À surveiller en Novembre :

Novembre Journée internationale de l'homme

1 novembre La Toussaint

7 novembre Journée internationale des Inuits

11 novembre Le Jour du Souvenir

17 novembre Journée Mondiale de l'Étudiant

19 novembre Le Beaujolais nouveau est arrivé

20 novembre La Journée de l'Enfance

25 novembre La Sainte-Catherine

GROSSES-ROCHES

D'HIER À DEMAIN

Volume 5, numéro 3 ~novembre 2026





















Sommaire

Que représente l'oie blanche chez les amérindiens 3

Recette : Salade de betteraves et d'oranges 4

Movember 4

Le 19 novembre 5

Dictons de novembre 5

Recette : Biscuits aux amandes 6

Club des 50 ans + Les Cœurs vaillants 7

La Fabrique des Saints-Sept-Frères 8

Quatrième édition de Tidelidam ! 9

Les arbres parlent ? 11

Organismes de Grosses-Roches 12

Journal D'hier à demain

Pour nous joindre : journalGR2023@outlook.com

ISSN 2817-3937 (imprimé)
ISSN 2817-3945 (numérique)
Dépôt légal : Bibliothèque et Archives nationales du Québec

Tirage : 250 exemplaires
Impression et assemblage : Impressions Verreault à Matane

Le journal est distribué gratuitement dans les cases postales de Grosses-Roches. Il se trouve également :
Facebook : Journal de Grosses-Roches
municipalite.grossesroches.ca

Culture et Communications Québec

Merci à tous nos donateurs anonymes, nos subventionneurs et nos commanditaires.

Merci à tous nos bénévoles !

Fondateur du journal D'hier à demain : Luc Carey

Participation aux chroniques ce mois-ci :
Madone Langlois

Transcription, correction et mise en page :
Linda Cartier, Noël Grondin, Lise Leclerc

Page Facebook du journal : Stéphanie Prévéreau

Page Facebook de la municipalité : Linda Imbeault

Conception de la Une : Noël Grondin

Graphisme : Caroline Turbide

Équipe de rédaction :
Linda Cartier, Noël Grondin, Madone Langlois

Le journal D'hier à demain n'est pas responsable du contenu des articles. Le masculin est utilisé pour alléger le texte et se veut inclusif.

Prochain numéro : 1er décembre 2026
Date de tombée : 17 novembre 2026





Légende amérindienne

Que représente l'oie blanche chez les amérindiens !

Voici une légende abénaquise sur la façon dont TABALDAK (le créateur) a coloré le plumage des oiseaux et explique pourquoi l'oie blanche a conservé son plumage immaculé.

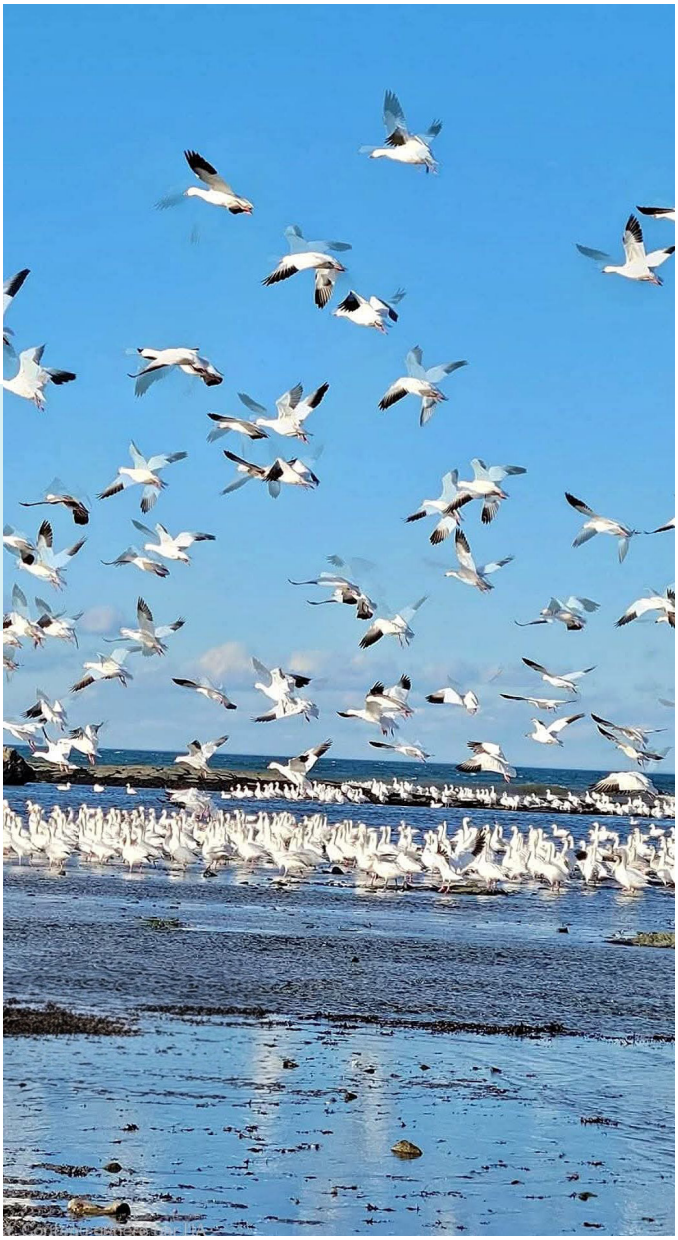
Au début du monde Tabaldak façonna les oiseaux à partir de feuilles. Ils étaient tous dotés d'un plumage entièrement blanc. Mais lorsque le grand Ours blanc souffla son premier hiver sur la terre, les oiseaux devinrent invisibles au milieu de la neige, ce qui attrista les enfants du village.

