

LE JOURNAL LA CRIÉE

Édition : Mai 2024

Sainte-Sophie-de-Lévrard « Ensemble pour mieux vivre et grandir!



SÉANCE DU CONSEIL MUNICIPAL DE SAINTE-SOPHIE-DE-LÉVRARD

Prochaine séance du conseil : le 7 juin 2024.

INFORMATIONS - BUREAU MUNICIPAL

HEURES D'OUVERTURE

Lundi : 9h à 12h - 13h à 16h30
Mardi : 9h à 12h - 13h à 16h30
Mercredi : **FERMÉ AU PUBLIC**
Jeudi : 9h à 12h - 13h à 16h30
Vendredi : 9h à 12h

BUREAU MUNICIPAL

bureaumun@ste-sophie-de-levrard.com

TRAVAUX PUBLICS

travauxpublics@ste-sophie-de-levrard.com

COORDONNÉES

174-A Saint-Antoine
Sainte-Sophie-de-Lévrard,
Québec, G0X 3C0

Tel bureau : 819 288-5804
Tel urgence : 819 699-6664



COMPTABILITÉ

comptabilite@ste-sophie-de-levrard.com

DIRECTION

municipalite@ste-sophie-de-levrard.com

La Criée, journal de Sainte-Sophie-de-Lévrard, Dépôt légal à la bibliothèque nationale du Québec, 2e trimestre de 1981 et à la bibliothèque nationale du Canada, ISSN 0221 0803 Tirage 388 copies.

INFORMATIONS - JOURNAL LOCAL LA CRIÉE

PARUTION DU JOURNAL

LA CRIÉE 2024

Transmets-nous ta publication pour débiter l'année en nouveauté.

Envoie ta publication en version **promotionnelle** avec la mise en page prévue à cet effet, en incluant la correction du français. Afin de permettre une meilleure qualité d'impression, les documents Word ou Publisher sont recommandés.

MOIS DE PARUTION	DATE DE TOMBÉE
JANVIER - FÉVRIER	22 janvier 2024
MARS	1 ^{er} mars 2024
AVRIL	5 avril 2024
MAI	3 mai 2024
JUIN - JUILLET - AOÛT	7 juin 2024
SEPTEMBRE	6 septembre 2024
OCTOBRE- NOVEMBRE	4 octobre 2024
DÉCEMBRE	6 décembre 2024

Les publicités sont en **couleurs**.

Une copie du journal est distribuée à **toutes les adresses** postales locales.

Le journal est **également publié** sur le site internet de la municipalité

Des copies sont disponibles à l'accueil du bureau municipal.



Envoie ta publication **avant la date de tombée** ou demande ton contrat de publicité à l'adresse courriel suivante pour paraître dans la Criée : bureaumun@ste-sophie-de-levrard.com

INFORMATIONS - BIBLIOTHÈQUE MUNICIPALE

HEURES D'OUVERTURE

Lundi : Fermé
Mardi : 19h00 à 21h00
Mercredi : 14h30 à 18h00
Jeudi : Fermé
Vendredi : 18h00 à 20h00
Samedi : 13h00 à 15h00
Dimanche : Fermé

COORDONNÉES

184-A Saint-Antoine
Sainte-Sophie-de-Lévrard,
Québec, G0X 3C0

Tel : 819 288-0334

Courriel : biblio102@reseaubibliocqlm.qc.ca



INFORMATIONS - BUREAU DE POSTE

HEURES D'OUVERTURE

Lundi : 9h30 à 12h00 - 13h30 à 17h00
Mardi : 9h30 à 12h00 - 13h30 à 17h00
Mercredi : 9h30 à 12h00 - 13h30 à 17h00
Jeudi : 9h30 à 12h00 - 14h00 à 17h30
Vendredi : 9h30 à 12h00 - 13h30 à 17h00

COORDONNÉES

174-B Saint-Antoine
Sainte-Sophie-de-Lévrard,
Québec, G0X 3C0

Maître de poste : Sylvie Hamel



INFORMATIONS - NOVO SANTÉ

HEURES D'OUVERTURE

Accéder en tout temps avec
votre puce magnétique 24h/24h.

