



Une nouvelle façon de partager et de se rencontrer

*Catherine Geoffrion, conseillère en communication
Direction générale*

**« Si vivre c'est agir, alors s'engager c'est construire sa vie »
[Patrick Poivre D'Arvor]**

Le Bulletin *Entre Nous*, présentant la vie sociale des employés du Bas-Saint-Laurent, se veut...

... un moyen pour apprendre à mieux connaître – ou à découvrir - les employés des différents ministères et secteurs de la région : MERN, MFFP, DPF, BFEC;

... un lieu pour « rapprocher » les bureaux de La Pocatière, de Rivière-du-Loup, de Témiscouata-sur-le-Lac, de Rimouski, de Pointe-au-Père, d'Amqui et de Causapsal;

... un outil pour partager nos expériences, nos réflexions, nos coups de cœur et notre fierté de travailler au Bas-Saint-Laurent;

... une occasion de souligner les bons coups, les implications et les mouvements de personnel et de prendre le temps de remercier et d'apprécier.



TABLE DES MATIÈRES

Une nouvelle façon de partager et de se rencontrer	1
Entre nous	2
Ça bouge au Bas-Saint-Laurent	3
Retour d'un collègue	6
Merci de ton implication	7
Rencontre d'équipe à la Direction générale ...	8
Portrait passion... ..	9
Ça swing à Rimouski.....	11
Ça swing à Rivière-du-Loup.....	12
Témoignage de.....	13
En forme à Rimouski	17
Tête-à-tête avec	19
C'est beau chez nous!	23
Chronique environnement	24
Merci!.....	25

Ce Bulletin paraîtra deux fois par année, soit en **mars** et en **septembre**. Je vous invite donc à me faire part de vos bonnes idées et de communiquer avec moi si vous pensez à un sujet que vous souhaitez que nous travaillions ensemble pour la production d'un futur article.



DU FLEUVE À LA BAIE

Soignons informés!

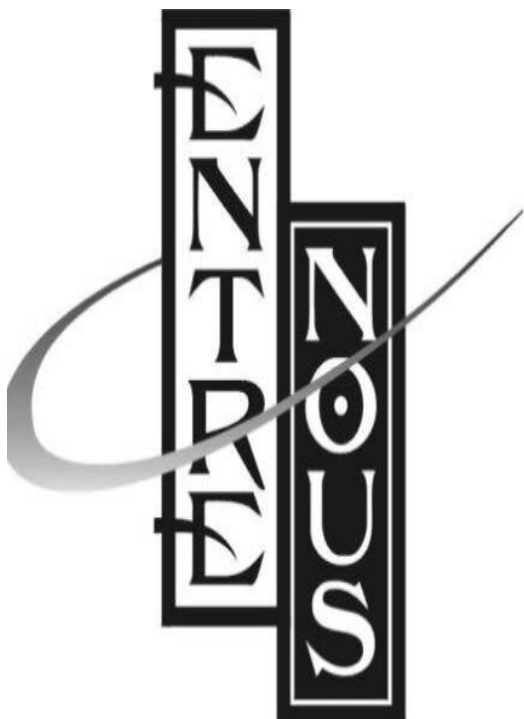
Un petit rappel, au sujet de notre autre Bulletin...

Le Bulletin d'information de la DG-SE, *Du Fleuve à la Baie, soignons informés!* est également produit deux fois par année, soit en **juin** et en **décembre**. Il est destiné à mettre en valeur les réalisations des employés et à présenter les différents projets de façon vulgarisée. C'est aussi l'occasion de partager les expertises développées dans les deux régions administratives.



Entre Nous

*Catherine Geoffrion, conseillère en communication
Direction générale*



Le 26 février dernier, je vous ai invités à voter pour choisir le nom de notre nouveau **Bulletin de la vie sociale au Bas-Saint-Laurent** parmi toutes les propositions que j'avais reçues. Vous avez été nombreux à le faire et je vous en remercie. Effectivement, 57 personnes se sont exprimées!

Voici d'ailleurs le résultat du sondage :

- ✓ **Entre Nous : 21**
- ✓ L'Écho-système social : 15
- ✓ Le Clin d'œil : 11
- ✓ La Bougeotte : 4
- ✓ La Causerie : 3
- ✓ Dans tous les sens : 2
- ✓ La Voix des doigts : 1

Merci aux personnes qui ont proposé un nom et un merci particulier à Annik Proulx, de l'Unité de gestion du Bas-Saint-Laurent, pour la proposition de ce nom convivial.



Ça bouge au Bas-Saint-Laurent

*Catherine Geoffrion, conseillère en communication
Direction générale*

Dans cette section du bulletin, nous voulons souligner les mouvements de personnel des employés du Bas-Saint-Laurent. En effet, c'est ici que nous saluerons les nouveaux, que nous remercierons les anciens, ou que nous féliciterons les nominations ou l'implication de 25 ans de service de certaines personnes.

Dans l'équipe des **services administratifs régionaux**, **Hélène Hudon**, technicienne en administration, est partie à la préretraite le 18 septembre 2015. La voici à son party de départ au Central Café.



Crédit photo : Greg St-Hilaire



Crédit photo : Denis Pelletier

Au **bureau du directeur général**, **Catherine Geoffrion**, conseillère en communication, a été engagée par le ministère du Conseil exécutif, le 31 août 2015, pour travailler avec l'équipe de la DG-SE.

Yvan Lemieux, responsable de l'informatique, sera en prêt de service au bureau du sous-ministre associé des Opérations régionales à compter du 21 mars prochain.

