

L'ÉCHO D'EN HAUT

JOURNAL COMMUNAUTAIRE

Saint-Adalbert / Sainte-Félicité / Saint-Marcel / Saint-Omer / Saint-Pamphile / Sainte-Perpétue / Tourville

www.echodenhaut.org

Vol. 38 N° 1 | Mars 2021 | 3 100 copies | MENSUEL GRATUIT

« *Gens de chez nous !* »
*Ce mois-ci, nous vous présentons le parcours de
 Mme Monia Michaud et de M. Jules Leclerc*

*Promotion,
 stimulation et
 dynamisme dans le
 Sud de L'Islet*



Pages 3 à 5



Pages 8 à 11



Une philippine fière de travailler chez nous !

Pages 13 à 15

GROUPE SYNERGIES
 services financiers
 CABINET DE SERVICES FINANCIERS

YOLAND BELANGER
 SFPLACEMENTS*

Conseiller en sécurité financière
 Conseiller en assurance et rentes collectives
 Représentante en épargne collective*

202-7777, boul. Guillaume-Couture
 Lévis (Québec) G6V 6Z1
 ☎ Bur: 418.837.2421
 ☎ Bur: 418.356.5364
 ☎ Sans frais: 1.866.356.5364
 ☎ Rés: 418.356.6087
 ☎ 418.356.2008
 @ yoland.belanger@sfl.qc.ca | www.sfl.qc.ca

203-35, rue Principale
 St-Pamphile (Québec) G0R 3X0
 ☎ Bur: 418.356.5364
 ☎ Rés: 418.356.5455
 ☎ Sans frais: 1.866.356.5364
 ☎ 418.356.6087
 ☎ 418.356.2008

réno maître
 APCHQ

CONSTRUCTION RÉNOVATION
Martin Pelletier

LICENCE RBQ: 8335-2476-49 **SAINTE-PERPÉTUE**

8, rue Chouinard, Sainte-Perpétue (Québec) G0R 3Z0
 Tél. bur. : 418 359-3098
 Cell. : 418 356-6940 • Téléc. : 418 359-3898

Le confort tout en nuance

1799\$



Mobilier de chambre contemporain complet format grand lit incluant bureau, miroir, commode et 2 tables de nuit (matelas et literie en sus)

5 mcx
799\$



Mobilier de salle à manger noir et dessus gris (table et 4 chaises)

799\$



Sofa réclinable réversible Disponible en plusieurs couleurs

Prenez un moment pour relaxer

1199\$



Modulaire de style contemporain

749\$



Fauteuil sur billes berçant, pivotant et inclinable en cuir véritable Disponible en plusieurs couleurs

589\$



Meuble télé de coin Disponible en plusieurs couleurs

1099\$



Sofa inclinable en simil cuir Disponible gris ou brun

499\$



Meuble télé aspect chêne gris rustique avec portes réglables sur rail

1899\$



Sofa inclinable motorisé avec appuie-têtes ajustables, éclairage intégré Disponible gris ou noir

Partagez du temps de qualité

5 mcx
699\$



Dînette (table et 4 chaises) idéal pour les petits espaces

5 mcx
1099\$



Mobilier de salle à manger avec rallonge papillon (table et 4 chaises)

7 mcx
1149\$



Mobilier de salle à manger deux tons (table et 6 chaises)

5 mcx
1099\$



Mobilier de salle à manger rustique (table et 4 chaises) Blanc en sus

Osez faire d'un rêve une réalité

Grand lit
799\$



Matelas Sardaigne
• Ressorts encachés
• 3 zones
• Caisson de mousse
• Semi-ferme
Simple 549 \$
Double 699 \$

Grand lit
599\$



Matelas Kingston
• Ressorts encachés
Simple 299 \$
Double 399 \$

Format grand lit
999\$



Matelas Champain
• Ressorts encachés
• Zone centrale renforcée
• Caisson de mousse rigide
• Confort moelleux

1599\$



Mobilier de chambre complet format grand lit incluant bureau, miroir, commode et 2 tables de nuit (matelas et literie en sus)

OPTIONS DE FINANCEMENT DISPONIBLES



GAGNON MEUBLES

378, rue Principale
Sainte-Perpétue (Québec)
418 359-2424
1 866 541-2424
www.gagnonmeubles.com

VOTRE MAGASIN DE CONFIANCE DEPUIS TROIS GÉNÉRATIONS

Gens de chez nous! On se retrouve!