Tel : 819 840-4708

Courriel : novosante@me.com

COORDONNÉES

172 Saint-Antoine
Sainte-Sophie-de-Lévrard,
Québec, G0X 3C0



ABONNEMENT | RENOUVELLEMENT

Il est possible d'effectuer **l'inscription** de votre **abonnement**
et de votre **renouvellement en ligne** via le lien : <https://novosante.square.site>

À Sainte-Sophie, votre santé nous tient à cœur !

LE **FORMULAIRE** D'INSCRIPTION EST MAINTENANT **DISPONIBLE**
SUR LE BABILLARD MUNICIPAL ET LE SITE DE LA MUNICIPALITÉ



PÉRIODE D'INSCRIPTION CAMP DE JOUR 2024

OUVERTURE DES INSCRIPTION DU 6 MAI AU 24 MAI 2024.

📍 EMLACEMENT DU CAMP DE JOUR

École Marie-Sophie
184 rang Saint-Antoine
Sainte-Sophie-de-Lévrard G0X 3C0

✓ HORAIRE ET PÉRIODE DU CAMP DE JOUR

Horaire de 4 jours semaine | Lundi au jeudi
Pour la période du 2 juillet au 15 août 2024

✓ FRAIS D'INSCRIPTION DU CAMP DE JOUR

1er enfant : 275 \$ + 50 \$ frais d'activités : total **325 \$**
2e enfant : 250 \$ + 50 \$ frais d'activités : total **300 \$**
3e enfant : 200 \$ + 50 \$ frais d'activités : total **250 \$**

✓ HEURE D'OUVERTURE DU CAMP DE JOUR

8 heures de camp par jour
Soit de 8H30 à 16h30

LES INSCRIPTIONS SONT RÉSERVÉS UNIQUEMENT AUX RÉSIDENTS DE SAINTE-SOPHIE-DE-LÉVRARD

Pour obtenir plus d'informations : Claudie au 819 288-5804 | coordo.dvl@ste-sophie-de-levrard.com



MUNICIPALITÉ
SAINTE-SOPHIE-DE-LÉVRARD

CAMP DE JOUR 2024

OFFRE D'EMPLOI

POSTULE
MAINTENANT

AIDE-ANIMATEUR/TRICE

C'est l'occasion de créer des univers ainsi que des activités divertissantes et enrichissantes pour les jeunes. Fais briller tes talents en offrant un accompagnement consciencieux et propice à l'amusement pour les jeunes du camp de jour.

**PAS JUSTE LES ENFANTS QUI TRIPPENT
AU CAMP, DEVIENS AIDE-ANIMATEUR/TRICE**



CONDITIONS DE TRAVAIL

- ✓ Horaire fixe de 40 heures
- ✓ Horaire 4 jours semaine (lundi-jeudi)
- ✓ 2 juillet au 15 août (7 semaines)
- ✓ Disponible 4 jours avant/après
- ✓ Salaire à discuter selon le poste



EMPLACEMENT DU CAMP DE JOUR
ÉCOLE MARIE-SOPHIE
184 rang Saint-Antoine



**FAIS PARVENIR TA CANDIDATURE
PAR COURRIEL**
coordo.dvl@ste-sophie-de-levrard.com



Centre-du-Québec

MESSAGE des INSPECTEURS EN BÂTIMENT

Entreposage extérieur relié à un usage résidentiel

RAPPEL ! AUTORISATION RÉSIDENTIEL À L'ENTREPOSAGE

Sur un terrain occupé par un usage résidentiel, **seul est autorisé** pour l'entreposage extérieur de bois de chauffage, de matériaux de construction, de roulotte, véhicule récréatif, embarcation nautique et remorque, aux conditions suivantes :

- ◆ l'entreposage doit se situer dans la cour latérale ou dans la cour arrière, à une distance minimale de 1,5 mètre des lignes du terrain;
- ◆ l'entreposage de bois de chauffage est limité à 19 mètres³ apparent de bois; Exemple : 30pieds de long x 6.9pieds de haut x 3.3pieds de large (9.1mx2.1mx1m)
- ◆ l'entreposage de matériaux de construction est permis uniquement à des fins de construction et de rénovation durant la période de validité d'un permis de construction et ne doit pas excéder un mois suivant l'expiration d'un permis de construction;
- ◆ l'entreposage sur les balcons, vérandas, perrons et galeries donnant sur la cour avant est **interdit**;
- ◆ le sol occupé par l'entreposage est recouvert d'un matériau empêchant le soulèvement de poussière et la formation de boue;
- ◆ une seule roulotte, un seul véhicule récréatif, une seule embarcation nautique et une seule remorque sont autorisés par terrain.