BSMAOR



À l'Unité de gestion du Grand-Portage, **Hélène Leblond**, technicienne en foresterie, est partie à la préretraite le 2 novembre 2015. La voici, lors de la soirée reconnaissance, le 12 septembre 2015. Elle est accompagnée de Bruno Sirois, chef de l'Unité de gestion du Grand-Portage, qui lui a remis son certificat de reconnaissance ainsi qu'un cadeau.



Crédit photo : Bertrand Lavoie



Crédit photo : Nicolas Levasseur

Depuis le 27 juillet 2015, nous pouvons également compter sur un nouvel engagement : **Nicolas Levasseur**, technicien en foresterie occasionnel.

  l'Unité de gestion du Bas-Saint-Laurent, **Simon Gagnon**, technicien en foresterie, est parti à la préretraite, le 1^{er} juillet 2015. Le voici en compagnie de Mike Roy, lors de son party de départ.



Crédit photo : Ken Tremblay

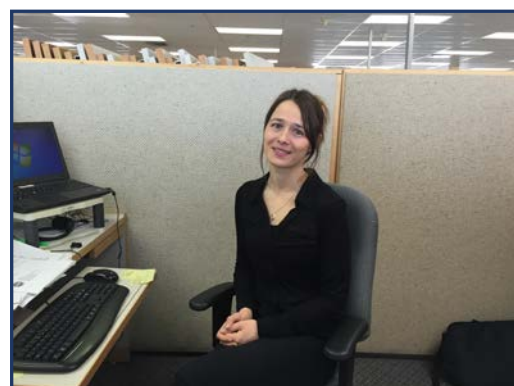




Alors que l'UG12 peut maintenant profiter de 3 nouveaux engagements : celui de **Olivier Roussel**, technicien en foresterie occasionnel, à Amqui, depuis le 3 août 2015, ainsi que de **Patrick St-Laurent**, technicien en foresterie occasionnel, à Rimouski, depuis le 3 août 2015 et de **Mario Landry**, technicien en foresterie occasionnel, également à Rimouski, depuis le 21 septembre 2015.

Ca bouge!

À la **Direction de la gestion des forêts**, **Mélanie Ruel**, ingénieure forestière, a été engagée le 31 août 2015 au plus grand plaisir de ses collègues!



Crédit photo : Catherine Geoffrion

Denis Paquin, ingénieur forestier, est parti à la préretraite, le 25 janvier 2016, alors que **Robert Savoie**, ingénieur forestier, a été nommé à son poste, le 8 février dernier.



Le 7 octobre 2015, **Sébastien Ross**, a été nommé directeur de la gestion de la faune du Bas-Saint-Laurent.

Enfin, le 21 janvier dernier, la **Direction de la protection de la faune** a souligné le départ à la retraite de **Diane Drouin**, agente de secrétariat au bureau de la protection de la faune de Pointe-au-Père. Une trentaine de collègues de Mme Drouin s'étaient réunis pour souligner l'événement. Mme Drouin a quitté en préretraite à la fin du mois de juin 2015. La voici en compagnie du commandant Dominic Gagnon.



Crédit photo : Richard Hamel



Nous félicitons et remercions chaleureusement ces 6 personnes qui ont eu l'occasion cette année de souligner leurs **25 ans de service lors d'une activité de reconnaissance** :

- ✓ **Bréno Allard**, à l'Unité de gestion du Bas-Saint-Laurent.
- ✓ **Marielle Bérubé**, à l'Unité de gestion du Bas-Saint-Laurent.
- ✓ **Mathieu Bélanger**, à la Direction de la gestion de la faune.
- ✓ **Claude Larocque**, à la Direction de la gestion de la faune.
- ✓ **Charles Maisonneuve**, à la Direction de la gestion de la faune.
- ✓ **Martine Tremblay**, à la Direction de la gestion de la faune.



Merci à Line Ferlatte, technicienne en administration aux Services administratifs régionaux, pour la transmission de ces informations !



Retour d'un collègue

Josée Proulx, agente de secrétariat

Direction de la protection de la faune du Bas-Saint-Laurent – Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine

Le personnel de la Direction de la protection de la faune du Bas-Saint-Laurent – Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine tient à souligner le retour au travail du sergent Jacques Gauvin, qui a été absent au cours de la dernière année alors qu'il a dû combattre un cancer.

Jacques va maintenant beaucoup mieux et, depuis la mi-février, il réintègre de façon progressive ses fonctions d'agent de liaison.

Toute l'équipe de la Direction de la protection de la faune veut saluer le courage dont il a fait preuve face à la maladie. Il est maintenant considéré comme un « porteur d'espoir ».



