

Des nouvelles de vos associations...

VOICI NOS ACTIVITÉS D'AVRIL :

- Dîner communautaire le 3 avril
- Cuisine collective à Saint-Pamphile le 10 avril
- Espace-Famille (atelier parents-enfants) le 13 avril
- Cuisine collective à Tourville le 30 avril.



Isabelle Bourgault, directrice
Maison de la Famille de la MRC de L'Islet
 418-356-3737 #105
www.maisonfamillemrcislet.com

MESSAGE DE VOTRE ÉQUIPE RÉGIONALE EN PRÉVENTION DU SUICIDE POUR CHAUDIÈRE-APPALACHES

« Parler du suicide sauve des vies ». Au Québec, c'est en moyenne 3 personnes par jour qui décéderont par suicide. Il est donc impératif d'envoyer un message clair que le suicide n'est pas une option.

Si vous souffrez ou que vous connaissez une personne qui vit un moment de détresse, n'attendez plus. Il existe des services d'aide gratuits, confidentiels et disponibles 24 h / 7 jours partout dans la région. Parce que TOUTES les vies sont précieuses! ✍

1 866 APPELLE
www.prevenirlesuicide.com
www.commentparlerdusuicide.com



Le Havre des Femmes est plus qu'une maison d'aide et d'hébergement pour femmes victimes de violence conjugale et leurs enfants. Il offre aussi divers services tels que des services externes sous forme de rencontres dans différents points de service de la région et aussi des ateliers et présentations de sensibilisation.

Tout comme les femmes adultes, les adolescentes sont fréquemment confrontées à des situations de violence dans plusieurs sphères de leur vie. C'est pourquoi les intervenantes jeunesse du Havre des Femmes ont mis sur pied un nouveau projet visant la prévention de la violence physique et psychologique auprès des femmes et des jeunes filles. Ce projet nommé *Esquive* est un atelier interactif et dynamique qui vise à permettre aux filles d'être mieux outillées face à toutes les formes de violence. Une première cohorte de jeunes de niveau secondaire a expérimenté le projet. L'atelier divisé en deux parties, sur une période de 3 h a pour objectif d'aider les femmes et les adolescentes afin d'être mieux outillées pour faire face aux violences en leur permettant d'apprendre à contrer autant les agressions psychologiques que les agressions physiques.

L'approche développée par Le Havre des Femmes mise sur le renforcement de la confiance en soi et de l'affirmation de soi par des ateliers et techniques concrètes et adaptées aux besoins des femmes et adolescentes.

Pour plus d'informations sur nos différents services, contactez en tout temps Le Havre des Femmes au : 418-247-7622. ✍



CÉLÉBRATIONS DOMINICALES DANS NOS ÉGLISES DE L'ISLET-SUD

Dates :	Heure et lieu :
7 avril	9 h : Saint-Marcel Saint-Omer
	10 h 30 : Saint-Adalbert Sainte-Perpétue
14 avril	9 h : Sainte-Félicité
	10 h 30 : Saint-Clément de Tourville Saint-Pamphile
21 avril	9 h : Saint-Marcel Saint-Omer
	10 h 30 : Sainte-Perpétue
28 avril	9 h : Sainte-Félicité
	10 h 30 : Saint-Clément de Tourville Saint-Pamphile
5 mai	9 h : Saint-Marcel Saint-Omer
	10 h 30 : Saint-Adalbert Sainte-Perpétue

Marie-Claude : 418 356-3308

Des nouvelles de vos associations...



MAISON DES JEUNES PROGRAMMATION AVRIL

Heures d'ouverture du local de Saint-Pamphile

Mardi : 11 h 30 à 12 h 30

Mercredi : 11 h 30 à 12 h 30 – 15 h 30 à
17 h -18 h à 21 h 30

Jeudi : 11 h 30 à 12 h 30-15 h 30 à 17 h
-18 h à 21 h 30

Vendredi : 11 h 30 à 12 h 30 -18 h
à 22 h 30

Présence Sainte-Perpétue

Mercredi : 18 h 30 à 21 h

ACTIVITÉS EN AVRIL :

Jeudi le 11 : Souper thématique
(inscription avant le 10 avril à 12 h 30)
Gratuit
Transport disponible
15 h 30 à 19 h 30