USAGES PROHIBÉES DE CERTAINES CONSTRUCTIONS

L'emploi de wagons de chemin de fer désaffectés, d'autobus désaffectés, d'avions désaffectés, des bateaux désaffectés, des remorques fermées ou autres véhicules désaffectés de la même nature sont prohibés à titre de bâtiment accessoire pour les fins autres que celles pour lesquelles ils ont été destinés.

Il est strictement interdit de transformer ou d'agrandir une roulotte, un véhicule, un abri d'auto temporaire, une remorque ou un conteneur pour en faire un bâtiment ou de les unir à un bâtiment.

LES REMORQUES, CONTENEURS ET ROULOTTES SONT PROHIBÉS COMME BÂTIMENTS ACCESSOIRES.



Un espace de stationnement, une allée, un accès à un terrain ne peut être utilisé pour le remisage d'un véhicule, d'une remorque ou d'un conteneur

Christian Soucy
Votre inspecteur en bâtiment
Téléphone : 819 298-2070
c.soucy@mrcbecancour.qc.ca



DEUXIÈME COLLECTE DES ENCOMBRANTS SEMAINE DU 20-24 MAI 2024

CONSIGNES À RESPECTER LORS DE LA COLLECTE DES ENCOMBRANTS :



1. Assurez-vous que **vos encombrants soient positionnés à côté de votre bac et non devant** de sorte à permettre son vidage, car ce n'est pas le même camion qui effectue la collecte de votre bac.
2. Garder à l'esprit que **le temps de transfert dans le camion doit être court** et que le matériel doit pouvoir **être chargé par 2 hommes**. Les articles trop lourds ne seront pas collectés.
3. Les articles disposés dans une remorque ou dans une boîte de camionnette ne seront pas ramassés.
4. Les boîtes de carton ne sont pas vidées par cette collecte. les déposés dans le bac bleu.

LES MATIÈRES ACCEPTÉES :

- ◆ **Mobilier** : Fauteuil, divan, sofas, matelas et sommier, meuble chambre et cuisine, stores.
- ◆ **Appareils électroménagers** : cuisinière, laveuse, et sècheuse, lave-vaisselle.
- ◆ **Outils d'entretien de terrain** : tondeuse, souffleuse (réservoir vide).
- ◆ **Articles métalliques** : Poêle, barbecue (sans la bonbonne), structure d'abri et de piscine, réservoir d'eau et d'huile (vide) .
- ◆ **Toiles** : toile de piscine, solaire, d'abri-tempo (roulé et attachée) longueur de 2.5 mètres.
- ◆ **Jeux et articles de sport** : balançoire, glissoire, autres jouets de grande taille, vélos etc..
- ◆ **Tapis et couvre-sol souple** : tapis, prélat (enroulé et attaché).

BAC NON-VIDÉ OU ENCOMBRANTS NON-RAMMASÉ

Que dois-je faire?

1. Je laisse mon bac ou mes encombrants en bordure de la rue.
2. Je contacte LA RÉGIE DES DÉCHETS dès que possible au **819 294-2999**



LA POPOTTE ROULANTE | SAINTE-SOPHIE-DE-LÉVRARD

Vous aimeriez manger de bon repas chez vous?

La popote roulante est un service de livraison de repas à domicile qui sont livrés par des bénévoles attentionnés.

Ce service favorise le maintien à domicile et permet de bien s'alimenter à prix abordable.

La popote est un service tout à fait spécial qui permet aux personnes en perte d'autonomie de vivre dans leur demeure plus longtemps et avec dignité, en leur apportant des repas nourrissants, le tout accompagné d'un sourire et d'une mini-visite.

Savoureux, pratiques et économiques, les repas congelés représentent la solution par excellence pour les personnes souhaitant surveiller leur alimentation. Faibles en gras, ils ne contiennent ni additif, ni agent de conservation et conviennent à la cuisson au micro-onde.