Crédit photo : Catherine Geoffrion

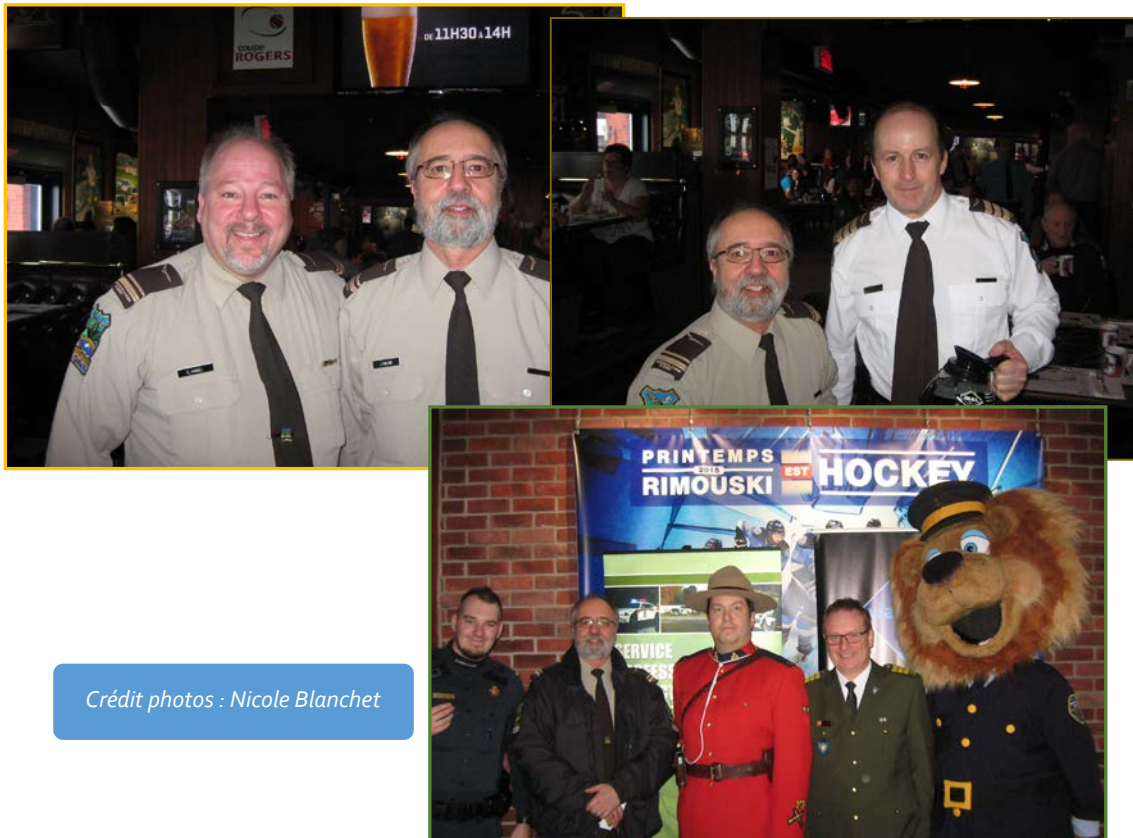
Bon retour parmi nous



Merci de ton implication, Richard

Josée Proulx, agente de secrétariat

Direction de la protection de la faune du Bas-Saint-Laurent – Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine



Crédit photos : Nicole Blanchet

L'équipe de la Direction de la protection de la faune du Bas-Saint-Laurent – Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine veut rendre un hommage particulier au sergent Richard Hamel pour son implication dans la collecte de fonds au profit de la Société canadienne du cancer.

En plus de s'être occupé de l'organisation de la collecte de fonds, Richard n'a pas hésité à mettre « la main à la pâte », en cuisinant des pains maison au bonheur de tous ses collègues du MFFP et du MERN. L'argent amassé avec la vente de ses pains a également été versé à la Société canadienne du cancer.

Au total, c'est une somme de 575 \$ qui a été remise à cet organisme lors du 37^e déjeuner des agents de paix, tenu le 21 février dernier à La Cage aux sports de Rimouski.



Merci, Richard, de ta grande générosité... Nous sommes tous très fiers de toi!



Rencontre d'équipe à la Direction générale

Catherine Geoffrion, conseillère en communication

Direction générale

Le 30 octobre 2015 s'est tenue la **rencontre du personnel du bureau de la Direction générale**, à la Pépinière de Sainte-Luce. Ce fut l'occasion de regrouper toute l'équipe pour échanger sur les dossiers et enjeux communs pour la prochaine année. Nous avons également effectué une visite des différentes installations de la pépinière et avons rencontré des personnes passionnées et très professionnelles.



Crédit photos : Catherine Geoffrion



50^e

La **Pépinière de Sainte-Luce** célébrera son **50e anniversaire** cette année. Nous vous tiendrons au courant des différentes activités organisées pour souligner cet événement.



Portrait Passion...

*Lise Bonneau, technicienne en cartographie et géomatique
Direction régionale du Bas-Saint-Laurent du ministère de l'Énergie et des Ressources naturelles*

Passion violon...

Plusieurs d'entre vous le savent déjà, depuis plus de 10 ans, je fais de la musique avec mon grand garçon Maxime et des amis qui ont la même passion que moi pour la musique traditionnelle irlandaise et québécoise (dont Marie-Pierre, la conjointe de Walter Bertacchi). Ce groupe se nomme La Marée Montante.

La Marée Montante est un collectif de musique et de danse traditionnelle basé à Rimouski. Elle regroupe une vingtaine de musiciens et a comme objectif de faire la promotion de la musique traditionnelle dans la région. La Marée Montante organise des « danses callées » et participe à des « jams » dans divers endroits publics de la région.

Ces veillées traditionnelles, au cours desquelles musique et danse callée sont à l'honneur, offrent un spectacle unique quant au nombre total de musiciens pouvant être sur scène au même moment (nous en avons déjà compté plus de 22 !). Ces soirées sont donc l'image de marque de La Marée Montante.

Quand le désir de jouer davantage gagne les musiciens, ils se regroupent à la faveur de veillées de cuisine et célèbrent les fondements de notre culture et de notre peuple.