Jeudi le 18 : Saint-Adalbert à confir-
mer

Jeudi le 25 : Souper thématique
(inscription avant le 24 avril à 12 h 30)
Gratuit
Transport disponible
15 h 30 à 19 h 30

**Vendredi le 26 : Souper et soirée de
Pâques** (inscription avant le 25 avril à
12 h 30)
Gratuit
Transport disponible

Pour information et inscription :
418-356-5655. ✉



CONFÉRENCE HORTICOLE SUR L'AGRICULTURE URBAINE



avec Rock Giguère,

jeudi le 2 mai 2019, à 19h

au centre culturel Godend' Art
soirée organisée par le
Comité Floralties 2000
gratuite pour tous. ✉

LOTÉRIE MÉDIATHÈQUE RÉGIONALE L'HÉRITAGE DE SAINTE-PERPÉTUE

Dimanche le 17 mars,
pour la troisième an-
née de la Loterie à la
sacristie de Sainte-
Perpétue, a eu lieu le premier tirage
2019 de la Loterie Médiathèque l'Héri-
tage.



**Les gagnants du 1000 \$ sont M. Cler-
mont Bélanger et M. Germain Gau-
thier.**

Le billet fut tiré par l'abbé Fernando et
porte le numéro 81. Félicitations aux
gagnants.

Il nous reste quelques billets, communi-
quez avec Mme Christine Bélanger
resp. au 418-359-3457. ✉



COMMUNIQUÉ DES FERMIÈRES DE TOURVILLE

Mardi le 12 mars avait lieu notre ren-
contre, les présences furent nombreuses
et plusieurs morceaux au concours du
mois furent présentés. Félicitations aux
participantes.

Le comité ne ménage ni son temps ni
son énergie pour une passion commune;
faire grandir et connaître notre associa-
tion et transmettre le patrimoine artisa-
nal et culturel, merci et félicitations !

La prochaine réunion aura lieu mardi le
9 avril où l'on présentera les pièces
demandées par la Fédération ainsi que
les articles au programme qui est le
tissage. Cette rencontre se terminera par
le souper au restaurant.

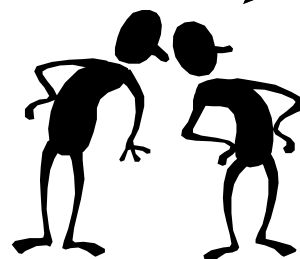
Au plaisir de se rencontrer. ✉

Mariette St-Pierre

**Vous n'avez pas encore
votre carte de membre
de L'Écho d'en Haut !!!.**

Seulement 15 \$.

**S.V.P. Aidez-nous à
conserver en bonne santé
financière votre journal
et procurez-vous-la...
(voir notre petit coupon
à la page 43)**



Des nouvelles de vos associations...



UNE CONFÉRENCE PARTICIPATIVE SUR

LES ÉVÉNEMENTS OUBLIÉS DE LA CÔTE-DU-SUD, KAMOURASKA – L'ISLET



Crédit photo :
Atwood
Photographie

Le Musée de la mémoire vivante accueillera Maurice Gagnon, journaliste et auteur des volumes *Les Événements oubliés de la Côte-du-Sud, Kamouraska – L'Islet*, tomes 1 et 2 (2016 et 2018).

M. Gagnon animera une conférence participative portant sur des événements décrits dans ses livres.

Il s'agit d'une activité portant, entre autres sujets, sur des événements survenus à Saint-Pamphile, à Sainte-Perpétue et à Tourville.

C'est à la suite de travaux de recherche et d'entrevues sur le terroir kamouraskois et de L'Islet que Maurice Gagnon a rédigé ses livres. Il ouvre une fenêtre sur la petite histoire des gens et des événements qui ont marqué la région et parfois même rayonné sur la scène provinciale.

M. Gagnon dirige avec adresse cette rencontre qui a déjà suscité beaucoup d'intérêt auprès d'auditoires nombreux. Il invite les gens à prendre part à la conférence, s'ils le désirent, en répondant à des questions ou en racontant leurs propres souvenirs au sujet des personnages et faits présentés.

C'est un rendez-vous pour découvrir ou redécouvrir nos gens, nos villages et nos municipalités le **dimanche 28 avril 2019 à 14 h**. Cette activité gratuite

s'adresse à des personnes de tout âge.