***Au-delà de l'aspect de l'alimentation,
de véritables liens sont tissés entre les bénévoles.***

Ce service est disponible pour les personnes âgées de 65 ans et + ou toutes personnes qui sont dans l'incapacité physique ou morale de se préparer un repas convenable (personne seul, handicapé physique, en convalescence, malade, endeuillé).

L'inscription est simple : il suffit de nous téléphoner au 819-288-5533 ou sans frais le 1-855-788-5533 poste 2, pour vérifier votre éligibilité et de remplir une courte fiche d'inscription en toute confidentialité.



Exposition
AGRICOLE
DE LA MRC DE BÉCANCOUR

31 mai
1-2 juin
2024

MINI-FERME / JEUX GONFLABLES
ROUTE DES SAVEURS / TIRE DE CHEVAUX
COMPÉTITION DE CHEVAUX MINIATURES
JUGEMENT
+++

Salut Bob Gorgée
Road Trip Country Band
Lutte

programmation / billetterie
en ligne



Foire agricole familiale offrant des activités éducatives et divertissantes! L'occasion de découvrir le milieu agricole, de côtoyer les animaux de la ferme et d'échanger avec les producteurs de chez -vous!

Le comité organisateur de **l'Exposition agricole de la MRC de Bécancour** a prévu des dizaines d'activités pour toute la famille à l'occasion de son 42^e rendez-vous annuel qui aura lieu les **31 mai, 1er et 2 juin 2024** à l'Aréna de Saint-Pierre-les-Becquets.

Sur scène, l'Exposition présentera les concerts de **Salut Bob Gorgée** (vendredi), ainsi que l'excellent groupe **Road Trip Country Band** et **Martin Mailhot accompagné de Gaby Beaudet et d'Éric Dénommé** (samedi). De plus, un gala de lutte sera proposé, ainsi que des animations éducatives pour les enfants, assurées par Mandolyne et l'Atelier Vache Éducative.

Aussi au menu du week-end de l'Exposition Agricole de la MRC de Bécancour :

Tires de chevaux, mini-ferme, carrousel de poney, jeux gonflables, maquillage, atelier de sculpture de ballons, dégustation de produits agroalimentaires, compétition de pompiers, sans oublier les traditionnels jugements d'animaux, dont le jugement Holstein et le jugement des jeunes ruraux.

Le prix d'entrée pour le week-end a été fixé à

30\$ pour les 14 ans et plus | 17\$ pour les 5 à 13 ans.

Les passes journalières sont vendues respectivement à 15 et 9 \$,

alors que les enfants de moins de 5 ans ont accès au site gratuitement.

Nouveau site Internet

Pour acheter vos billets, qui seront en vente sous peu, rendez-vous sur le site internet de l'Exposition agricole à l'adresse suivante : **www.expomrcbecancour.com**. D'ici là, pour les dernières nouvelles en lien avec l'événement, abonnez-vous à la page Facebook :

<https://www.facebook.com/ExpoBecancour>



Exposition
AGRICOLE
DE LA MRC DE BÉCANCOUR

Urgence de Fortierville

Mobilisation du Comité de recrutement et de rétention des professionnels de la santé de Fortierville

Fortierville, le 9 avril 2024 – Le Comité de recrutement et de rétention des professionnels de la santé de Fortierville s’est mobilisé rapidement suite à la nouvelle du départ de deux médecins à l’automne. Face à cette annonce, des actions concrètes seront réalisées au cours des prochaines semaines.

« Nous évaluons l’ensemble des scénarios possibles afin de maintenir l’accès aux services pour la population. Nous sommes également très sensibles à l’impact sur les équipes en place, alors que les médecins et le personnel font preuve d’un très grand engagement pour leur communauté », mentionne le Dr Olivier Roy, directeur des services professionnels et de la pertinence clinique au CIUSSS MCQ. À l’heure actuelle, aucun scénario n’a été statué en vue de l’automne.

« Il est important pour nous d’informer la population des démarches proactives en cours pour trouver des solutions face à ce défi. Ensemble, nous sommes plus forts. C’est grâce à la mobilisation et la solidarité de notre communauté que nous avons pu surmonter les défis des dernières années et c’est avec la même énergie que nous le ferons à nouveau », mentionne Julie Pressé, mairesse de Fortierville.