Harvard, une des institutions les plus prestigieuses au monde, est aussi le lieu de travail de notre personnalité du mois!

N.D.L.D. : Gens de chez nous! L'Écho d'en Haut publiera à chaque mois un petit article traitant de gens natifs de la région qui se révèlent, se réalisent, qui performant ailleurs au Québec, au Canada et même dans le monde.

Ce mois-ci nous vous ferons connaître ou reconnaître le parcours de Mme Monia Michaud, native de Saint-Pamphile.

Depuis plusieurs mois, on parle beaucoup des scientifiques, biologistes, chercheurs, microbiologistes et autres du milieu de la santé. Alors ce mois-ci je vous en présente une de chez nous, **Madame Monia Michaud**, fille de M. John Michaud et Mme Solange Pelletier. Elle a des oncles, tantes, cousins et cousines qui demeurent toujours à Saint Pamphile.

Marie-Ève Francoeur

Monia se raconte :

Tout d'abord, si j'ai fait des études universitaires c'est beaucoup grâce à ma mère. Depuis toute petite, ma mère me disait que j'irais à l'université un jour.

Elle voulait donner à ses enfants tous les moyens possibles pour réussir dans la vie, et pour elle, le meilleur moyen était d'étudier. Alors, après le secondaire, je n'ai pas vraiment « décidé » de poursuivre mes études puisque dans ma tête, c'était un fait établi depuis toujours. Il fallait d'abord passer par les études collégiales, et j'ai choisi d'aller en sciences de la santé parce que c'était un des

programmes (avec les sciences pures) qui ouvraient le plus de portes, et je voulais avoir autant de choix possibles lorsque j'irais à l'université.

Et puis, je pensais déjà à un emploi dans une profession qui toucherait le domaine de la santé parce que je trouvais que c'était important et utile. J'ai choisi d'aller au Collège Notre-Dame-de-Foy (à Saint-Augustin-de-Desmaures en banlieue de Québec) pour une transition plus facile en partant de la maison. Nous pouvions demeurer en résidence, avec tous les repas préparés, ce qui libérait beaucoup de temps pour se consacrer aux études. C'est lors d'une journée portes ouvertes à l'Université Laval que j'ai découvert les programmes de biochimie et microbiologie, et le genre de formation requise pour faire de la recherche biomédicale, entre autres. C'était une avenue possible pour faire de la recherche sur le cancer, par exemple, et moi, contribuer à trouver une solution pour débarrasser l'humanité d'un tel fléau, ça m'appelait.

Alors, j'ai choisi le programme de biochimie pour mon baccalauréat à l'Université Laval. Je savais qu'un meilleur apprentissage de l'anglais serait nécessaire pour étudier en sciences, alors je suis allée à l'école anglaise d'été à Ottawa avant de commencer l'université. Au début du baccalauréat, nous étions environ 300 étudiants, et puis après un an, nous n'étions plus que 60 à 70. J'avais l'habitude d'assez bien réussir à l'école, mais je me souviens d'avoir souvent pensé : « Ouais ben, ce n'est pas facile, hein ! » C'est un peu plus tard dans le programme que c'est vraiment devenu intéressant, en suivant les cours de biologie cellulaire et de biologie moléculaire. J'étais épatée d'apprendre à quel point le fonctionnement de notre machinerie cellulaire (et de nos gènes) est complexe, précis et perfectionné, et j'étais éblouie par



Gina Blanchet
AVOCATE INC.

68, rue du Palais de Justice, bureau 102
Montmagny (Québec) G5V 1P5
Tél.: 418 248-0303 • Fax: 418 248-2021

gina.blanchet@gbavocate.com



**DESTINATION
RÉGION L'ISLET**

- Surveillez nos écrans
- Affichez-vous dans plus de 40 établissements
- Forfaits avantageux



Information : 418 359-2124

l'ingéniosité des méthodes et outils développés pour les étudier.