Les participants pourront se procurer les volumes *Événements oubliés de la Côte-du-Sud, Kamouraska – L'Islet*, tomes 1 et 2 et les faire dédicacer.

Bienvenue à tous. ✍

CLUB DE L'ÂGE D'OR DE SAINT-PAMPHILE

Dîner dansant (cabane à sucre) du Club de l'Âge d'Or de Saint-Pamphile, **mardi 23 avril 2019 à partir de 10 h, à la salle municipale.**
Musique Jean-Yves et Denis.

Réservations :
418-356-1329
418-356-5475.

Bienvenue à tous ! ✍



CERCLE DE FERMIERES SAINT-PAMPHILE

Exceptionnellement la réunion d'avril aura lieu *MERCREDI le 17*

La prochaine réunion mensuelle du Cercle de Fermières de Saint-Pamphile aura lieu mercredi le 17 avril 2019 à la salle du conseil de Ville à 19 h.
Bienvenue à toutes .

-Renseignements pour les congrès régional et provincial.
- Hommage à la secrétaire.
- Évaluation des morceaux de la Fédération .
- Le paiement de l'abonnement à la revue L'Actuelle doit se faire avant le 31 mai 2019.

Pour celles intéressées à participer aux morceaux du mois, bienvenue :

- Fouta
- Bracelet en frivolité à l'aiguille ou navette
- Gâteau à l'érable
- Capteur de rêves. ✍

Gilberte Pelletier,
responsable des communications



À PÂQUES, OFFREZ UN LIVRE EN CADEAU!

Venez au Festival du livre Scholastic de l'école primaire St-Joseph à Saint-Pamphile!

Vous y trouverez de bons livres jeunesse à prix abordable.

Jeudi, 18 avril 2019
14 h 30 à 19 h 30



Pour chaque tranche de 10 \$ dépensé au Festival, jusqu'à 6 \$ reviennent à notre école. Cet argent servira à l'achat de nouveaux livres pour nos classes.

*** Nous acceptons l'argent comptant, la carte débit ainsi que les cartes Visa, MasterCard et American Express. ***

ACTIVITÉS À LA SALLE DE L'ÂGE D'OR DE SAINTE-PERPÉTUE 2019

SOUPER

DIMANCHE 28 AVRIL :
avec Jean-Yves Grenier et Denis Pellerin,
à compter de 16 h.
Vous pouvez réserver aux numéros :
418 359-2888 ou 418 359-3558.

SOIRÉES :

SAMEDI 6 AVRIL
SAMEDI 4 MAI
à compter de 19 h avec
Jean-Yves Grenier et Denis Pellerin,
à la salle de l'Âge d'Or de Sainte-Perpétue.

BINGO À RETENIR :

À la salle de l'Âge d'Or de Sainte-Perpétue à 19 h 30:
Mercredi 17 AVRIL.

Le comité de l'Âge d'Or de Sainte-Perpétue vous souhaite la bienvenue!

Des nouvelles de vos associations...



CERCLE DE FERMIERES SAINTE-FÉLICITÉ

Bonjour amies Fermières,

Malgré le temps incertain le 18 février dernier, 17 dames ont été fidèles à leur rendez-vous mensuel. Mme Jacynthe Morneau a été élue notre Valentine. L'atelier, sur le tricoton, donné par Mme Julie Gagnon a été très apprécié.

En mars, après les recommandations d'usage Mme Pierrette St-Pierre, présidente nous incite à terminer les morceaux demandés par la Fédération pour le congrès provincial en mai. Mme Ghislaine Tanguay animera un atelier « confection d'une lavette » le 26 mars prochain.

On se donne rendez-vous le 8 avril; on vous attend avec votre sourire et votre bonne humeur.

« Le fruit du travail est le plus doux des plaisirs... » ✍

Doris Pelletier, communications



CHEVALIERS DE COLOMB CONSEIL 6860

Au service de un, au service de tous !

* RECRUTEMENT *

- Vous désirez devenir membre de notre organisme.
- Vous désirez recevoir de l'information pertinente.
- Vous êtes un ancien membre intéressé à joindre de nouveaux Chevaliers de Colomb.

Contactez M. Hilaire Dubé
au 418 359-3221.

L'homme qui se tient debout avec nous n'est jamais seul. ✍

CLUB DE L'ÂGE D'OR DE TOURVILLE

Soirée dansante **samedi le 20 avril** à 20 h à la salle du gymnase (à l'ancienne école de Tourville).