L'oie blanche incarne la constance, la pureté, la loyauté et la transition.

Voyant cela grand-maman Marmotte interpella le Créateur pour lui demander de réparer cet oubli. Alors le Créateur parcourut la nature pour récolter des pigments magiques du :

- brun de la terre ;
- vert de l'herbe ;
- bleu ciel ;
- jaune soleil ;
- rouge feu.

S'ensuivit le sacrifice de l'oie. Elle s'avança devant le Créateur et plutôt que de demander des couleurs pour elle-même, elle offrit l'une de ses plumes pour qu'il s'en serve comme pinceau.



« Prends ma plume pour faire ton travail de création. Moi je resterai blanche afin que tes enfants se rappellent de toi. Chaque année je passerai au-dessus de leur territoire pour qu'ils s'en souviennent ». Ainsi va la nature et c'est merveilleux.

P.S. : Il existe une légende qui convient à la couleur utilisée pour chaque oiseau.

Source : Légendes amérindiennes avec les oiseaux - Nidoscope

Suggérée par Madone Langlois

Petites recettes
pour tous les goûts



Salade de betteraves et d'oranges

Ingrédients

- 3 betteraves cuites et pelées, de taille moyenne
- 3 oranges pelées
- Graines de citrouille
- Ciboulette ciselée

Vinaigrette

- 1/4 tasse de mayonnaise
- 1 c. à soupe de raifort ou de moutarde de Dijon
- 1 c. à soupe de moutarde à l'ancienne
- 1 c. à soupe de jus de citron

Bien mélanger.

Préparation

1. Couper les betteraves et les oranges en tranches ou en cubes.
2. Placer le tout dans un plat, parsemer de graines de citrouille et de ciboulette.
3. Arroser généreusement de vinaigrette.

Suggestion : Servir avec du porc froid ou une viande de votre choix.

Suffisant pour 2 personnes.

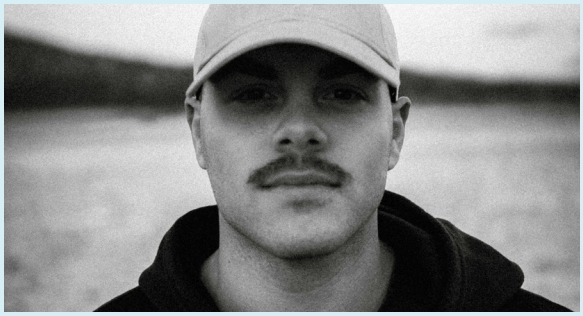
Présentation : se référer à la photo.

Bon appétit !

Recette et photo : Madone Langlois

Movember

Novembre, est le mois de la sensibilisation aux cancers masculins, symbolisé par le port de la moustache.



C'est aussi changer le visage de la santé des hommes. L'organisme Movember soutient également la prévention du suicide et de la santé mentale.

Movember est aussi appelé, Novembre bleu (en français).

