir

ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC



**Toujours présent!**

**BERNARDGENEREUX.CA**

**BERNARD GÉNÉREUX**  
DÉPUTÉ | CÔTE-DU-SUD—RIVIÈRE-DU-LOUP—  
KATASKOMIG—TEMISCOLUATA

## TRAVAILLEUSE DE MILIEU AUPRÈS DES PERSONNES ÂÎNÉES

### SON RÔLE:

Promouvoir le mieux-être, soutenir l'autonomie et favoriser l'inclusion des personnes âgées dans leur communauté, en brisant l'isolement et en renforçant leur sentiment de sécurité. Aller à leur rencontre sur l'ensemble du territoire pour établir un lien de confiance et les orienter vers les ressources adaptées à leurs besoins.



Accompagnement gratuit et confidentiel  
pour les personnes âgées  
de la MRC du Kamouraska

Participation financière du gouvernement du Québec dans le cadre du  
Programme initiative de travail de milieu auprès des aînés en situation de vulnérabilité



## La travailleuse de milieu est là pour:

- Offrir une écoute respectueuse, chaleureuse et confidentielle.
- Accompagner dans vos démarches, selon votre rythme et votre désir.
- Soutenir dans l'identification de vos besoins et vous guider vers les ressources appropriées.
- Fournir de l'information sur différents sujets qui vous concernent.
- Favoriser la création ou le maintien de liens afin de réduire l'isolement.
- Rendre visite à votre domicile ou dans un lieu qui vous convient.

N'hésitez pas à me contacter si cet accompagnement peut vous être bénéfique, ou à partager l'information autour de vous!

**Sandrine Plourde**

(438) 542-9687



(418) 856-5636 poste 8



itmav@kamaide.com

---

---

---

À remettre à une personne âgée  
qui vous tient à cœur !



PROMO pour espace  
publicitaire dans

# Le Rivière

# WEB

Publiez vos services d'affaires ou votre événement  
spécial à un tarif avantageux dans Le Rivière Web!

Info : Christine Lavoie, (418) 657-0064

[christinelavoie\\_1@hotmail.com](mailto:christinelavoie_1@hotmail.com)



## Au son des cloches

Par Marielle Gamache

### Horaire des célébrations pour les prochaines semaines

Dimanche 1<sup>er</sup> février à 9h30 : pas de célébration  
Dimanche 8 février à 9h30 : messe dans la sacristie  
Dimanche 15 février à 9h30 : pas de célébration  
Dimanche 22 février à 9h30 : messe dans la sacristie

Soyez tous et toutes les bienvenus!



Inscrivez-vous à notre infolettre !

Courriel

Prénom

Nom de famille

Je souhaite recevoir ...

Le Rivière Web

Les dernières nouvelles de la municipalité



## INSCRIPTION ÉLECTRONIQUE au journal Le Rivière WEB

Recevoir son journal communautaire Le Rivière WEB directement dans sa boîte courriel? Oui, c'est possible! Près de 430 personnes le reçoivent à chaque mois.

Si vous désirez être du groupe, inscrivez-vous en cliquant sur le lien ci-dessous pour vous abonner au journal en version électronique ... toujours en couleur :

<https://riviereouelle.us20.list-manage.com/subscribe?u=bc39a5d4b88ee7db52c89a35b&id=17cfcc2f69>

L'équipe du Rivière WEB



176, chemin de la Pointe  
Rivière-Ouelle (Québec) G0L 2C0

Info@campingriviereouelle.com  
www.campingriviereouelle.com

Tél.: 418 856-1484  
Sans frais: 1 888 856-1484

**Pour un air sain...**

Pensez à faire nettoyer votre thermopompe !

