

# D'un bout à l'autre

En avril, ne te découvre pas le...visage!

Après un an, le désert relationnel est encore présent. J'ai trouvé le moyen de rester en contact avec ces applications Zoom, Facetime et Teams de ce monde.

Mais l'attraction de la nouveauté s'estompe de plus en plus. La soif de me retrouver en personne sans masque! Juste un sourire, une poignée de main ou une accolade sont ce qui me manque le plus.

Ma mère a été vaccinée ce matin (23 mars 2021, à 73 ans!), je m'en réjouis. Est-ce possible de la revoir bientôt? D'aller la chercher à la gare du Palais pour un séjour parmi nous, ses petits enfants et moi, de venir l'accueillir à bras ouverts...? J'entrevois la lumière au bout du tunnel.

En ce printemps singulier...je vous souhaite une joyeuse Pâques remplie de douces attentions. Bientôt les journées seront plus chaudes et plus longues.

On le sent bien ce bourdonnement de désir de nous retrouver.

Marie Gauthier  
Directrice générale

**OMH** OFFICE MUNICIPAL  
D'HABITATION DE LA  
CÔTE-DE-BEAUPRÉ



Les heures  
d'ouverture du  
bureau sont du lundi  
au vendredi de 9h00  
à 16h00.

Prenez note que les  
bureaux seront  
fermés le 2 et 5 avril  
pour le congé de  
Pâques.

Nous vous  
souhaitons un beau  
mois d'avril!



## DES NOUVELLES!

### **Une nouvelle employée dans l'équipe de l'OMH**

Une nouvelle employée vient de s'ajouter à l'équipe de l'OMH Côte-de-Beaupré. Souhaitons la bienvenue à **Mme Lise Gagnon**. Mme Gagnon s'occupe des PSL (programme supplément au loyer) plus particulièrement le programme AccèsLogis Québec.

Ce programme vous donne accès à un hébergement subventionné avec services de repas service de sécurité dans une résidence RPA (résidences privées pour aînés) qui bénéficie du programme.

Renseignez-vous auprès de l'Office car vous avez accès à ces services si vous avez 75 ans et plus et en perte d'autonomie.

### **Deuxième période de vaccination**

Il y aura possiblement une deuxième période de vaccination mais pas avant trois mois. Nous vous informerons lorsque nous aurons reçu des directives de la Santé publique.

### **Buanderie**

Par prévention et sous la recommandation du service des incendies, les portes des buanderies doivent demeurer fermées en tout temps.

### **Congé de Pâques**

Prenez note que les bureaux de l'Office seront fermés *vendredi le 2 avril et lundi le 5 avril* pour le congé de Pâques.

**NOUS VOUS SOUHAITONS DE JOYEUSES PÂQUES!**

## FONDUE AU CHOCOLAT POUR PÂQUES



Quand on aime les fruits et le chocolat, il n'y a rien de meilleur au monde que de déguster une fondue au chocolat !

Et si vous proposiez cette fondue au chocolat lors d'un goûter à vos enfants ou lors d'un dîner entre amis, vous ne pourrez pas plus faire plaisir à vos enfants ou à vos invités. Facile à faire et tellement délicieuse, cette recette de dessert va faire des heureux !

Place à la préparation de votre fondue au chocolat.

500G de chocolat (chocolat noir, chocolat au lait, chocolat blanc)

400 ml de crème fraîche

3 pommes

2 bananes

2 poires

Le jus de deux citrons

1- Commencez par laver soigneusement les pommes et les poires et coupez-les en 4. Retirez les cœurs et les pépins et coupez-les en petits dés. Pelez les bananes et coupez-les en rondelles. Répartissez les morceaux de fruits dans 6 petites coupelles et arrosez-les de jus de citron. Cette étape est importante. Le citron va permettre à vos fruits de ne pas noircir.