Source : movember.com

Texte et recherches : Madone Langlois

Journée internationale de l'homme

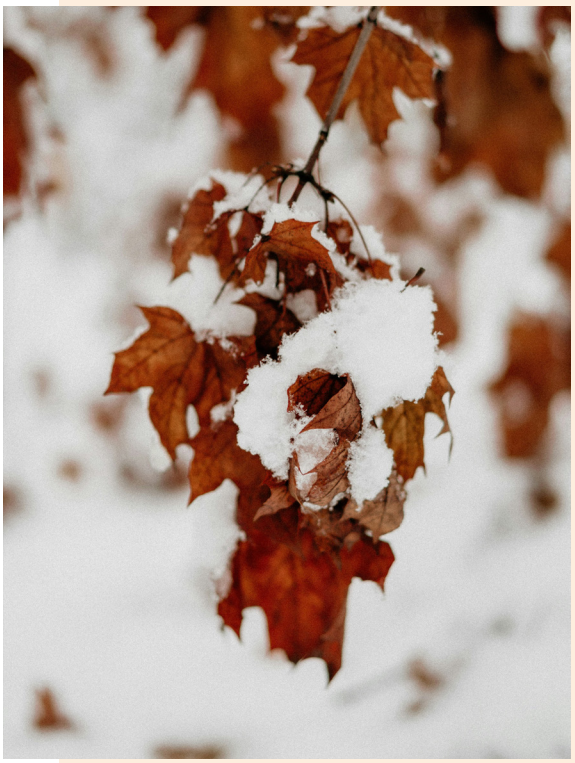
Le 19 novembre

Le 19 novembre est la journée internationale de l'homme, elle est célébrée depuis 1999. Elle vise à revaloriser le rôle de l'homme au sein de la société ainsi qu'à mettre en lumière les domaines dans lesquels les différences hommes-femmes les désavantagent.



C'est mettre également en valeur les aspects positifs de la contribution des hommes à la société et aborder les défis spécifiques qu'ils rencontrent. C'est aussi mettre en avant des figures masculines saines et des pères qui s'impliquent dans leur famille.

Source : Wikipédia | Texte et recherches : Madone Langlois



Dictons de novembre

En novembre si la neige ne prend pas, de l'hiver elle ne prendra : indique que la première neige annonce ou pas la persistance du froid.

En novembre s'il tonne, l'année sera bonne ou l'hiver est en retard.

Brouillard en novembre, l'hiver sera tendre.

Tonnerre de novembre, remplit le grenier (bonnes récoltes en abondance).

À la Sainte-Catherine, tout bois prend racine.

Novembre est le jour des morts, si tu ne veux pas mourir encore, habille-toi plus fort.

À la Saint-Hubert les oies fuient l'hiver.

Source : www.dicocitations.com | Proposés par Madone Langlois

Petites recettes
pour tous les goûts



Biscuits aux amandes (sans gluten)

Ingrédients

- 1/3 tasse d'huile de coco fondue ou de canola
- 1/2 tasse de sucre
- 2 œufs
- 1 c. à thé de vanille
- 1 c. à thé d'extrait d'amande
- 3 tasses de poudre (farine) d'amandes
- 1 pincée de sel
- Amandes effilées ou tranchées pour la décoration.

Préparation

1. Préchauffer le four à 350°F.
2. Dans un bol, fouetter l'huile avec le sucre, les œufs, la vanille et l'extrait d'amande.
3. Ajouter la farine d'amandes et le sel, puis mélanger jusqu'à l'obtention d'une préparation homogène.
4. Tapisser une plaque à biscuits de papier parchemin.
5. Former 24 boules en utilisant environ 2 c. à soupe de préparation.
6. Écraser légèrement avec la paume de la main ou une fourchette enfarinée.
7. Répartir les amandes sur les boules et presser légèrement.
8. Cuire au four de 15 à 20 minutes.
9. Retirer du four et laisser tiédir sur une grille.

P.-S. : Pour de plus gros biscuits, utiliser 3 c. à soupe, ce qui donne un biscuit avec le centre moelleux.

Cette recette provient de la revue *Gabrielle*, j'ai ajouté quelques modifications. C'est un biscuit très protéiné, de 5 à 7 grammes de protéines selon la grosseur du biscuit.

Bonne dégustation !