Musique : Diane et Charles.
Pour informations : 418 359-3138.

Le comité de l'Âge d'Or de Tourville vous souhaite la bienvenue ! ✍

VIACTIVE SAINT-PAMPHILE

Venez vous amuser tout en pratiquant des exercices faciles adaptés à tous les âges et qui vous permettront de garder la forme. « Grouille avant que ça rouille », c'est notre devise.

Heure : Tous les mardis à 13 h 30
Où : Salle municipale de Saint-Pamphile (local de l'Âge d'Or).

Aucun accessoire requis.

Si cette activité vous intéresse et que le déplacement est pour vous un problème, appelez-nous, nous avons une solution pour vous. ✍

Denise Lord, responsable
418 356-5883.

MESSAGE DU CERCLE LUSEKUT

21 JUIN JOURNÉE NATIONALE DES PREMIÈRES NATIONS

Cette fête sera soulignée le 21 juin et sera prolongée le lendemain 22 à Tourville au complexe municipal. Activités gratuites pour toute la famille. Cercles de partage, artisanat, contes, bricolage et jeux, spectacle de chansons. Surveillez bien la programmation dans le numéro de juin de l'Écho d'en Haut !

Bénévoles recherchés ! Si vous désirez donner un peu de votre temps, repas et transport assurés. Pour informations : 418-359-0075. ✍



ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

MERCREDI
LE 3 AVRIL 2019
À 19 H 30

**SALLE DU CONSEIL
MUNICIPAL
366, RUE PRINCIPALE
SAINTE-PERPÉTUE**

Après plus de 17 ans d'existence, de nombreux bénévoles se sont impliqués pour faire un club quad en santé et développer des sentiers d'excellente qualité.

Nous voulons une assemblée générale qui reflète la grande appartenance de ses membres et leur implication.

C'est l'opportunité pour tous de venir exprimer leurs idées et c'est aussi l'occasion de prendre connaissance des grands changements que la Fédération des quads du Québec veut apporter dans les mois à venir.

Votre club a besoin de nouveaux membres qui veulent s'impliquer pour la continuité de notre succès.

Élections à l'ordre du jour.

Bienvenue à tous !

Pour information 418-356-8453. ✍

**« L'achat local
c'est génial,
consommer local
c'est l'idéal ! »**

Des nouvelles de vos associations...



AVRIL 2019

VOS ACTIVITÉS AU CENTRE CULTUREL GODEND'ART

MOSAÏQUE

Oeuvres d'artistes de la région dont le thème est « Le vent au fil des saisons »

NOUVELLES EXPOSITIONS :

CHAPEAUX, FOULARDS ET GRAINS DE FOLIE

La mode a toujours fasciné. Découvrons quelques moments de cet engouement.

CUILLÈRES, CRISTAL ET PORCELAINE

Venez découvrir des articles, des objets collectionnés au fil des ans et légués au Centre Culturel.

LES OISEAUX D'ICI SOUS LA LOUPE DE JOCELYNE MORIN

Photographe et ornithologue amateur.

ÉVÉNEMENTS :

CONFÉRENCE PAR JEAN-FRANÇOIS CHOUINARD (5 mai)

Nous pourrions le suivre dans son parcours de vie, ses itinéraires de voyages, et connaître ainsi les différentes facettes culturelles et humaines des pays visités où il a vécu quelque temps.

HEURES D'OUVERTURE du CENTRE CULTUREL

Les vendredis de 9 h à 12 h et de 13 h à 15 h. ☺

Centre culturel Godend'Art
60, rue du Foyer Nord
418 356-5600 Courriel :
godendart@globetrotter.net



HOP! LA VIE! DU SUD DE L'ISLET

ACTIVITÉS DE AVRIL 2019

Déjeuner conférence

Lundi 1 avril

Colibri

Inv.: Nathalie Gauvin inf.
Lucille Chouinard
Lorraine Lévesque. Présentation du service.
9 h Chez Réjean

Lundi 8 avril

Tournoi de Quilles Hop! La Vie! Suivi d'un dîner (libre) Hôtel National

8 h 30 à 11 h 30
Bienvenue à toutes et à tous...!
Inscription 418-356-5603

Lundi 15 avril

Inv.: CECB Lorie Sirois
9 h Chez Réjean

Lundi 22 avril

Joyeuses Pâques à tous...!