Crédit photo : Mathieu Gosselin
Coopérative Paradis

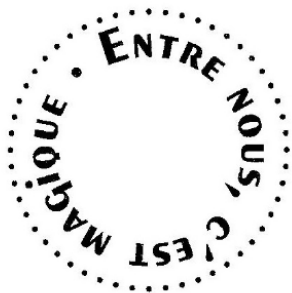


**Si le cœur vous en dit,
venez vivre une soirée hors du commun à la Coopérative Paradis...
Musique d'antan, plaisir bien d'aujourd'hui !**



Crédit photo : Mathieu Gosselin
Coopérative Paradis

Le 19 mars 2016 – 20 h
Veillée de La Marée Montante pour la St-Patrick
Prix : 10 \$ à la porte
Lieu : Coopérative de solidarité Paradis



À cette adresse, vous trouverez une vidéo fort intéressante, réalisée par Télé-Québec, qui vous permettra de mieux connaître notre Marée :

http://www.coop-paradis.com/evenements/1158_veillee-de-la-maree-montante-pour-la-st-patrick

Bienvenue



Ça swing à Rimouski

*Catherine Geoffrion, conseillère en communication
Direction générale*

Voici quelques photos du party de Noël de l'équipe de Rimouski... et des environs!

Merci encore au comité organisateur qui a travaillé fort (comme toujours!) pour nous préparer un bon souper et une soirée divertissante et haute en couleur!



Les 3 Pères-Noël

Crédit photos : Mireille Parent



Les 3 Reines des Neiges



Les 3 lutins du Père-Noël



Le groupe BASTOS,
avec notre collègue Yanick Théberge et son comparse Frédéric Pelletier,
qui nous ont fait danser une partie de la soirée!



Crédit photo : Mireille Parent

  a swing    Rivier  -du-Loup

*Francine Bélanger, agente de secrétariat
Unité de gestion du Grand-Portage*



Le party de Noël des employés de l'Unité de gestion du Grand-Portage et du Secteur de la faune à Rivier  -du-Loup a eu lieu le 27 novembre 2015.

Sous le thème « Casino » les employés habillés « chic » pour la circonstance ont eu beaucoup de plaisir.

Ce fut un grand succès!





Témoignage de...

*Daniel Raby, technicien en géomatique
Direction de la gestion des forêts du Bas-Saint-Laurent*

Pourquoi pas un Ironman?

« Non! C'est pas vrai! Qu'est-ce que je viens de faire là? », me répétais-je sans cesse au volant de ma voiture, encore sous le choc. Pendant les 425 km me séparant de la maison familiale, je n'ai pu trouver la réponse. Encore chanceux d'avoir trouvé le chemin vers chez mes parents, tellement j'étais perdu dans mes pensées.



C'était au retour d'une fin de semaine à Mont-Tremblant, pendant mes vacances estivales 2013. Fin de semaine au cours de laquelle j'étais allé encourager une amie qui participait au Ironman de l'endroit. Pour ceux qui ne le savent pas, un Ironman consiste à franchir 3,8 km à la nage, suivi de 180 km en vélo, et conclure avec 42,2 km de course à pied. Le lendemain, encore sous le charme de la beauté de l'endroit, de l'énergie des spectateurs, du dévouement des bénévoles et de l'ambiance de fête qui y régnait, je décidai de m'inscrire pour l'édition 2014 du demi-Ironman (1,9 km de natation, 90 km de vélo et 21,1 km de course). Comme ça, sur un quasi-coup de tête, 5 minutes avant la fermeture des inscriptions.

Je cours depuis presque 2 ans et roule à vélo depuis plusieurs années. Seul petit hic : je flotte aussi bien qu'un bloc de béton qui se serait détaché du pont Champlain pour tomber dans le fleuve au lendemain d'un déversement d'eaux usées... Autrement dit, je ne sais pas nager et « ça me pue au nez »! Je n'ai jamais eu d'attirance pour ce sport. Je suis presque certain que la première espèce qui est sortie de l'eau pour vivre sur la terre ferme il y a plus de 360 millions d'années est mon ancêtre direct. Moi qui suis de nature rationnelle, je venais de dépenser plus de 300 \$ pour m'inscrire à une course où on me demandait de nager 1,9 km. Tel un GPS qui ne capte plus ses satellites, mon **GBS (Gros Bon Sens)** s'était déconnecté... Un peu comme pour l'équipe informatique lors de la migration vers Windows 7, il allait y avoir du pain sur la planche... Mais de voir ces participants de tous âges sortir de l'eau pour se précipiter vers leur vélo et finalement franchir la ligne d'arrivée en souliers de course, c'est venu me chercher.



À l'automne, je commence la natation. Les semaines passent et ça ne va pas du tout. Je suis une tordeuse des bourgeons de l'épinette sur un érable à sucre, je ne me sens pas à ma place. Pour le reste ça va. Je respecte le PAFI (Plan Actif de Forme Intégré) que m'a concocté un triathlète de Rimouski afin de bien répartir l'entraînement entre les trois disciplines, pour éviter une coupe à blanc de mes énergies sans possibilité de régénération. Une mauvaise nouvelle à 12 semaines de l'épreuve vient mettre un bâton dans mes roues de vélo.