Recette et photo : Madone Langlois

Les Cœurs vaillants

Club 50 ans et +

159, rue Mgr-Ross, Grosses-Roches, Qc
418 733-8151 • grosses-roches@hotmail.com
Facebook : Club des 50 ans et + Grosses-Roches

Pour les escomptes de la carte de membre : carrefour50.com

Horaire du local

Ouvert les vendredis de 12h à 18h

Ateliers

Tricot - **Tous les lundis de 13h à 15h**
Contact : Victoire Marin au 418 733-4623

Couture - **Tous les mardis de 9h à 12h**
Contact : Pâquerette Coulombe au 418 733-8504

Peinture - **Tous les mercredis de 13h à 15h30**
Contact : Francine Marin au 418 733-4333

Livraison

Nous avons maintenant le service de livraison **les vendredis :** Grosses-Roches, Sainte-Félicité et Les Méchins.

Quilles

Salle de quilles de Matane le **jeudi matin de 9h30 à 11h.** Coût 15 $ taxes incluses.

La Soupe sur le pouce

De retour à l'automne (à confirmer)

Bingo !

Pas de réservation. Premier arrivé, premier servi - Excepté table à mobilité réduite

Vendredi soir à 19 h

Menu du vendredi

Le restaurant sera ouvert les vendredis avec au menu :

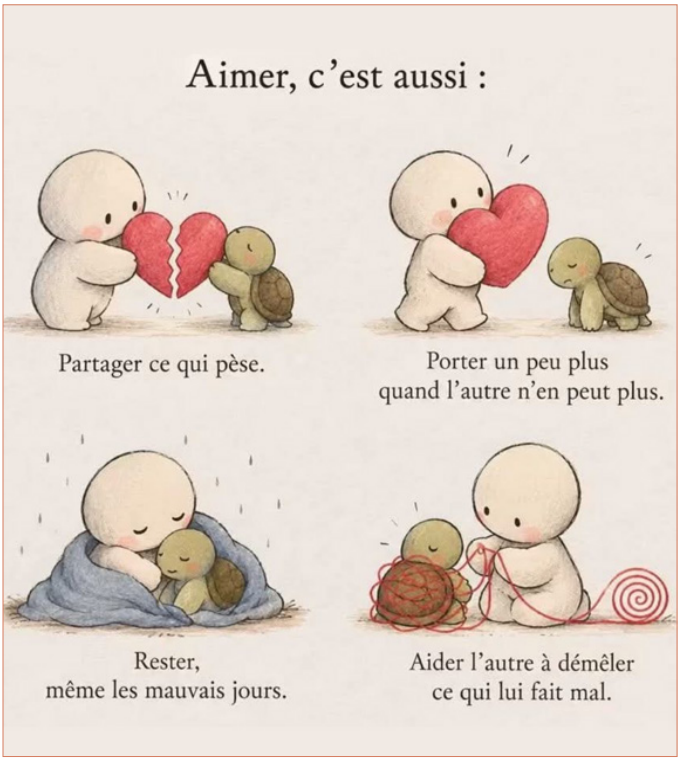
- Pizza
- Frites
- Poutine
- Ailes de poulet
- Filet de poulet

Les commandes seront prises à partir de 13 h.

Merci de votre compréhension et au plaisir de vous voir !

Pour info : 418 733-8151

Le Comité du 50+ de Grosses-Roches



La Fabrique
des Saints-Sept-Frères

Fabrique des Saints-Sept-Frères
171, rue Mgr-Ross, Grosses-Roches, QC - fabrique.saints7freres@gmail.com



Source : patrimoine-culturel.gouv.qc.ca

Brunch

À GROSSES-ROCHES



Le dimanche 15 novembre
à compter de 10 heures

171, rue Monseigneur-Ross

SVP, réservez vos places
à Guylaine au 514 973-0683

14 ans plus : 20 $ / Enfants 10 $





Horaire des messes de novembre 2026

Le dimanche 8 novembre à 9h, messe célébrée par Augustin Favi, curé

Chaque famille qui a perdu un proche dans la dernière année est invitée à se joindre à nous pour la commémoration de nos chers défunts.

Par conséquent, il n'y aura pas d'intention de messe en cette occasion.

Au plaisir de partager ce moment avec vous !

Le dimanche 22 novembre à 9h, messe célébrée par Jean-Marie Anoh, prêtre

Intention de messe pour sa mère récemment décédée. Qu'elle repose en paix. Par Mme Roselyne Martin.