Bientôt, j'ai réalisé qu'il me faudrait faire au moins une maîtrise pour pouvoir travailler en recherche, le baccalauréat ne pouvant pas être assez spécialisé. Alors, à la fin de mon baccalauréat, je me suis inscrite à un programme de maîtrise en biologie moléculaire et cellulaire, et j'ai choisi comme sujet un projet de recherche sur le cancer du sein. Une maîtrise en sciences, c'est au moins 2 ans de travail en laboratoire, en plus de quelques cours théoriques. On apprend beaucoup pendant ce temps. Il faut être patient, persévérant et minutieux pour travailler en laboratoire. Ce n'est pas le genre d'emploi où tu fais du 9 à 5. Lorsqu'on commence une expérience scientifique, ça peut prendre 6 heures comme ça peut en prendre 10 heures pour la compléter. Travailler avec du vivant, ce n'est pas toujours prévisible. Tu ne peux pas dire « il est 17 heures, je m'en vais chez moi » et tout perdre le travail fait depuis des heures, ou même des jours, en plus de centaines ou milliers de dollars en réactifs.

Suite à mes études à la fin de ma maîtrise, j'ai travaillé comme assistante de recherche sur différents projets comme sur les maladies cardiovasculaires à l'Hôpital Laval, et même en agroenvironnement pour finalement retourner travailler sur le cancer, du côlon, cette fois, à l'École de santé publique de l'Université Harvard à Boston. C'est mon conjoint qui s'est expatrié en premier pour travailler comme chimiste pharmaceutique à Boston.

Il y a beaucoup d'industries pharmaceutiques dans la région de Boston et plusieurs universités. Les opportunités d'emplois pour les scientifiques y sont beaucoup plus nombreuses. Je ne pensais tout de même pas m'expatrier pour longtemps. Mais 15 ans plus tard, je suis bien obligée d'admettre que la vie en a décidé autrement. Nous nous sommes mariés et avons eu notre fille ici. En grandissant, si elle choisit d'y faire sa vie aussi, nous resterons près d'elle.

R.B.Q. : 5685-1470-01



PEINTRE INC.
INTÉRIEUR - EXTÉRIEUR



Tél. : 1 418 241-3878 / Tél. : 418 359-2277
regiscloutier@yahoo.ca

5, rue du Rocher
Ste-Perpétue (Qc) G0R 3Z0




FONDATION
DES SERVICES DE
santé
MRC DE L'ISLET

www.fondationsantelislet.com

Mon premier poste à Harvard fut comme assistante de recherche niveau II. Après quelques années, je fus promue au niveau III, puis au niveau IV, comme spécialiste de recherche. Présentement, je fais beaucoup de gestion du laboratoire. J'ai eu à voyager pour mon travail il y a plusieurs années, mais pas récemment. Bien entendu, j'ai assisté à des conventions scientifiques, mais ce qui m'a vraiment

BERNARD
RENCONTRE
SON MONDE



Écoutez le balado sur



BERNARD GÉNÉREUX
MONTMAGNY—L'ISLET—KAMOURASKA—RIVIÈRE-DU-LOUP

bernardgenereux.ca

Pelletier Électrique
ENTREPRENEUR
SAINT-PAMPHILE

RÉSIDENTIEL - COMMERCIAL - INDUSTRIEL
LIGNE CABANE À SUCRE

Tél. : 418-356-1311

Cell. : 418-710-5130 / 418-710-0533

Licence R.B.Q. : 5709-5622-01

plu, ce fut d'aller apprendre une technique en Allemagne dans le laboratoire qui l'avait perfectionnée.

Mes plus belles réalisations professionnelles furent de participer aux travaux publiés dans des revues scientifiques renommées comme Science, PNAS, New England Journal of Medicine, Cell Host and Microbe, etc.. Je dois dire aussi qu'au Canada, nous sommes bien formées. Lorsque j'ai commencé à travailler à Harvard, mon patron a vite réalisé que j'étais très compétente pour le travail que j'avais à faire. Le Canada est un des rares pays où nos diplômes universitaires sont reconnus partout dans le monde. On peut être fier de notre formation au Canada.

Je la remercie de son récit, elle termine en me disant : « Ma mère lisait toujours l'Écho d'en Haut, elle serait heureuse d'y voir une chronique à mon sujet ». ✍

Si vous connaissez quelqu'un qui mérite d'être connu davantage, faites-nous-en part. Nous serions heureux de publier ses réalisations. Ce service est gratuit.

Vous avez de la difficulté en écriture, pas de soucis, un ou une de nos pigistes s'occupera de composer le texte à partir des renseignements que vous lui aurez fournis.

POUR VOS BESOINS EN ASSURANCE

ON EST LÀ.