Crédit photo : Pierre Bédard

Je reçois le diagnostic d'une fracture de stress au tibia gauche. Le traitement : pas de course ni de vélo pendant 6 semaines. Moi qui comptais sur ces deux disciplines pour sauver les meubles, me voilà contraint à la natation. On a beau être à la fin mars, mes aptitudes aquatiques tardent à dégeler, tout comme mon affection pour ce sport. Mais c'est là qu'on voit que rien n'arrive pour rien. Pendant ces 6 semaines, j'ai n'ai pu me concentrer que sur ma nage. Jumelé à quelques cours privés, un petit dé clic s'est fait. En termes de foresterie, je pense qu'on pourrait dire que mon entraîneur a fait un bon boulot d'éclaircie précommerciale. Fin mai, j'ai repris la course à pied et le vélo. Il y a encore de la neige sur les pentes du Mont-Comi lorsque je me présente au Sept-Lacs avec 2 amis pour ma première sortie en lac. La température de l'eau oscille autour de 14 ou 15 degrés. Vêtu de ma combinaison isothermique (*wetsuit* en bon français), je plonge. Première constatation, l'eau est *frette* en titi. Deuxièmement : Je flotte!!! (Merci au *wetsuit*) Un vrai billot sur la rivière Rimouski. Accompagné de mes 2 draveurs, je nage environ 750 m. Si dans le Témiscouata il y a la tortue des bois, et bien ce jour-là dans la Métis, j'étais la tortue du lac! Mais ça ne fait rien, à partir de ce moment, je me permets d'oser croire, un tout petit peu, que ça va être possible.

Nous y voici, c'est le 22 juin 2014. Après plusieurs mois d'entraînement, de « frustra-natation » et une blessure, le jour *J* est enfin arrivé. J'ai presque une semaine de pâtes dans le système. Mon estomac chante Da Giovanni en boucle. Le ciel est bleu, le soleil bien en place et surtout, le vent est presque nul; aucune vague sur le lac. La belle-mère de Cendrillon aurait pu s'en servir comme miroir.

De mon côté, je sens que le vent a tourné. Aidé par la présence de ma blonde et ma sœur, je suis relativement calme et l'anxiété s'est mutée en excitation sous l'effet de l'adrénaline. Nous serons plus de 2 500 participants à prendre le départ. Pas tous en même temps, heureusement. Il y aura des vagues par sexe et groupe d'âge. Juste dans ma catégorie, nous serons 260.



Crédit photo : Marie-Hélène Gonthier

Le départ est donné. Le feeling est bon. Départ de masse oblige, je me fais accrocher par le bras ou le pied de l'autre et vice-versa. Mais je garde mon calme et mon rythme. Il est lent, mais constant. 44 minutes plus tard, je sors du lac légèrement étourdi. Les points cardinaux s'en donnent à cœur joie dans un set carré endiablé, mais ce n'est pas grave, je suis sorti du lac à l'intérieur du temps limite (1h15). Des bénévoles animés nous attendent pour nous aider à enlever notre *wetsuit*. Car après avoir nagé 1,9 km, enlever cette seconde peau peut s'avérer aussi difficile que d'ouvrir les petits *mausus* de sacs de plastique du rayon des fruits et légumes. J'enlève mon casque de bain, dézippe mon *wetsuit*, me sort les bras des manches en vitesse, me jette par terre et deux bénévoles se ruent vers

moi pour finir de m'éplucher. Je repars à la course vers la zone de transition où m'attend impatiemment un vélo qui commence à trouver le temps long depuis que plusieurs de ses comparses sont partis à l'aventure sur les routes vallonnées de Mont-Tremblant.



© Finisherpix 2014

Crédit photo : © Finisherpix 2014

Me voilà enfin dans mon élément naturel. Je gagne du terrain. Mais après quelques kilomètres, un inconfort s'installe. Vous savez sans doute l'importance de bien s'hydrater pendant, mais aussi avant une activité sportive. Et bien j'ai peut-être pris un peu trop à cœur la notion du « avant ». Ai-je besoin de vous faire un dessin? Penché sur mon vélo, la pression devient trop forte et au 40^e km, la vue des célèbres petites cabines bleues est synonyme de libération. Je repars le cœur léger. La route est belle et la chaussée impeccable. Je lui donnerais facilement la classe 1 dans notre base de données Routard.

Ne reste que la course à pied. Les premiers pas sont un peu difficiles. Après avoir parcouru 90 km en vélo, t'as l'impression de ne pas avancer. Mais ça se replace. Ce n'est pas de tout repos. Je *donne un lift* à un point abdominal pendant plusieurs km et une vive douleur à l'épaule me force à marcher pendant environ 2 km. Cependant, avec 4 km à faire, j'ai un second souffle. J'accélère la cadence pour ne plus la ralentir. Mission accomplie!



© Finisherpix 2014

Crédit photo : © Finisherpix 2014



En date d'aujourd'hui, ça reste une de mes expériences les plus mémorables. En juin prochain, s'il n'y a pas de malchance, ma blonde et moi serons sur la ligne de départ. Ensuite, je ne m'attends pas à refaire de la longue distance. J'aurai été chercher ce que j'avais à obtenir. Je vais sûrement continuer, mais sur des distances plus courtes, car je ne peux pas dire encore que j'aime la natation. Mais je la hais moins, mettons. Cependant, l'attrait d'un événement d'une telle ampleur m'aura permis :

- ✓ D'apprendre à nager. Ce qui est toujours pratique. N'eût été d'un objectif comme Tremblant, pas sûr que j'aurais persévéré.
- ✓ De diversifier mon entraînement. Comme dirait le médecin du Canadien, ça fait travailler le haut et le bas du corps. Ce qu'il y a de beau dans le triathlon, c'est qu'on n'est pas étouffé par la routine. Il pleut, c'est froid dehors? Va pour la piscine. C'est le weekend, il fait beau, vous avez du temps devant vous? C'est parti pour une grande randonnée à vélo. Plus pressé un soir de semaine? Une petite course dans le quartier et le tour est joué.
- ✓ De connaître des gens passionnés qui ne sont pas avares de conseils.