Lundi 29 avril

Inv.: Société Alzheimer Chaudière-Appalaches
Guylaine Rousseau, intervenante.
9 h Chez Réjean

CHORALE VOIX D'ANTAN

Mercredi le 03, 10, 17, 24 avril
à 13 h au HLM

CARTES

Jeudi Joie de Vivre
13 h 30 le 4, 11, 18, 25, avril

CUISINE COLLECTIVE

Vendredi le 19 avril à 8 h à la Maison de la Famille. Inscription et information 418-356-3903.

TOURNOI DE QUILLES HOP! LA VIE!

Lundi le 8 Avril

Suivi d'un dîner (libre) Hôtel National
8 h 30 à 11 h 30
Bienvenue à toutes et à tous...!
Inscription 418-356-5603

VOYAGE HOP! LA VIE!

Mardi le 11 juin 2018

Réservez votre date pour nous accompagner à notre voyage de fin d'année. **ZOO MILLER DE FRAMPTON...! et dîner traditionnel à la Cabane à Pierre**

-Visite du Miller Zoo

-Dîner traditionnel à la Cabane à Pierre

-Visite de l'Économusée le Forgeron d'or

-Visite de la houblonnière Houblon des jarrets

-Souper au Buffet des Continents Réservez avant 20 mai.

Information et Réservation 418-356-418-356-3176 et 418-356-3309
418-356-5118

SOUPER-CONCERT BÉNÉFICE DES VOIX D'ANTAN

Hop! La Vie! invite la population et ses membres le dimanche 5 mai à 16 h Souper-Concert bénéfice des Voix D'Antan au

Club de Golf St-Pamphile

pour la Fête des Mères et Pères. Réservez votre dimanche.

On vous attend en grand nombre...!
356-3309 et 356-5603

ANNIVERSAIRES AVRIL

Annette Leblanc	1 avril
Marie-Luce Pelletier	2 avril
Robert Bélanger	4 avril
Danielle Blanchet	7 avril
Paulette Dubreuil	11 avril
Denise Blanchet	17 avril
Marc-Yvon Blanchet	18 avril
Clément Chouinard	18 avril
Robert Blanchet	19 avril
Alberte Jean	20 avril
Pauline G. Leclerc	21 avril
Camille Daigle	26 avril
Murielle Coulombe	27 avril
Yvette Poulin	29 avril
Clément S. Pelletier	30 avril. ☺

Joane Godbout

Des nouvelles de vos associations...



VESTIAIRE COMMUNAUTAIRE

Organisme qui accepte vos surplus de maison; situé au 37, de l'Église à Saint-Pamphile. Nous, les bénévoles, plaçons ces vêtements pour revente. Des gens viennent chercher ces vêtements, décorations, articles de cuisine, revues à très bon prix.

Quand vous apportez au Vestiaire vos vêtements encore propres, nous leur donnons une 2^e vie tout en rendant service aux gens de notre région.

**LE VESTIAIRE EST OUVERT
TOUS LES JEUDIS :**
De 11 h À 16 h.

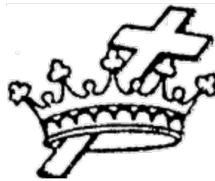
Le dernier jeudi du mois, soit le 25 avril 2019 de 11 h à 17 h.

Nous vendons des guenilles taillées pour le garage et le ménage.

Au plaisir de vous rencontrer.
Merci !

Numéro de téléphone au local aux heures d'affaires : 418 710-2037.

Gisèle, présidente au 418 356-5012 ou Lise au 418 356-2235. ✉



FILLES D'ISABELLE CERCLE MARIA CHAPDELAINÉ CONSEIL 794 SAINT-PAMPHILE

La prochaine réunion aura lieu mardi le 9 avril 2019 à 19 h 30 à la salle municipale de Saint-Pamphile.

Notre Journée Isabellienne sera le mercredi 24 avril 2019, débutera par la messe à 10 h à la chapelle de l'église Saint-Pamphile, suivi d'un dîner au Restaurant Chez Réjean, invitez une amie et réservez à Mme Claire Moreau régente au 418-356-3670. ✉

Marlène Bourgault rédactrice

SOUPER DANSANT POUR LES AÎNÉS À SAINT-MARCEL



Souper dansant pour les aînés samedi, le 13 avril 2019 dès 16 h à la salle municipale de Saint-Marcel avec les musiciens Jean-Yves et Denis.