PROMUTUEL
ASSURANCE 🏠 🚗

1 888 265-7940
promutuelassurance.ca

G Guy Chouinard Câble/Tv

Télévision - Internet - Téléphonie
Fibre optique

RÉSIDENTIEL ET COMMERCIAL

418 356-5276

RE/MAX ÉLÉGANCE INC.
Agence Immobilière
Franchisé indépendant et autonome
de RE/MAX Québec

Marie-Josée Ouellet
Courtier Immobilier résidentiel

B. 418 598.6031
C. 418 241.3003
mariejosee29@yahoo.ca

Casse-croûte Le Traiteur

NOUVEAUTÉ

Dès l'ouverture de la salle à manger

« Brunch du dimanche à volonté » de 8 h à 13 h.

Au plaisir de vous servir !

EN PÉRIODE DE PANDÉMIE :

- « Take-out »
- Livraison.

Venez goûter à notre PIZZA-DÉJEUNER

Déjeuners

De 5 h 30 à 11 h : Du lundi au vendredi
De 7 h 30 à 11 h : samedi
De 7 h 30 à 13 h : dimanche

Heures d'ouverture :

Dimanche : de 7 h 30 à 19 h 30
Lundi : de 5 h 30 à 19 h
Mardi : de 5 h 30 à 19 h
Mercredi : de 5 h 30 à 19 h
Jeudi : de 5 h 30 à 20 h
Vendredi : de 5 h 30 à 20 h
Samedi : de 7 h 30 à 20 h

Menu du jour
Du lundi au vendredi

2, rue de l'Église, Sainte-Perpétue
Nicole Jacques, prop. • 418 359-2717

Apportez votre vin ou bière

Un espace culturel pour L'Islet-Sud

PAR YOLAND BÉLANGER

Geneviève Pelletier, originaire de Sainte-Félicité, est à mettre en place un « espace culturel » dans L'Islet-Sud afin de faciliter la vie à nos artistes et entrepreneurs régionaux ainsi qu'à notre communauté désireuse de voir leurs projets se réaliser afin de dynamiser leur milieu.

Avant de vous faire part du projet de Geneviève, j'aimerais vous la présenter. Notre rencontre a été « virtuelle » vu la réalité actuellement. Ce monde virtuel dans lequel nous devons un peu tous nous adapter aujourd'hui, avec modération bien sûr... Ce pourquoi la phase 1 de son projet, vous le verrez un peu plus loin, repose sur une plateforme virtuelle.



Geneviève est une jeune fille dynamique dans la mi-trentaine originaire de Sainte-Félicité et aussi mère de quatre enfants. Elle a fait des études universitaires à Québec en anthropologie et à Lévis en science de la gestion. Elle est diplômée en administration et poursuit actuellement un BAC multi (administration / marketing / entrepreneuriat). Elle a aussi son côté artiste, elle est auteure, compositrice et interprète. Ce gène musical lui vient probablement de la famille Pelletier dont son grand-père Joseph était très connu dans L'Islet-Sud à l'époque du groupe-musical « Les Royals ».

Comme la majorité des jeunes de notre région, elle a dû quitter pour faire ses études « en ville ». C'est aussi là qu'elle a pu débiter sur le marché du travail et



Prolimpôts

« Que de l'impôt »

SANS RENDEZ-VOUS du 1^{er} mars au 1^{er} mai

Lundi au vendredi : **9 h à 18 h** • Samedi : **9 h à 16 h**

*En dehors de cette période:
sur rendez-vous seulement.*

Michel Pineault, B.A.A.
19, 3^e av. Nord, Montmagny

Accès par la rue François-Richard

418 658-9001
proimpot@globetrotter.net

2010421

LE TEMPS DES SUCRE 2021
MA CABANE À LA MAISON

REPAS POUR EMPORTER
PRODUITS D'ÉRABLE

Visitez le bistreauderable.com
418-223-3832
boutique ouverte sur rv

MA CABANE

— À LA MAISON —

**PAR ICI
LES sucres!**



Le Bistreau d'érable

explorer différentes avenues. Elle est aussi touchée par le phénomène de l'exode rural ; elle aimerait avec ce projet d'espace culturel amener des pistes de solution. Elle souhaiterait écouter et comprendre les désirs et besoins des citoyens actuels et ceux qui sont partis afin de mieux y répondre et ainsi revitaliser notre belle région. Notamment, elle veut apporter un support à tous ceux désireux de développer des projets originaux et offrir une vitrine et un appui aux artisans et entrepreneurs actuels et futurs.