Si jamais l'envie vous prend de vous y mettre, sachez qu'il y a maintenant deux triathlons dans la région du Bas-Saint-Laurent. Celui d'Amqui, qui existe depuis 2013 et celui de Pohénégamook, qui s'est ajouté l'an dernier et auquel j'ai participé. Pour la région de la Gaspésie, il y en a un à Gaspé. Il y a plusieurs distances au programme. Allant de celui Découverte (375 m de natation, 10 km de vélo, 2,5 km de course à pied ou moins), en passant par le Sprint (750m - 20km - 5 km) et l'Olympique (1,5 km – 40km – 10 km). Il n'y a pas de club de triathlon à Rimouski, mais il y a le Club cycliste de Rimouski et le Club de course à pied La Cavale. Ce sont des clubs amicaux qui s'adressent autant aux débutants qu'aux plus expérimentés. Pour la natation, des cours sont offerts au Paul-Hubert et au Peps du Cegep de Rimouski. Si vous avez un peu d'expérience, il y a également le club des maîtres-nageurs.



Il n'est pas nécessaire de commencer par un demi-Ironman. En fait, ce n'est pas recommandé. Mieux vaut commencer par de plus courtes distances. Pour moi, c'était ma motivation pour aller à la piscine. Si vous regardez les autres distances que j'ai mentionnées, la proportion pour la natation est effectivement moins importante. Ce qui est un gros avantage pour moi... ah ah ah! Je ne sais pas si je vous aurai donné le goût d'essayer le triathlon. Mais peu importe le sport que vous choisissiez, après avoir passé la journée assis devant un écran d'ordinateur à se creuser les méninges, le fait de bouger et de prendre l'air, c'est comme faire un ctrl+alt+delete quand ça bogue : ça replace bien des affaires!



En forme à Rimouski

*Nathalie Corbin, agente de secrétariat
Unité de gestion du Bas-Saint-Laurent*

Avec le travail, les enfants et les obligations, nous avons souvent tendance à nous laisser submerger par un rythme de vie effréné. Or, il est bien connu que le sport est formateur et qu'il permet de développer des valeurs telles que le sens de l'effort, le respect des autres et le travail d'équipe. En plus de permettre la mise en forme, il peut être source de plaisir, d'accomplissement personnel et de valorisation, tout dépendant de la manière dont on l'aborde.

Provenant de divers secteurs au sein de notre bureau, plusieurs de nos collègues, adeptes de volleyball, se sont regroupés il y a quelques mois, dans le but d'avoir du plaisir en pratiquant une activité sportive. Je peux dire sans risque de me tromper que leur mission est accomplie. Selon moi, le fait que les équipes soient mixtes et changent chaque semaine amène assurément une belle synergie et favorise le développement de belles amitiés.

Dernièrement, j'ai eu la chance d'assister à une grande démonstration d'esprit sportif et de complicité entre nos collègues. J'ai été impressionnée par la qualité de leur jeu, leur dynamisme et également par leur sens de l'autodérision. Certains n'hésitant pas à sauter au filet ou au sol afin de rattraper un ballon qui pourrait permettre de marquer un point; d'autres usant de tactiques peu subtiles pour distraire l'adversaire. Bref, une chose est certaine : chaque joueur met toute son énergie lors des échanges parfois dignes de grandes équipes sportives.



Bréno Allard, Carol Lizotte, Ken Tremblay,
Luc Vaillancourt (Ville de Rimouski), Annik Proulx,
Liliane Pelletier, Monique Hallé, Greg St-Hilaire,
Yanick Théberge, Édith Pilon, Diane Chénard,
Luc Gagnon et Mike Roy.
Était absent sur la photo : Richard Hamel

Crédit photo : Responsable du gymnase



Luc Vaillancourt (Ville de Rimouski), Yanick Théberge, Annik Proulx, Richard Hamel, Édith Pilon, Diane Chénard, Liliane Pelletier, Mike Roy, Bréno Allard, Carol Lizotte, Luc Gagnon, Monique Hallé. Étaient absents sur la photo : Ken Tremblay et Greg St-Hilaire



Crédit photo : Nathalie Corbin

Au fil des parties, les rires, les encouragements et les taquineries font bon ménage sur le terrain. Je ne peux malheureusement pas révéler tout ce que j'y ai vu et entendu, mais je peux vous assurer que la soirée m'a procuré un immense plaisir et de nombreux fous rires en tant que spectatrice. Je souhaite pour 2016 que d'autres groupes leur emboîtent le pas, peu importe la discipline à l'honneur. Je vous invite également à aller les encourager, à chaque mardi dès 20 h 15, au Paul-Hubert, sans oublier cependant que la règle suivante demeure :

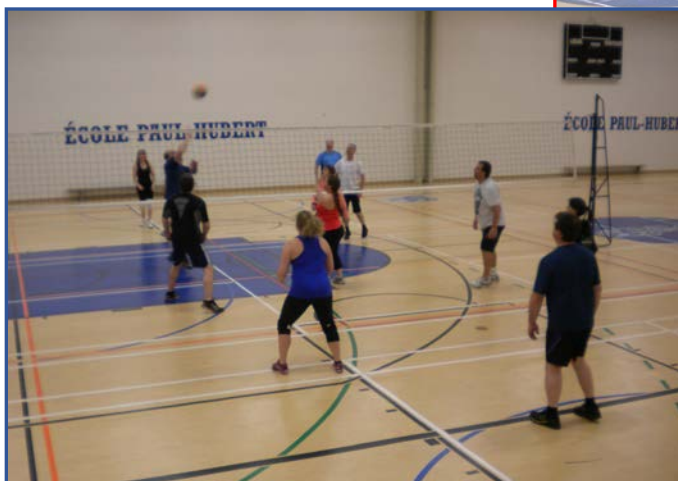
**« TOUT CE QUI SE PASSE AU GYMNASE
RESTE AU GYMNASE! »**



Les 5 lutines sportives!