2- Râpez le chocolat dans un poêlon et faites chauffer la crème. Aux premiers frémissements, versez la crème sur le chocolat et remuez jusqu'à l'obtention d'une crème au chocolat fondu homogène. Il est possible de faire fondre directement le chocolat et la crème au bain-marie.

3- Placez le poêlon sur un réchaud de table. Piquez les morceaux de pommes sur des petites brochettes et plongez-les dans le chocolat. Votre fondue au chocolat est maintenant prête. Dégustez-la aussitôt afin que votre chocolat puisse rester chaud et bien liquide.

## D'OU VIENNENT LES ŒUFS ET LE CHOCOLAT DE PÂQUES?



**Pâques** est la fête la plus importante de la religion chrétienne. Elle célèbre la résurrection de Jésus, le troisième jour après sa mort. Au fil du temps, de nombreux éléments laïques s'y sont greffés : les œufs, le chocolat, les lapins. Voici six choses à savoir sur Pâques, ses origines et ses traditions.

### 1. La date

La fête de Pâques est célébrée le premier dimanche suivant la pleine lune après l'équinoxe du printemps. C'est pourquoi la date change chaque année. Chez les chrétiens orthodoxes, la façon de calculer la date est basée sur le calendrier Julien plutôt que sur le calendrier grégorien. Pâques est donc généralement célébré quelques jours plus tard en Europe de l'Est. Au XXe siècle, des tentatives ont été faites pour que la date de Pâques devienne fixe, soit le dimanche suivant le deuxième samedi d'avril, mais sans succès.

### 2. Le nom

Les chrétiens écrivent Pâques avec un « s » pour distinguer leur fête de la Pâque juive, qui elle commémore la fuite des esclaves hébreux d'Égypte. En anglais, le mot *Easter* proviendrait quant à lui du nom de la déesse anglo-saxonne du printemps et de la fécondité, Eostre. Plusieurs historiens soulignent d'ailleurs que les premières générations de chrétiens ont fait concorder les nouvelles fêtes du christianisme avec les célébrations païennes, comme Pâques qui est célébré en même temps que l'arrivée du printemps.



## D'OÙ VIENNENT LES ŒUFS ET LE CHOCOLAT DE PÂQUES?

### 3. Les cocos

Les œufs décorés ont fait leur apparition au XIIe siècle. Comme l'église interdisait de manger des œufs durant la semaine sainte, mais que les poules continuaient de pondre, un surplus s'accumulait. Les œufs pondus durant la semaine sainte étaient alors considérés comme sacrés, et c'est pourquoi on les décorait. L'œuf lui-même est un symbole que l'on retrouve dans les rites païens du printemps : il représente le renouveau et la fécondité. On le retrouve également dans la religion chrétienne, où il symbolise la résurrection de Jésus.

### 4. La chasse aux œufs

En France la chasse aux œufs de Pâques tire son origine d'une légende voulant que ce soient les cloches de l'église qui dispersent les œufs. Comme les cloches se taisent à partir du jeudi saint, en signe de deuil pour la mort de Jésus, la légende dit qu'elles se rendent à Rome, pour revenir à Pâques chargées d'œufs décorés et de friandises.

### 5. Le lapin

La légende entourant la chasse à l'œuf change selon les pays: en Allemagne, c'est un lapin blanc qui apporte les œufs. Aux États-Unis, c'est un lièvre.. En Suisse, c'est un coucou. Certains historiens pensent que les Européens protestants se sont approprié le symbole du lapin de Pâques au XVIIe siècle afin de se dissocier des traditions catholiques.

### 6. Le chocolat

Le chocolat de Pâques est quant à lui une coutume purement commerciale, qui profite du fait que les chrétiens qui font le carême ont l'habitude de célébrer la fin du jeûne en mangeant des friandises.

## PANNEAU ÉLECTRIQUE

Suite à la vérification du service d'incendie, nous avons remarqué que plusieurs panneaux électriques n'étaient pas facilement accessibles.