Le projet est un organisme à but non lucratif (OBNL) dont la mission sera de promouvoir, stimuler et dynamiser notre vie culturelle, nos entreprises et aussi, tout ce que font les sept (7) municipalités de L'Islet-Sud pour stimuler la culture et l'esprit entrepreneurial dans leur communauté. Déjà la MRC de L'Islet s'est impliquée financièrement par le biais de son « fonds d'initiative jeunesse » en octroyant une subvention de 5 000 \$ et l'ABC des Hauts Plateaux a offert son soutien par une aide de 500 \$.

Un projet étape par étape

Actuellement en **phase de développement** et dans la conception de son site internet, Geneviève se concentre sur le réseautage et la recherche d'information. Adeptes de la gestion participative, elle rassemble l'ensemble de la communauté reliée à nos 7 municipalités sur la page Facebook de L'ESPACE CULTUREL, Sud de l'Islet qu'elle vient de créer. Le but de cette page est d'informer les gens sur l'évolution du projet mais surtout d'être à l'écoute des idées et préoccupations des gens du milieu.

Un quiz questionnaire est actuellement en ligne sur cette page, je vous invite fortement à y participer car ce projet est d'abord pour vous ! **Vous y verrez également passer une fois par mois "L'artisan/entrepreneur" du mois** dans lequel une brève présentation de celui-ci sera faite.

La première phase du projet est de créer une plateforme de réseautage de style « bottin en ligne » et d'être active sur les réseaux sociaux. Il pourrait s'y retrouver, nos artistes, nos PME, des personnes qui vivent dans L'Islet-Sud et d'autres qui espèrent y revenir et aussi des concitoyens ayant à cœur le développement de L'Islet-Sud. Nous avons des « passionnés » dans diverses disciplines qui font de très belles réalisations mais qui sont peu connus sauf

de leurs proches. Ce projet a pour but d'avoir une « plateforme virtuelle » de référencement où tous pourront s'y retrouver.

La seconde étape vise l'implantation d'un espace-café au cœur de Saint-Pamphile afin d'impliquer physiquement la communauté. Ce lieu permettra de créer un lieu de rencontre où il sera possible de mettre en valeur des artistes de diverses disciplines de notre environnement culturel. Les services qui y seraient offerts seraient principalement de l'accompagnement et de l'encadrement pour de nouveaux projets et stimuler la vie culturelle de manière participative et complémentaire avec Godend'Art et la Médiathèque l'Héritage de L'Islet-Sud.

Il y aura des ateliers, des conférences et aussi de la formation dans différentes disciplines. Ce café serait aussi une vitrine de ce qui se vit et se fait dans la région tant pour la population locale que pour les touristes.

Il s'agit d'un projet collaboratif et j'invite tous les gens, les organismes ayant une mission complémentaire à suivre de près la page Facebook du projet.

En attendant, Geneviève invite tous les gens reliés à nos 7 municipalités à rejoindre la page Facebook « L'ESPACE CULTUREL, sud-de L'Islet ». ✍

Clinique
d'acupuncture



Sylvie Cloutier

305, Verreault,
Saint-Jean-Port-Joli
Tél.: 418-598-9455

Du lundi au jeudi
- Jour et soir -

No LIC.: A-021-89





VOTRE EMPLOI

on y travaille
ensemble

- Recherche d'emploi
- Orientation de carrière
- Coaching de carrière
- Service de placement



Centre d'aide et de recherche d'emploi
MONTMAGNY - LISLET

418 248-9559
1 877 337-9559
lecare.ca  

Montmagny | Saint-Fabien-de-Panet
Saint-Pamphile | Saint-Jean-Port-Joli

Gens de chez nous! On se retrouve!

Sous-lieutenant Jules Samuel Leclerc « Vérité, Devoir, Vaillance »

N.D.L.D. : Gens de chez nous ! L'Écho d'en Haut publiera à chaque mois un article traitant de gens natifs de la région qui se révèlent, se réalisent, qui performant ailleurs au Québec, au Canada et même dans le monde.

**Ce mois-ci nous vous ferons connaître
ou reconnaître le parcours de
M. Jules Samuel Leclerc de Saint-Pamphile.**

Suite au questionnaire que j'ai fait parvenir à Jules, fils de Francis Leclerc et de Sophie L'italien de Saint-Pamphile, j'ai décidé de publier l'intégralité de ses réponses. Il a su de façon exceptionnelle nous peindre le parcours du PFOR (Programmes de Formation des Officiers de la Régulière) qu'il a suivi.