En plus des actions additionnelles de recrutement pour obtenir du renfort, le Comité vise aussi à poursuivre ses actions de rétention. « Le maintien des effectifs en place est notre priorité. Au-delà du recrutement, nous voulons également nous assurer du bien-être de toute l’équipe », souligne Mario Lyonnais, préfet de la MRC de Bécancour.

Aucun impact pour la période estivale

Les départs étant prévus pour le début de l’automne, l’horaire de l’urgence demeurera la même tout au long de l’été. Il est ainsi possible de s’y rendre de 8 h à 20 h, et ce, sept jours sur sept.

Un travail de collaboration soutenu

Le Comité de recrutement et de rétention des professionnels de la santé de Fortierville a été mis sur pied il y a près de deux ans. Il réunit différents acteurs des milieux politique, communautaire et de la santé, engagés dans le maintien de l’offre de soins et services de santé à Fortierville. Depuis, les différents membres ont contribué à la stabilisation des équipes et à l’élaboration d’un plan d’action visant la valorisation de notre milieu de vie, de la qualité de la pratique médicale et de la reconnaissance du travail des intervenants en place.

— 30 —

Les communiqués sont disponibles sur notre site Web : www.ciuussmcq.ca

Pour information :

Direction adjointe des communications organisationnelles et publiques

CIUSSS MCQ

1 888 862-4382 | medias.ciuussmcq@ssss.gouv.qc.ca

Assemblée générale annuelle FADOQ Ste-Sophie | 21 mai 2024

L'assemblée générale annuelle de la FADOQ Ste-Sophie, va avoir lieu le 21 mai 2024 à la Salle Éric Côté à Sainte Cécile de Lévrard à 13h30.



Activités à venir de la FADOQ Ste-Sophie

Les activités ci-dessous ont lieu à l'école Marie-Sophie et [seront annulées en cas de pluie.](#)

Pétanque : à tous les mardis et jeudi - 18h30 à partir du 4 juin 2024.

Pickleball : à tous les mercredis - 18h30 à partir du 5 juin.

 Courriel de la FADOQ : fadoq.stesophie0223@hotmail.com

CERCLE DES FERMÈRES FORTIERVILLE



FERMIÈRES FORTIERVILLE

bonnes
VACANCES!

L'année 2023-2024 est maintenant terminée. Votre conseil d'administration en profite pour vous souhaiter d'excellentes vacances. Profitez de votre été et celles qui veulent prendre le temps de s'exercer à faire les pièces de concours, ne vous gênez pas.

Pour celles qui **n'ont pas renouvelé** leur carte de membre, c'est le temps de passer à l'action, et d'adhérer – ou de renouveler votre adhésion à notre Association pour l'année 2024-2025. Pour **seulement** 30 \$, vous recevez le magazine l'Actuelle 5 fois par année, bénéficiez de divers rabais auprès de nos partenaires participants. (Co-operators, Madolaine, DeSerres, Michaels, Bétonel, New Look, etc.)





TRAVAIL DE RUE

Notre travail est d'être présent pour toi, peu importe ton âge et tes besoins. Nous sommes là pour t'écouter, te soutenir, t'accompagner, te référer vers des services adaptés, t'informer sur divers sujets... Nous distribuons gratuitement du matériel de prévention et pouvons fournir des dépannages d'urgence.

En bref, notre objectif est de t'accompagner selon tes besoins et selon ton rythme.

TU AS BESOIN DE JASER ?

Ça te tentes-tu un petit café ?

Nos travailleurs et travailleuses de rue se déplacent partout dans la MRC, nous pouvons te rencontrer dans la rue, dans un parc, au resto... où tu es.

ORGANISME
819 298-4799

LARUE

BÉCANCOUR

**2750, Boul.
Bécancour,
Bécancour, G9H**

NOTRE MILIEU DE VIE

HORAIRE MILIEU DE VIE		HORAIRE ADMINISTRATIF
LUNDI	11H - 15H	9H - 16H
MARDI	FERMÉ	9H - 16H
MERCREDI	9H - 12H	9H - 12H
JEUDI	15H - 21H	9H - 16H
VENDREDI	FERMÉ	TÉLÉTRAVAIL

Nous disposons également d'un milieu de vie accueillant; c'est un lieu sécuritaire, où tu peux être toi-même. Nos locaux peuvent te permettre de profiter d'une douche chaude, de laver tes vêtements ou simplement de prendre un café, jaser ou même faire une sieste! C'est un endroit chaleureux, qui est confidentiel, sans pression ni jugement.