Crédit photo : Bréno Allard



Crédit photo : Nathalie Corbin



Tête-à-tête avec...

Walter Bertacchi, technicien de la faune – Direction de la gestion de la faune
Catherine Geoffrion, conseillère en communication – Direction générale



Crédit photo : Marie-Pierre Veilleux

Sur le chemin de Compostelle

CG. – Qu'est-ce qui t'a donné le goût d'aller faire une partie du chemin de Compostelle?

WB. - Un pèlerinage à Saint-Jacques-de-Compostelle : rares sont les gens qui ne connaissent pas un ami ou un proche qui a parcouru quelques centaines de kilomètres pour aller se recueillir sur la tombe de saint Jacques. Celle-ci se trouve dans la crypte de la très belle cathédrale de Santiago de Compostelle, en Galice (Espagne).

L'automne dernier, au mois d'octobre, j'ai eu le très grand bonheur de réaliser ce rêve en compagnie de ma douce moitié, Marie-Pierre, soit de parcourir une petite section du vaste réseau de sentiers qui mènent à Saint-Jacques-de-Compostelle. Cette section, nommée le *Camino Primitivo*, serait la plus ancienne voie menant à la tombe de l'apôtre saint Jacques, mise en place vers l'an 820 par Alphonse II, dit Alphonse le Chaste, roi des Asturies.

CG. – Quelle était ta motivation pour entreprendre ce périple?

WB. - Même si Saint-Jacques-de-Compostelle fait partie des grands sites de pèlerinage chrétiens, les raisons qui poussent les gens à parcourir les sentiers de Compostelle sont nombreuses et pas nécessairement à caractère religieux, quoique cette raison prédomine. Mais dans le cas de Marie-Pierre et moi, la religion n'en faisait pas partie et la chasteté encore moins! Notre motivation était toute simple, soit de parcourir en amoureux, tranquillement, des paysages inconnus, de découvrir une culture différente, de nouvelles saveurs, l'histoire de la région, d'échanger avec ses habitants ou d'autres pèlerins, bref, de sortir de la routine ! Et notez bien que dans cette façon de voyager, une certaine spiritualité s'installe.

C'est donc dans cet état d'esprit que nous avons marché 325 km entre Oviedo et Santiago (Saint-Jacques-de-Compostelle) sur une période de 16 jours, soit une moyenne de 20 km par jour. Les paysages traversés étaient fort variés : campagne vallonnée, villes et villages pittoresques, moyenne montagne, forêts de chênes et d'eucalyptus. Nous avons rencontré des habitants très sympathiques et partagé de bons moments avec d'autres pèlerins en provenance de nombreux pays. Nous avons eu quelques journées fraîches et pluvieuses, mais en général, une belle température.



CG. – Quels ont été les défis rencontrés le long du chemin?

WB. - En trois semaines, il y a des hauts et des bas. Le mal de pieds est inévitablement au rendez-vous, même si l'on est bien chaussé. Mais notre « Waterloo » dans ce beau périple a été un empoisonnement alimentaire (eau ou bouffe) qui nous a littéralement scié les jambes. Nous sommes donc restés bloqués trois jours à Lugo, ville historique que malheureusement nous n'avons pas pu visiter puisque trop occupés à contempler le bol de toilette : -)! Et c'est lorsqu'on est malade à l'étranger que l'on se rend compte que l'on est loin de chez soi... Je ne critiquerai plus jamais les pharmacies du Québec! Nous avons réussi à reprendre le sentier, lentement et avec peine durant trois autres journées, avant d'être parfaitement rétablis. Nous avons finalement atteint Santiago et sa fameuse place de l'Obraidoiro, avec des centaines d'autres pèlerins. En octobre, on commence à être hors-saison, mais si on considère les résultats du mois d'août 2015, un total de 54,796 personnes se sont présentées pour recevoir leur certificat de pèlerin, soit une moyenne de 1,768 pèlerins par jour!



Crédit photo : Walter Bertacchi

CG. – À quoi ressemble une journée sur le *camino*?

WB. - Munis de nos *credenciales* (carnet qui permet l'accès aux auberges réservées aux pèlerins et que l'on fait étamper à chacune de nos étapes), nous sommes allés chercher notre *compostela*. C'est un certificat de pèlerinage, rédigé en latin, qui vous est remis à votre arrivée à Compostelle par le Bureau des pèlerinages, pour attester que vous avez fait le pèlerinage de Saint-Jacques-de-Compostelle. Ce certificat réfère à la tradition médiévale qui voulait qu'un pèlerin rapportât un témoignage de son arrivée au sanctuaire (source Wikipedia). Bien sûr, afin d'obtenir la *compostela*, nous avons préalablement coché la case qui indiquait que nous avons fait le trajet pour des motifs religieux, mais comme nous avons déjà frisé à quelques reprises l'excommunication pour nos galipettes dans les dortoirs, une anicroche de plus ou de moins au décorum du pèlerinage ne nous causait aucun remord de conscience. Mon prénom en latin : *Valtherum* !