Marie-Ève Francoeur

Jules se raconte

J'ai d'abord fait mes études collégiales en sciences humaines au Collège militaire royal Saint-Jean (CMRSJ) (www.cmrsj-rmcsj.forces.gc.ca), situé à Saint-Jean-sur-Richelieu au Québec, de 2015 à 2017. Ensuite, j'ai poursuivi mes études universitaires de premier cycle au Royal military college of Canada (RMC) situé à Kingston en Ontario où j'ai acquis un baccalauréat en histoire et une mineure en sciences politiques avec honneurs et spécialisation, de 2017 à 2020.

Lorsque le temps fut venu de me poser la question où est-ce que je vais après mon parcours à l'école

secondaire La Rencontre, trois questionnements m'apparurent : est-ce que je veux compléter des études universitaires, est-ce que je veux un travail qui sort de la norme du citoyen « normal » et est-ce que je veux quitter Saint-Pamphile pour poursuivre mon cheminement? La réponse aux trois questions fut oui.

À ce point, ce fut important de choisir un parcours intellectuel et professionnel qui me permettrait de satisfaire ces trois objectifs à la fois. Après quelques recherches, le **Programme de Formation des Officiers de la Régulière (PFOR¹) de cinq ans offerts par les Forces armées canadiennes (FAC) semblait prometteur.**

Je recommande grandement ce programme à quiconque de la région présentement en secondaire 4 et 5 ou 1^{ère} année de cégep qui se demande encore où ils veulent se diriger dans la vie. [Collèges militaires du Canada — des universités que se distinguent — CMR \(rmc-cmr.ca\)](http://Collèges militaires du Canada — des universités que se distinguent — CMR (rmc-cmr.ca))

Le RMC est une université et une école militaire hors du commun et très demandant qui teste les élèves officiers (ÉLOF; nom du grade de ses membres) sur quatre piliers : Académique, Leadership, Bilinguisme et Condition physique. Un élève officier doit atteindre la norme dans les quatre piliers sans exception pour se voir graduer du RMC et ainsi recevoir son diplôme universitaire et sa commission d'officier des Forces armées canadiennes (FAC).

Le Royal military college (RMC), contrairement à la pensée générale stéréotypée qu'a la population sur les FAC, promeut la diversité et voit ainsi un très bon ratio homme femme, en faisant une institution universitaire de choix pour les jeunes femmes et les

Clinique
ARC-en-soi

- Massothérapie
- Toucher thérapeutique
- Infrathérapie
- Relation d'aide
- Produits naturels
- Produits Visalus

72, Principale
Sainte-Lucie
de Beaugard
(Québec)
G0R 3L0

Sur rendez-vous 418 223-3976

Propriétaires:
Guylaine Lachance N.D. 1439
Membre de l'ordre des Naturothérapeutes
Gaston Therrien N.D. 1601

**Flor
deco** 

COUVRE-PLANCHERS ET DÉCORATION

PRODÉCOR S.V.

545, RTE DE L'ÉGLISE
ST-JEAN-PORT-JOLI, G0R 3G0
TÉL: (418) 358-0999
FAX: (418) 358-1112
prodecorsv@hotmail.fr



Le diner régimentaire du RMC (Armée), en février 2020 au Mess des officiers du RMC.
 « Les camarades de classes francophones :
 Groupe des « Vaseux » Champions du tournoi des anciens de Ballon-balai ».

jeunes hommes qui désirent repousser leurs limites intellectuelles et académiques, développer leur langue seconde, leur leadership et leur condition physique comme nulle part ailleurs en seulement cinq ans. En outre, le RMC compte une panoplie de clubs sportifs de niveau universitaire qui font partie de l'OUA (volleyball, hockey, soccer, rugby et escrime) de nombreux sports intramurales, de nombreux clubs sportifs (aviron, course, voile, natation, judo et taekwondo) et d'une panoplie de clubs récréatifs. Encore une fois, je recommande le PFOR. À ma connaissance, une seule autre personne venant de Saint-Pamphile a complété ce programme à part moi-même.