Laissez un libre accès au panneau électrique de votre logement.

Il faut éviter d'accrocher un cadre ou autre objet devant le panneau ou d'empiler des objets ou des boîtes devant.

**C'est pour votre sécurité**

## JOYEUSES PÂQUES!



Ouvre bien l'oeil et trouve les 7 erreurs  
qui se sont glissées dans le second dessin

## AVIS DE COTISATION 2020

**Vous devez remettre votre avis de cotisation 2020  
avant le 1er mai 2021.**

Lorsque vous recevrez votre avis de cotisation de **Revenu Québec pour l'année d'imposition 2020**, placez-le dans une enveloppe dans la boîte de courrier interne située dans l'entrée de votre pavillon. L'Office évaluera le coût de votre loyer et vous retournera votre avis de cotisation par la poste.

Vous êtes dans l'obligation de produire votre déclaration de revenus et de fournir l'avis de cotisation à votre Office.

Voici un exemple d'un avis de cotisation de **Revenu Québec**:

REVENU QUÉBEC

TPF-97 (2019-02)  
Page 1 de 5

1234567890

AB C12 3456 78901 234DE56 FG (H)  
Yvon le Payer  
9604, Boul. Ste-Anne  
Ste-Anne-de-Beaupré QC  
GOA 3C0

123456

Numéro d'identification : 1234567890  
➤ Numéro de l'avis : **AB123456D78**  
Date de l'avis : 1er mai 2019

À payer au plus tard le  
21 mai 2019

Somme due  
**100,00 \$**

### Avis de cotisation

Année d'imposition 2018

Merci d'avoir produit votre déclaration de revenus. Par ce geste, vous contribuez au développement économique, social et culturel du Québec.

**Nous avons accepté votre déclaration de revenus telle que soumise.**

Vous trouverez le détail des calculs ainsi que les renseignements relatifs à votre avis de cotisation aux pages suivantes.

**Conservez précieusement cet avis.** Il contient des renseignements qui vous permettront de vous identifier si vous avez à communiquer avec nous ou si vous souhaitez vous inscrire à Mon dossier pour les citoyens.

**IMPORTANT :** En raison des délais d'impression, le ou les paiements dus vous sont

## LE BON VOISINAGE

### Règles du bon voisinage

Entretenir de **bonne relation** avec votre voisinage a de nombreux effets positifs. D'abord, un milieu de vie où il est agréable de vivre est aussi un sentiment de sécurité accru. Suivez ces quelques règles de bas pour **être un bon voisin**.

#### 1. Se présenter

Que ce soit vous le petit nouveau dans le pavillon ou qu'on aménage à côté de chez vous, il est nécessaire d'aller vous présenter. Pour accueillir un nouveau voisin, on peut lui offrir un petit cadeau mais ce n'est pas essentiel. L'important est de briser la glace entre vous.





## LE BON VOISINAGE

### 2. Saluer vos voisins

Quand vous vous croisez, saluez votre voisin. Si l'occasion s'y prête, posez-lui des questions pour le connaître mieux sans pour autant être trop insistant. Il faut savoir bien équilibrer nos démarches. La politesse est toujours de mise. Toutefois, vous devez aussi respecter son intimité. C'est primordial! Vous devez accepter que votre voisin mette ses limites si vous voulez qu'il respecte les vôtres.

### 3. Contrôler vos bruits

Ne passez pas l'aspirateur au petit matin, respectez les horaires prévues pour l'utilisations des laveuses et sècheuses et l'écoute de la musique ou de la télévision à un volume respectable, vos activités nocturnes si vous êtes un oiseau de nuit. etc. Bref, il faut penser aux autres. Fiez-vous à votre bon jugement. Aussi, il est bien d'avertir vos voisins immédiats si vous prévoyez faire plus de bruit qu'à l'habitude pour des travaux ou ménage et que vous pensez que le bruit pourrait les déranger.