**ThermoClean PL**

LA référence à contacter

☎ 418 943-9773  
✉ info@thermocleanpl.com  
🌐 ThermoClean PL

**SPÉCIALISTE EN NETTOYAGE DE THERMOPOMPE**

📍 BAS-SAINT-LAURENT - CÔTE-DU-SUD

## Immigrer, vous connaissez?

Par Marjolaine Côté

Nick Micho, notre graphiste au journal, a plus d'un tour dans son sac! Eh bien, il a mis son talent au service de deux MRC pour sensibiliser la population aux nombreuses difficultés que les immigrants rencontrent en arrivant au Québec.

En effet, la MRC de La Matapédia (2021 et 2025) et la MRC des Etchemins (2025) lui ont demandé de créer des bandes dessinées pour donner une voix aux réalités complexes de l'immigration sur leur territoire. Cette initiative s'inscrit dans une volonté d'être une meilleure communauté d'accueil et d'être plus sensible aux réalités des personnes immigrantes.

Nick a su mettre en image des histoires à priori ordinaires qui relatent le parcours d'individus extraordinaires qui ont décidé de quitter leur pays d'origine pour venir s'établir au Québec. Ce sont tous des personnages fictifs, bâtis à partir de témoignages

recueillis auprès d'immigrants bien réels. Ces récits illustrés sont inspirés d'histoires de personnes immigrantes qui ont accepté de s'ouvrir et de partager leur vécu. Ces histoires montrent également non seulement les défis mais aussi les apports des immigrants à leur société d'accueil.

Par les dessins et les récits de Nick, on explore le vécu des personnes immigrantes et on mesure à quel point l'inclusion des nouveaux arrivants est vraiment une responsabilité partagée. Voyez à la page suivante un exemple du travail réalisé par Nick. Bravo Nick!

En terminant, voici ce que Nick a à dire sur l'immigration :

*Immigrer, c'est dire adieu à des choses réconfortantes : les endroits qui nous apaisent, les odeurs qui nous rappellent des souvenirs, les gens qui nous font grandir. Pour se départir de*

*ça, pour aller vivre ailleurs, ça prend un courage incroyable. Ma femme fait partie de ces grands courageux et courageuses; elle a quitté son merveilleux pays, les Philippines, pour venir vivre au Canada. C'est pour cela que je lui ai dédié cet ouvrage que j'ai illustré avec passion. Ayant beaucoup voyagé dans ma vie, j'ai réalisé que la majorité des gens ne se définissent pas par leur président, ni par les médias : ils veulent seulement vivre heureux et en paix. À vous tous, les courageux et courageuses, merci pour tout! - Nick Micho*

Sources :

<https://www.lamatapedia.ca/immigrealite>

<https://www.mrcetchemins.qc.ca/actualite/une-serie-de-bandes-dessinees-pour-parler-dimmigration/>