SVP, réservez pour le souper au 418-356-5133, le vendredi 418-356-2644.

Bienvenue à tous! ✉

SOLIDARITÉ CANCER

Déjeuner à tous les premiers jeudis du mois à 8 h 30, au restaurant Ô Sommet des délices à Saint-Adalbert.

Jeudi 4 avril 2019

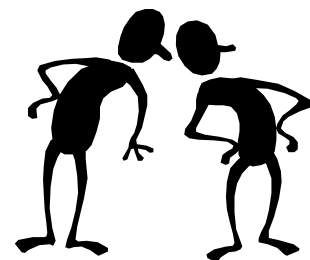
Animatrice : Claire Desjardins

Pour informations :
O'Neil Fournier au 418 356-3167. ✉

**Vous n'avez pas encore
votre carte de membre
de L'Écho d'en Haut !!!**

Seulement 15 \$.

**S.V.P. Aidez-nous à
conserver en bonne santé
financière votre journal
et procurez-vous-la...
(voir notre petit coupon
ci-dessous)**



Carte de membre Écho d'en Haut Inc.

Carte de membre 15 \$

Don _____ \$

Nom : _____ Tél.: _____

Adresse : _____

Écho d'en Haut Inc., 35, Principale, Bureau 209, Saint-Pamphile, G0R 3X0

Des nouvelles de vos associations...



JOURNÉE INTERNATIONALE DES DROITS DES FEMMES 2019 SOUS LE THÈME

« LE RESPECT ÇA SE MA- NIFESTE ! »

À l'occasion de la Journée Internationale des droits des Femmes, le 8 mars dernier, le Centre-Femmes La Jardilec, le CALACS Rive-Sud, Le Havre des Femmes et le Centre d'Entraide Familial de la MRC de Montmagny ont accueilli près de 45 femmes de la région lors du 5 à 7 qui a eu lieu au Lafontaine Resto-Bar de Montmagny le vendredi 8 mars dernier.

Les femmes de notre région ont pu apprécier la conteuse invitée, Madame Elizabeth Desjardins, qui a conquis les femmes présentes par un récit animé « Et si la femme m'était racontée dans les contes de fées ».

Le comité organisateur ne pouvait passer sous silence les raisons et la réflexion du thème de cette Journée internationale des droits des femmes « le respect ça se manifeste! ». Après des années d'austérité qui ont affecté grandement les femmes, 2018 a été une année déterminante pour le mouvement féministe partout dans le monde, comme au Québec, notamment en raison de l'ampleur et de l'impact de la vague #MoiAussi. Face à la montée du conservatisme, des intolérances raciales et religieuses et des inégalités, nous devons nous unir pour exiger le RESPECT.

Parce que nous sommes plus nombreuses à subir la violence, à vivre dans la pauvreté, à travailler au salaire minimum, à être monoparentales, à gagner un salaire moindre malgré des compétences équivalentes;

Parce que nous sommes plus nombreuses à assumer les tâches ména-

gères, à prendre soin d'un enfant ou d'un parent malade ;

Parce que nous sommes moins nombreuses dans les lieux de pouvoir, qu'ils soient politiques, économiques ou culturels et moins nombreuses dans les livres d'histoire;

Parce que la plupart des vérités énoncées ci-haut touchent de façon encore plus criantes certaines d'entre nous qui sommes autochtones, racisées, handicapées, transgenres, en situation de pauvreté, etc.

Tant que notre monde ne sera pas égalitaire et ouvertement féministe, nous continuerons d'exiger le respect et de manifester, sans jamais laisser aucune femme de côté. ✍



CHEVALIERS DE COLOMB CONSEIL 8660 SAINTE-PERPÉTUE

Nous les Chevaliers de Colomb, invitons les nouveaux parents à nous contacter, soit pour : les célébrations du baptême de leur nouveau-né, une remise de certificat de naissance et ou de divers cadeaux. ✍

Contactez :
Michel Anctil : 418 359-3894
ou Michel Mercier : 418 356-7782.

ALBUM-SOUVENIR 125^e SAINT-MARCEL

Il est encore possible de réserver votre copie de notre album-souvenir, au coût de 85 \$.