Lampe du sanctuaire par Mme Roselyne Martin.



Culture

Quatrième édition de Tidelidam !

Communiqué - Pour diffusion immédiate

Du 27 au 29 novembre, le mini-festival Tidelidam ! de l'École de musique de Matane fera vibrer le patrimoine vivant québécois sur fond de traditions, de révolte et de rassemblement.

Matane, le 21 octobre 2026 - Pour sa quatrième édition, Tidelidam ! revient du 27 au 29 novembre avec une programmation qui célèbre les traditions québécoises dans toute leur vitalité.

Présenté par l'École de musique de Matane, l'événement s'ouvrira vendredi avec une journée portes ouvertes au Cercle de fermières de Matane et un 5 à 7 festif à la salle Isabelle-Boulay, animé par La Cordée de bois et ses invités, autour d'un cipâte et d'un buffet traditionnel.

Samedi à 14 h, toujours à la salle Isabelle-Boulay, une projection de mini-documentaires donnera la parole à six témoins de la région - Camillien Ross, Éliane Ouellet, LéonieCouillard-Beaulieu, Yvan Jacques, Monique Bélanger et le conteur Jocelyn Bérubé - pour faire revivre la mémoire des veillées dans les maisons de village. Sarah Bérubé, médiatrice culturelle au Site patrimonial de pêche Matamajaw, prendra la parole, tandis que Stéphanie Lessard-Bérubé, réalisatrice du projet *La maison qui danse*, animera la discussion. Diffusées par le Musée de la mémoire vivante et la Société d'histoire et de généalogie de La Matanie, ces capsules font rayonner la mémoire régionale au-delà du territoire.

Samedi soir, le puits du hall du Cégep de Matane s'animera au son d'Excavation & Poésie, corécipiendaire 2026 du prix Mouffe et en nomination aux GAMIQ cette année. Cette formation de musique traditionnelle anarchiste transforme les veillées en espaces de fête et de révolte collective. En première partie, Résonances, ensemble

formé d'une dizaine de jeunes du Cégep, donnera un aperçu de ce qui anime leur laboratoire local depuis septembre.

Dimanche midi, rendez-vous au **Manoir des Sapins, à Sainte-Félicité**, pour un jam trad ouvert à tous, suivi d'un cercle de chant traditionnel animé par Flo Mailhot-Léonard.

Le marché de Noël du Cercle de fermières de Matane se tiendra également samedi et dimanche toute la journée au pavillon Marie-Guyart.

« Loin d'une vision passéiste du patrimoine, Tidelidam ! célèbre des traditions vivantes, capables de se réinventer et de résonner avec des enjeux actuels, qui dépassent nos frontières, explique Isabelle Roy, directrice générale de l'École de musique. À l'heure de l'IA et de l'uniformisation culturelle mondialisée, affirmer notre identité, ce n'est pas se replier sur soi : c'est refuser l'uniformité et revendiquer notre humanité. »

Avec ses partenaires culturels, communautaires et financiers, Tidelidam ! fait du patrimoine vivant un espace de transmission, de rencontre et d'affirmation collective. Cette quatrième édition de Tidelidam ! a reçu le soutien du Réseau d'éclaireurs du CISSS, des Caisses Desjardins, de la MRC de La Matanie, de la Ville de Matane, de la SADC de la région de Matane, de DEM, du Cégep de Matane, des députés Pascal Bérubé et Alexis Deschênes, ainsi que du Musée de la mémoire vivante de Saint-Jean-Port-Joli.



Source : www.ecolemusiquematane.com

Site Web : www.ecolemusiquematane.com

Facebook : facebook.com/ecoledemusiquedematane

Renseignements : Isabelle Roy, direction@ecolemusiquematane.com
514 522-6525



La chronique
forestière

Association forestière bas-laurentienne
10, 7e Avenue, Saint-Fabien - 418 896-1213- afbl.info



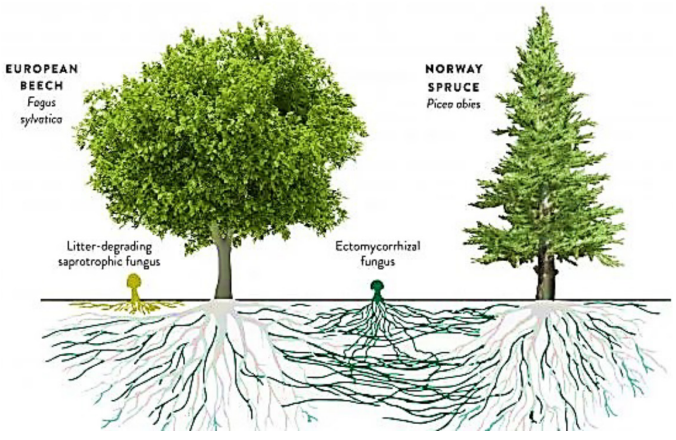
Les arbres parlent ?