Marcher Compostelle, en gros, ça consiste à parcourir à pied un réseau de sentiers relativement bien balisés, principalement en Espagne, au Portugal et en France. L'hébergement se fait dans les auberges pour pèlerins. Ce n'est pas le grand luxe puisque la plupart du temps, on dort en dortoir. Pour la bouffe, il est souvent possible de se préparer un repas dans l'espace cuisine de l'auberge, mais sinon, il y a presque toujours à proximité, des auberges, des restaurants, cafés ou bistrots qui offrent le repas du pèlerin ou un menu *del dia*. Le contenu de notre sac à dos est assez minimaliste, car le poids transporté, jour après jour,

va faire la différence entre finir la journée fatigué plutôt qu'exténué... Donc, très peu de vêtements de rechange, qu'il faut donc régulièrement laver, souvent à la main, et faire sécher du mieux que l'on peut. C'est une façon simple et économique de voyager. Chaque journée est une surprise, chaque pas une découverte. Ici, la destination a moins d'importance que le chemin parcouru pour y arriver.

En Espagne, parler espagnol est bien sûr un atout, mais on finit toujours par se faire comprendre, soit par gestes, soit en baragouinant un espéranto multiculturel (ma spécialité...). Et si, comme c'était heureusement le cas pour moi, votre conjoint(e) parle très bien espagnol, la vie en Espagne est plus simple.

Ce qui m'a le plus manqué, c'est un excellent petit déjeuner pour bien commencer la journée. Je suis carrément resté sur ma faim avec ces déjeuners de pain blanc plus ou moins sec que l'on tartine avec de petites barquettes de confitures de piètre qualité, ou encore de ces insignifiantes pâtisseries pas bonnes au goût et encore moins nourrissantes. Par contre, le jus d'orange est la plupart du temps fraîchement pressé et le café, excellent.





Crédit photo : Pèlerin inconnu

CG. – Que retiens-tu de plus précieux de ton expérience du chemin de Compostelle?

WB. - En conclusion, ce voyage a été pour moi un réel plaisir et surtout l'occasion d'un décrochage total de la routine boulot-dodo. Et les bienfaits de cette expérience ont duré plusieurs semaines après le retour. Plus calme, plus zen, moins à la course, moins essoufflé. Alors bien sûr, ce ne sera pas mon dernier!



Chemin de Compostelle

<http://www.duquebecacompostelle.org/duquebec.shtml>

<http://www.chemin-compostelle.info/>

<http://www.mundicamino.com/>

<http://www.gronze.com/>

<http://peregrinosantiago.es/esp/oficina-del-peregrino/estadisticas/>





C'est beau chez nous!

Éric Beaulieu, technologue forestier

Unité de gestion du Bas-Saint-Laurent – Bureau local d'Amqui

Petites cascades automnales du ruisseau de la prairie

Voici une photo que j'ai prise dans un bel endroit de la vallée de la Matapédia, cet automne. J'aime travailler en forêt et profiter du calme et des paysages qu'elle nous offre. C'est un privilège de demeurer dans une région si pleine de ressources naturelles!

À vos bottines et à vos caméras!



Crédit photo : Éric Beaulieu



Chronique environnement

*Diane Chénard, technologue forestière
Responsable de la Certification environnementale et forestière*

Je composte, nous compostons, vous compostez...



La récupération de compost est possible même au bureau et ne demande même pas d'effort. Un petit tour à la salle de pause et hop!, la pelure de clémentine se retrouve dans le petit bac à compost. De plus, ce déplacement vous fait bouger!

Au bureau de Rimouski, l'histoire a commencé en 2012, avec l'arrivée des petites tortues des bois, nées chez nous, en incubateur. Il fallait les nourrir et quoi de mieux qu'un ver de terre? Et où se procurer un ver de terre? Dans un vermicompost concocté ici, au bureau, avec les ressources disponibles sur place : cœur de pomme – pelures de toutes sortes – reste de salade – etc., gracieuseté de tous les employés qui mangent au bureau. Rien de plus simple!

Même si depuis 2014, nous n'avons plus nos petites mascottes, nous avons quand même gardé l'habitude du compost, mais sans les vers de terre!

Comme le service de bac brun n'est pas disponible dans l'établissement, quelques employés se relaient pour le déposer chez eux, dans leurs bacs personnels ou autres. Il n'y a donc pas de raison de jeter cette ressource aux poubelles quand vous êtes au bureau!

Merci à toutes et tous pour votre implication dans ce petit geste qui peut faire une grande différence.

*Le courant
passe
bien entre nous!*

Pour votre information, le compost est distribué deux fois par année, au site de compostage de la ville de Rimouski, et c'est gratuit.

Bon compostage!



Merci!

Catherine Geoffrion, conseillère en communication
Direction générale

Entre Nous

Un grand merci à tous les collaborateurs de cette première édition!

Merci de prendre le temps de partager vos coups de cœur, vos réflexions et les expériences vécues avec les collègues du Bas-Saint-Laurent, afin de favoriser les échanges et agrémenter notre quotidien au bureau.

Un merci chaleureux à Jacqueline Jean pour son coup de pouce, son coup de souris et son coup d'œil pour la réalisation de ce nouveau Bulletin.

Vos commentaires et suggestions sur cette première édition sont évidemment les bienvenus; les adresser à : catherine.geoffrion@mffp.gouv.qc.ca.

La prochaine parution du bulletin **Entre Nous** est prévue :

15

Septembre 2016

“Chacun d’entre nous est un génie. Mais si vous jugez un poisson à sa capacité à grimper un arbre, il va croire toute sa vie qu’il est stupide.”
Attribué à Albert Einstein