### 4. Offrir votre aide

Un nouvel arrivant dans votre pavillon peut avoir besoin de votre aide. Soyez à l'affût des possibilités de lui donner un coup de pouce. Il pourrait en faire de même pour vous lorsque vous en aurez besoin.

# LES SEMIS

## Pour les jardiniers de l'OMH

Je vous partager ici des petits conseils pour ceux et celles qui veulent partir des semis pour leur bac de jardinage. J'ai trouvé cet article sur le site [dujardindansmavie.com](http://dujardindansmavie.com). C'est un site qui peut vous être utile si vous voulez en savoir plus sur tout ce qui concerne le jardinage.



### Comment préparer ses semis de légumes à l'intérieur

Étapes, quoi planter et quand débiter

Préparer des semis de légumes à l'intérieur n'est pas sorcier et, de plus, permet une excellente économie. Voici comment vous y prendre.

#### **Matériaux requis pour préparer ses semis**

Ramassez d'abord les matériaux nécessaires : petits pots, mini-serre, terreaux pour semis, engrais soluble tout usage et, bien sûr, sachets de semences, tous offerts en jardinerie. Quant aux «outils», vous les trouverez dans la cuisine : cuiller, vaporisateur, bol à mélanger, etc. Si vous n'avez pas de fenêtre ensoleillée, il faudrait aussi une lampe de culture fluorescente ou DEL.

#### **Quand débiter ses semis à l'intérieur ?**

Chaque type de semis a sa préférence quant au moment de semis. Surtout, il ne faut jamais semer trop tôt (l'erreur principale des jardiniers débutants). Voici des dates recommandées pour plusieurs légumes courants.

## LES SEMIS

**Quoi semer en mars** : Artichaut, piment (poivron), aubergine, brocoli, céleri, cerise de terre, chou-fleur, oignon

**Quels semis en avril** : Chou, kale, persil, tomate, basilic, ciboulette

**Quoi semer en mai** : Concombre, courge (courgette et citrouille), melon

### Comment démarrer ses semis de légumes

Versez du terreau dans le bol et humidifiez-le. Versez-en dans les pots. Avec le manche de la cuiller, pratiquez un trou dans le terreau de profondeur équivalente à 3x le diamètre de la graine. Y placez 3 graines (semez toujours un surplus au cas où la germination serait faible) et couvrez de terreau. Vaporisez d'eau tiède.

### ENSOLEILLEMENT

Placez les pots dans la mini-serre dans un endroit chaud (environ 21 à 24°C) à l'abri du soleil direct. Après la germination (3 à 21 jours, selon l'espèce), enlevez le couvercle de la mini-serre et placez l'ensemble au plein soleil (ou sous une lampe de culture). Si plus d'un semis lève par pot, supprimez le ou les plus faibles, ne laissant qu'un semis par pot.

### ARROSAGE

Arrosez au besoin quand le terreau est sec. Quand les semis ont 4 à 6 feuilles, commencez à fertiliser aux deux arrosages.

### REPIQUAGE

Quand il n'y a plus de risque de gel, acclimitez les semis aux conditions extérieures (3 jours à l'ombre, 3 jours à la mi-ombre, 3 jours au soleil), puis repiquez-les en pleine terre ou en bac. Complétez en arrosant bien.

Vous voilà bien en route vers une belle récolte de légumes maison!

## ANNIVERSAIRES D'AVRIL



## JOYEUX ANNIVERSAIRE !

Mme P. Defoy

Mme D. Desmarais

Mme J. Racette

Mme A. Gagné

Mme L. Caron

M. P. Duchesne

Mme L. Goulet

Mme F. Rancourt

Mme M. Arsenault

M. Y. Gariépy

M. J. Arsenault

M. J-P. Chevalier

M. C. Lachance

M. D. Levesque



Office municipal  
d'habitation de la  
Côte-de-Beaupré

9604, Boul. Ste-Anne  
418-702-1318