Les arbres parlent. Pas en émettant des sons, mais en utilisant d'autres moyens de communication… et c'est fascinant !

Par les airs, grâce aux composés organiques volatils (COV), les arbres sont capables d'avertir leurs voisins lorsqu'un danger les menace. Ce phénomène est observé un peu partout dans le monde depuis les années 1970. Ils peuvent même adapter les substances odorantes qu'ils libèrent en fonction de leur agresseur : chenille, cervidé, parasite, etc. Une fois avertis, les arbres voisins peuvent alors produire des substances qui rendent leurs feuilles moins appétissantes ou plus difficiles à digérer, afin de mieux se défendre. Dans certains cas, les substances libérées peuvent même attirer les prédateurs de l'agresseur !

Par les racines, les arbres peuvent également échanger des signaux chimiques ou électriques. Sous la terre se trouve tout un réseau auquel participent notamment les champignons. Une seule cuillère à café de sol peut contenir plusieurs kilomètres d'hyphes, ces minuscules filaments qui forment le réseau des champignons. Les arbres s'échangent des informations sur les insectes, la sécheresse, le moment de la floraison, si un individu est en train de décéder, et bien plus encore. Certains scientifiques parlent même de ce réseau comme le *Wood-Wide-Web*. Les arbres matures occupent une place importante dans ce réseau.

Quand on découvre la communication qui se déroule dans une forêt, difficile de ne pas y voir des ressemblances avec notre propre société, non ?



L'Association forestière bas-laurentienne est un organisme à but non-lucratif dont la mission est d'éduquer les jeunes et sensibiliser la population à l'importance de la forêt.

Nous offrons un service d'animation d'ateliers sur la forêt dans les écoles, les camps de jour, lors d'activités grand-public et pour divers évènements. Contactez-nous pour planifier une activité dans votre école ou votre municipalité : www.afbl.info

Organismes de Grosses-Roches

Club des 50 ans + Les Cœurs vaillants

159, rue Monseigneur-Ross • 418 733-8151
grosses-roches@hotmail.com

- Président : vacant
- Sylvain Tremblay, vice-président
- Roselyne Martin, secrétaire
- Annie Rivard, administratrice
- Françoise Tremblay, administratrice
- (1 poste vacant)

Paroisse Saints-Sept-Frères

171, rue Monseigneur-Ross
fabrique.saints7freres@gmail.com

- Pâquerette Coulombe, présidente
- Lucille Mercier, vice-présidente
- Guylaine Ouellet, trésorière et secrétaire
- Layne Perry, marguillière
- Gertrude Truchon, marguillière
- Augustin Favi, curé
- (2 postes vacants)



Comité de développement (CDGR)

100, route 132 Ouest • infocdgr@gmail.com
418 733-1371 (Louis Blanchette)

- Louis Blanchette, président
- Pâquerette Coulombe, trésorière et secrétaire
- Patrick Fabre, administrateur
- Carol Fournier, administrateur
- Layne Perry, administratrice

Municipalité

100, route 132 Ouest • 418 733-4273
grossesroches@lamatanie.ca

- Linda Imbeault, directrice générale
- Nathalie Fournier, dir. générale adjointe
- Renaud Desrosiers, inspecteur municipal et responsable des travaux de voirie
- Jean-Guy Millette, journalier

Conseil municipal

- Bruno Fournier, maire
- Patrick Fabre, conseiller
- Sylvain Tremblay, conseiller
- Carol Fournier, conseiller
- Gilles Bilodeau, conseiller

Journal D'hier à demain

159, rue Monseigneur-Ross
journalGR2023@outlook.com

- Sylvie Fournier, présidente
- Isabelle Richer, vice-présidente
- Luc Carey, trésorier
- Hélène Plante, secrétaire
- Madone Langlois, administratrice