Vous pouvez le faire par courriel au livre125@outlook.com ou par téléphone au 356-2698.

N'hésitez pas à nous contacter pour toute information..

**Le comité du livre 125^e
de Saint-Marcel**

RELAIS POUR LA VIE

Une nuit pour faire la différence
Venez marcher pour lutter contre
TOUS les cancers. Sauvons + de vies.

Relais pour la vie
La Pocatière
Samedi 1^{er} juin 2019
Centre Bombardier (piste extérieure)
600, 9e Rue Boulevard Desrochers.

Formez votre équipe !
Téléphonez-nous : 418 856-5989 / 418
894-9860

Inscrivez-vous en ligne :
www.relaispourlavie.ca

Facebook : Relais pour la vie de La
Pocatière



Soupe au bouton planifie une formation *Démarrage d'une cuisine collective* le 4 et 5 avril prochain avec Le Regroupement des cuisines collectives du Québec. Cette formation permet l'acquisition des connaissances nécessaires au bon fonctionnement d'un groupe de cuisine collective. La formation est de deux jours et d'un coût de 50 \$/ participant(e). Le lieu reste à déterminer entre Montmagny et Saint-Jean-Port-Joli selon les inscriptions et les possibilités. De plus, nous souhaitons former un groupe pour la formation Hygiène et salubrité (3,5 heures) avec Monsieur Bruno Aubé du Centre de formation professionnelle L'Envolée. S'il y a suffisamment de participants, il y a possibilité que le professeur se déplace dans nos locaux. Le coût est de 60 \$/ participant. Et la formation se donnera aussitôt que le groupe est complet.

Les personnes intéressées peuvent communiquer avec Sylvie Fortin au 418-358-6001 ou au soupeaubouton.direction@gmail.com. ✍

Des nouvelles de vos associations...

ASSOCIATION DES FAMILLES BOURGAULT

L'association des Familles Bourgault invite les membres ainsi que les amis à un repas de cabane à sucre à L'Érablière Landry à Cap Saint-Ignace, le 14 avril prochain.

Réservation avant le 7 avril au 418 356-3417 Gilles ou 418 356-3708 Marjolaine.

Bienvenue à tous et à toutes ! ✉



CECB
CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE
MONTMAGNY-L'ISLET

COLLOQUE CAB CECB 2019

26 avril 2019
Centre culturel Cap-Saint-Ignace

Le Pouvoir de l'engagement
par Pierre Lavoie



Un chausson avec ça ?

Les défis de la génération SANDWICH, mieux la comprendre pour mieux l'aider
Par Sylvie Fortier

Patte Douce

La thérapie assistée par l'animal : une approche aux poils !
Par Amélie Bérubé, intervenante en zoothérapie

Atelier méditation pleine conscience

Par Isabelle Focroulle

Activité physique et vieillissement Manger équilibré, qu'est-ce que ça veut dire ?

Par Pier-Olivier Bourgault

Coût d'inscription : 20 \$ / membre
CAB CECB - 30 \$ / non-membre
*Le coût d'inscription inclut le repas

Formulaires d'inscription disponibles aux endroits suivants :

Page Facebook du CAB CECB
www.cecb.ca

Directement au bureau : 25, boulevard Taché ouest, suite 101, Montmagny, QC G5V 2Z9. ✉

**APPELLE-MOI
POUR TE LIBÉRER UN PEU**

418 838-4095 Lévis et environs
1 877 559-4095 Sans frais

Tel-Écoute DU LITTORAL
Ligne d'écoute téléphonique. Confidentiel.



La Jardilec
centre-femmes

VOICI LES ACTIVITÉS EN AVRIL À SAINT-PAMPHILE

- Jeudi 4 avril 13 h 30 Musclez vos méninges 3/5
- Jeudi 11 avril 13 h 30 Musclez vos méninges 4/5
- Jeudi 18 avril 13 h 30 Musclez vos méninges 5/5

Responsable des communications
Marie-Maude Michaud
mariemaude@cflajardilec.org



RELAIS POUR LA VIE

Une nuit pour faire la différence

Venez marcher pour lutter contre TOUS les cancers. Sauvons + de vies.

Relais pour la vie La Pocatière

Samedi 1er juin 2019
Centre Bombardier (piste extérieure)
600, 9e Rue Boulevard Desrochers.