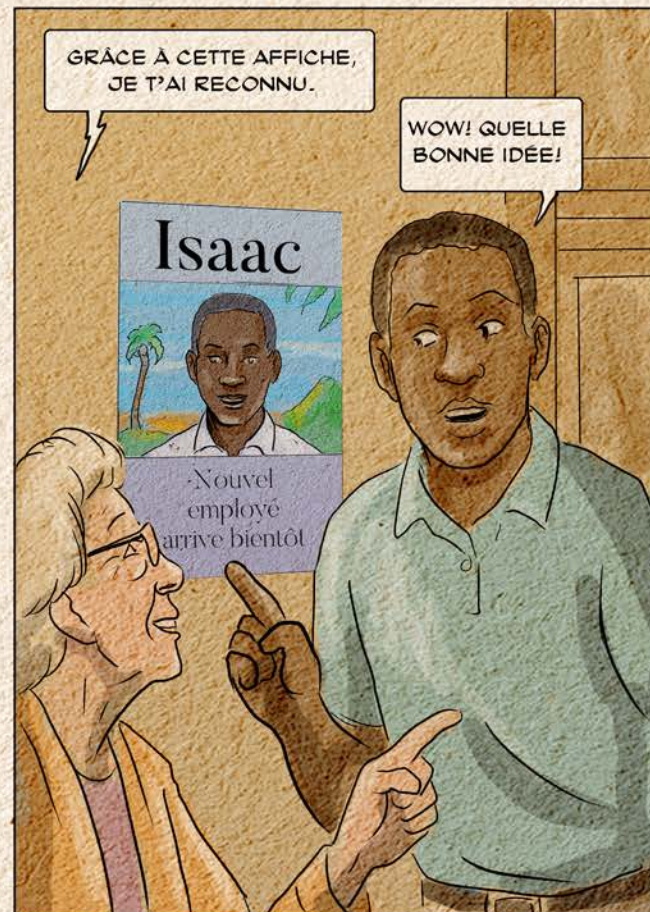
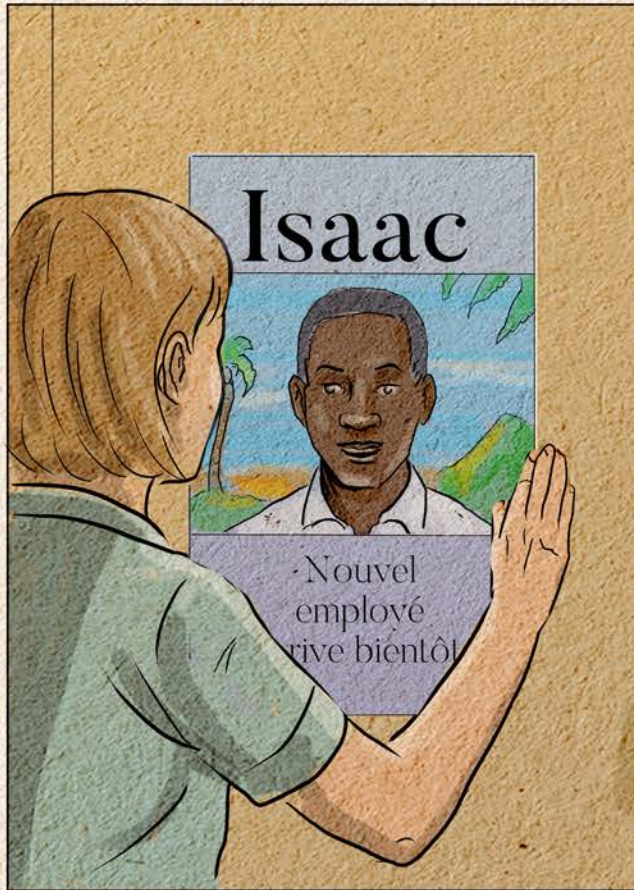
**ROBERTO DUELLET**  
EXCAVATION  
R.B.Q. : 8345-1716-18

Téléphone : **418 856-6764**  
Cellulaire : **418 894-0262**

141, anse des Mercier  
Rivière-Ouelle (Québec) G0L 2C0  
ro.excavation@hotmail.com

- Excavation
- Terrassement
- Fosse septique
- Champs d'épuration
- Marteau hydraulique
- Caméra d'inspection de drain de fondation
- Pose et réparation de drain français
- Réparation de fondation

**Bienvenue!**



# Février 2026

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

**LÉGENDE**

- RECYCLAGE
- POUCELLLES
- COMPOST
- PICKLEBALL
- SÉANCE DU CONSEIL À 20H  
Bibliothèque 19h à 20h  
sauf DIMANCHE 10h30 à 12h
- THA  
TABLE D'HARMONISATION 13H30
- VACCINE
- RENCONTRE PUBLIQUE DE LA  
RÉGIE INCENDIE
- CARTES AVEC CLUB 50+ 13H
- PÉTANQUE
- VIDANGE DES FOSSES  
SEPTIQUES
- PREMIER QUARTIER
- DERNIER QUARTIER
- NOUVELLE LUNE

Crédit photo :  
Anyse Lévesque