Résidence Des-Jardins-les-Becquets


★ *Dédiés à votre mieux-être* ★

102, Narcisse-Beaudet

Saint-Pierre-les-Becquets, Qc

G0X 2Z0 819-263-2424

Sylvie Gauvin, directrice générale
residencejardinslesbecquets@gmail.com



Unités disponibles.
Venez nous rencontrer
pour un choix éclairé.

À la résidence, vous serez accueillis dans un milieu de vie bienveillant, sécuritaire, un personnel qualifié, serviable 24H/24H. Composé de gens engagés, soucieux de vos besoins. Service infirmier 7 jours /7. Une de notre priorité, le maintien de l'autonomie, en offrant un environnement confortable, chaleureux et dynamique.

Quelques unités de disponibles, nous vous offrons des soins personnalisés, du soutien au quotidien, pour des aînés autonomes, semi-autonomes et en perte cognitive (Alzheimer).

Offrez-vous une tranquillité d'esprit en optant pour un milieu de vie sécuritaire et propice à votre épanouissement en tout temps et toutes circonstances. **Venez nous rencontrer dès maintenant**, afin de faire un choix éclairé. Prendre rendez-vous au 819-263-2424, poste 0, ou par courriel : residencejardinslesbecquets@gmail.com



Offre d'emploi à la Résidence

Préposé(e) aux bénéficiaires :

Venez faire partie d'une équipe dynamique, vous pouvez faire la différence dans la vie de nos résidents.

Contactez-nous dès maintenant.

SECTEUR AILE PROTHÉTIQUE

Nous offrons 10 unités pour personnes en perte d'autonomie, avec troubles cognitifs ou démences diverses. Des services de soins enveloppés de chaleur humaine, au jour le jour. Un milieu de vie distinctif, **sécurisé**, animé, personnel compétent et professionnel, suivi médical rigoureux, avec aide à l'habillement, aide aux soins d'hygiène, aide aux déplacements, accompagnements et encadrement dans les activités de la vie quotidienne et domestique. Informez-vous, tarifs abordables et accessibles.

Pour prendre rendez-vous contactez nos adjointes administratives 819 263-2424, poste 0

2024... MERCI DE NOUS FAIRE CONFIANCE!



COURS ET SERVICES OFFERTS :



Automobile



Moto



Cyclomoteur



Trois roues



Camion

- *Formation privée, perfectionnement
- *Cours avec ergothérapeute
- *Conférences disponibles
- *Perfectionnement motoneige

ÉCOLE DE CONDUITE LOTBINIÈRE

1000 Boul. St-Joseph, St-Flavien

infoec10226@gmail.com • ecoledeconduitelotbiniere.com • **418 728-2000**



.....

POUR VENDRE OU ACHETER



ÊTRE BIEN ACCOMPAGNÉ



ÊTRE BIEN PROTÉGÉ



ÉVALUATION GRATUITE



*TAUX À PARTIR DE 3 %



819-460-5655



CBOUCHER@VIACAPITALE.COM



Caroline
Boucher
COURTIER IMMOBILIER
RÉSIDENTIEL ET COMMERCIAL



agence immobilière

viacapitale
MAURICIE

*certaines conditions s'appliquent

consultation adultes, familles et aînés



Relation d'aide complémentaire - Naturothérapie



SAINTE-SOPHIE-DE-LÉVRARD

- Programme de mieux être par les saines habitudes de vie ,
(perte de poids, meilleure vitalité, etc.)
- Accompagnement dans la recherche et la réalisation des objectifs personnels.
- Approche axés sur les solutions en respect avec le rythme, les valeurs et les besoins de la personne.
- Ateliers de groupe



Consultation sur rendez-vous
louisechauvettetrac@hotmail.com

Massothérapie à Sainte-Sophie

Bienfaits de la massothérapie pour les ADOLESCENTS

L'adolescence, période de la vie où l'on expérimente de multiples changements et bouleversements.