Formez votre équipe !

Téléphonez-nous :

418 856-5989 / 418 894-9860

Inscrivez-vous en ligne :

www.relaispourlavie.ca

Facebook :

Relais pour la vie de La Pocatière. ✉

Des nouvelles de vos associations...

LA BIBLIOTHÈQUE DE SAINTE-PERPÉTUE ACCUEILLE L'AUTEURE

Julie Provost

Date : **Mercredi 24
avril 2019**
Heure : **19 h**
Endroit : **Salle
du conseil
Sainte-Perpétue**



Julie Provost, femme d'affaires. Mère de trois enfants.

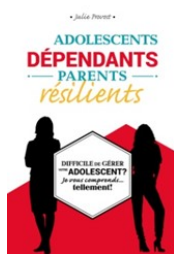
Une grande avec TDA et un combat de tous les jours contre elle-même et la drogue.

Un fils dysphasique avec TDAH

Et un petit dernier, qui doit être le plus grand....

Adolescents dépendants, parents résilients.

Mon livre *Adolescents dépendants, parents résilients*, a été écrit pour vous encourager et vous faire comprendre que vous n'êtes pas seuls dans les difficultés que vous pouvez



vivre avec votre adolescent ou votre jeune adulte.

Je partage dans mon livre mes forces et mes faiblesses, mes bons coups et mes gaffes dans mes interventions avec ma fille.

Vous êtes fatigués, vous avez peur, l'attitude de votre jeune vous déstabilise et vous ne savez plus quoi faire. Mon livre saura vous faire du bien, car je vous comprends tellement!

« *Life is like a box of chocolate, you never know what you are going to get* ». *Forrest Gump*.

Julie

**Louiselle Robichaud, Responsable
Bibliothèque municipale
Sainte-Perpétue**

VIACTIVE SAINTE-PERPÉTUE

Reprise de l'activité VIACTIVE à
Sainte-Perpétue,
les **mercredis en après-midi**
à **13 h 15**.

Pour informations :
Pierre Couture au 1 418 234-4606. ✉



CHEVALIERS DE COLOMB CONSEIL 6860

SOUPER SPAGHETTI pour la Fête des Mères

Les Chevaliers de Colomb du conseil 6860 de Sainte-Perpétue, vous invitent à un souper spaghetti qui aura lieu :

**au sous-sol de l'église
de Sainte-Félicité
le dimanche 5 mai 2019 à 17 h 30.**

Il y aura des prix de présence pour toutes les mamans.

Des cartes sont en vente auprès de nos Frères Chevaliers au prix de :

12 \$: adulte
6 \$: enfant 6 à 12 ans.

**BIENVENUE à tous et à toutes les
MAMANS. ✉**

**« L'achat local
c'est génial,
consommer local
c'est l'idéal ! »**



SERVICE D'AIDE
EN IMPÔT
PROGRAMME
DES BÉNÉVOLES
DEPUIS 1988

SERVICE D'AIDE EN IMPÔT - PROGRAMME DES BÉNÉVOLES

Saviez-vous que vous pourriez être admissible au service d'aide en impôt, qui est offert si vous avez un revenu modeste et que votre situation fiscale est simple?. Dans le cadre de ce service, un bénévole vous aidera à remplir vos déclarations de revenus pour que vous puissiez recevoir les prestations et les crédits d'impôt auxquels vous avez droit.

Les critères d'admissibilité au programme sont les suivants :

- ▶ Une personne seule de 25 000 \$
- ▶ Un couple 30 000 \$
- ▶ Chaque personne à charge supplémentaire de 2 000 \$

Toutefois, une contribution de 5 \$ par personne devra être versée lors de l'inscription afin de couvrir les frais d'administration du programme.

ENDROIT : L'équipe de bénévoles vous accueillera au local de L'ALPHIS au 164, rue de l'Église ouest, par la porte de côté avec rampe d'accès pour personnes handicapées.

HORAIRE 2018 : Tous les vendredis du 15 mars au 26 avril 2019, de 13 h à 16 h

INFORMATION : Mme Marie-Josée Bélanger Coordonnatrice 418-356-2011

BÉNÉVOLES : Mme Marlène Bourgault, M, Robert Martin, M. Daniel Bélanger. ✉