Apaiser les tracasseries, le stress et soulager les symptômes physiques

La massothérapie peut jouer un rôle bénéfique à divers niveaux dans le bien-être des adolescents tout au long de cette transition. Un massage est une bonne façon de calmer l'anxiété et de diminuer les effets du stress sur le corps. Bien que le massothérapeute ne remplace pas un professionnel de la santé mentale (psychologue, psychothérapeute), l'attention apportée lors de ce soin, peut procurer un espace sécuritaire et bienveillant à l'adolescent où il se sent en confiance. Au niveau physique, la massothérapie peut aider à soulager des inconforts hormonaux ou des douleurs musculaires engendrées par la pratique d'un sport.


L'adolescence c'est l'âge de la découverte en tous points ! Les adolescents ressentent beaucoup moins la peur, car le lobe frontal où est située la zone des peurs, n'a pas terminé son développement, ce qui fait souvent en sorte que la notion de « risque » est moins prédominante chez eux, prenant parfois la santé pour acquise. Aidons-les à développer, tôt dans la vie, l'envie de prendre soin d'eux en les récompensant pour le dur travail accompli à l'école, en leur offrant par exemple un massage comme cadeau de fin d'année, ou même avant un examen.



Tous les massothérapeutes sont soumis à un code de déontologie rigoureux. Tout ce qui se partage dans la salle pendant le soin de l'adolescent restera entre lui et son thérapeute, même si le parent insiste. Les adolescents de moins de 14 ans doivent être accompagnés d'un adulte et celui-ci doit rester dans la salle durant le massage. Le questionnaire de santé pourra être rempli par le parent également

Au plaisir de vous apporter calme et réconfort,

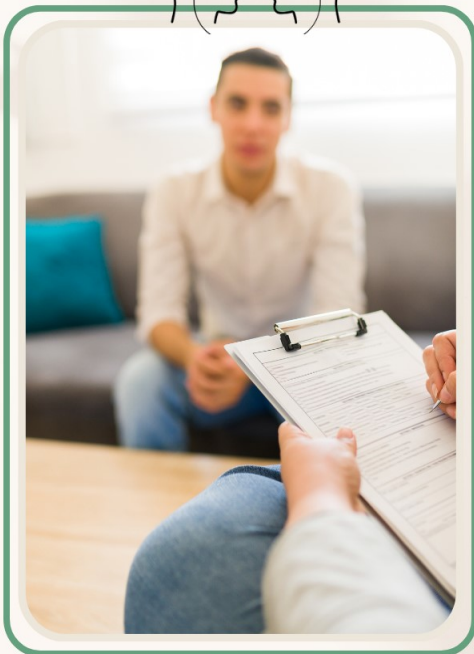
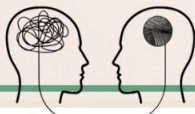
Gaétane Chalifoux

GAÉTANE CHALIFOUX, Massothérapeute - (819) 374-7053 - gaetane.chalifoux@hotmail.com 

Tarif : 65 \$ (60 minutes) | 85 \$ (90 minutes) - Reçu aux fins d'assurances et certificats-cadeaux disponible



Spécial Fête des Mères - RABAIS de 10% POUR TOUT LE MOIS DE MAI



Martine Lemay Thérapeute en hypnose, Relation d'aide complémentaire

- La gestion des peurs et phobies
- La gestion des émotions anxiété/colère/tristesse
- L'augmentation de la motivation
- La confiance en soi
- Accompagnement vers une vie sans fumée
- La gestion de la douleur
- Le retour au calme
- Définition des objectifs
- Surcharge mentale
- Amélioration des capacités
- Mise en œuvre d'un plan d'action

CONSULTATIONS


- Rencontres individuelles
- Téléconsultation
- Rencontres familiales
- Couple
- Domicile (certaines conditions s'appliquent)
- Ateliers/conférences




Reçu pour assurance collective disponible

 (819) 807-8423

 m.lemay.therapeute@hotmail.com

 Martine Lemay thérapeute Trac

 [martine_lemay_therapeute_trac](https://www.instagram.com/martine_lemay_therapeute_trac)