Au sein du PFOR, un Élof reçoit ses études collégiales et universitaires payées en totalité en

échange d'années de service militaire. De plus, en étant un membre des FAC les Élofs sont payés pour étudier. Durant l'année académique, mon travail fut de me présenter à chacune de mes classes, obtenir de bonnes notes, pratiquer au moins un sport, de parfaire mon bilinguisme et de participer aux différentes activités militaires organisées par le RMC.

De plus, la vie quotidienne d'un Élof est basée sur le modèle militaire, ce qui inclut l'inspection matinale, le « drill », le port de l'uniforme, l'étiquette militaire et la chaîne de commandement militaire. Lors de la période estivale, dépendamment du métier, un Élof participe à ses formations militaires professionnelles qui sont données dans les centres



Graduation du CMRSJ, en mai 2017, avec le Lieutenant-général (ret.) Michel Maisonneuve au Collège militaire royal Saint-Jean.

Salon Clovabel
 Coiffure Hommes - Femmes - Enfants
 Pose d'ongles et pose de cils
SANS RENDEZ-VOUS les
mercredis, jeudis et vendredis de 13 h à 17 h.
 Tracy : (418) 359-2669
 Audrey : (418) 252-0447

Meriane
 Salon d'esthétique
 et d'électrolyse
 par ordinateur
 Mariane St-Pierre
 8, rue Chouinard, Sainte-Perpétue, 418 359-3101

Avant la période estivale Découvrez des cils et des sourcils plus **LONGS**, plus **ÉPAIS** et plus **VOLUMINEUX**.
 Améliorez l'apparence de vos cils en obtenant des résultats visibles en 4 à 6 semaines.

Groupe d'entraide pour les personnes vivant avec un problème de santé mentale dans la MRC de L'Islet.

Les Nouveaux Sentiers de la MRC de L'Islet

Téléphone / Fax : (418) 359-3348
 Sans frais : 1 877-359-3348
 nouveauxsentiers@globetrotter.net
 www.nouveauxsentiers.org

Appelez-nous !!
Parce que votre santé mentale nous tient à cœur !!

d'instruction des FAC situés partout au Canada, durant en moyenne trois mois.

Ce train de vie est très exigeant et très dur par moment, mais très gratifiant, permet de forger de fortes amitiés et un réseau de contacts de très haut niveau (il s'agit seulement de lire quelques-uns des diplômés de renommée du RMC pour comprendre combien ce réseau est important).

Le PFOR requiert de déménager à Saint-Jean-sur-Richelieu et ensuite Kingston Ontario. Durant les saisons estivales, je suis demeuré à la BFC Valcartier et à la BFC Gagetown au Nouveau-Brunswick.

Présentement je suis attaché à la BFC Kingston en attente de mon affectation, cela étant retardé par une blessure pour laquelle je suis en train de me remettre. Pour le futur, je souhaite être affecté à la BFC Valcartier et je commence prochainement mes études universitaires de 2^e cycle à la maîtrise.

Environ deux semaines après mon bal de finissant de l'école secondaire La Rencontre, je me suis dirigé à l'École de recrues des FAC à Saint-Jean-sur-Richelieu pour débiter ma Qualification militaire de base des Officiers (QMBO) à l'été 2015. Immédiatement après la fin du module 1, je me suis rendu la journée même au CMRSJ pour entreprendre le Programme d'orientation de première année (POPA) qui est, pour être honnête, exponentiellement plus demandant que le QMBO et certaines autres formations militaires. Le

POPA dure cinq semaines pour ma cohorte et prépare tous les Élofs aux standards du RMC. À la fin de la course à obstacles de deux heures du POPA, la parade des badges a lieu où les Élofs ayant complété avec succès le POPA se voient recevoir le badge du RMC.



La parade de graduation de 2019 avec l'édifice Mackenzie en arrière-plan.

À la fin de ma première année, je suis retourné à la MEGA pour compléter le module 2 du QMBO. Durant mes deux années au CMRSJ, je fis partie de l'équipe de hockey. À la fin de ma dernière année, une parade de graduation eut lieu pour souligner notre départ vers le RMC. Mais avant de me rendre à Kingston, je me suis rendu à la BFC Valcartier pour compléter le « Common Army Phase » (CAP).

AUTOPRO

Garage Bourgault

Membre AMVOQ

Association des marchands de véhicules d'occasion du Québec

- ✓ MÉCANIQUE GÉNÉRALE
- ✓ VENTE, ACHAT et ÉCHANGE D'AUTOS USAGÉES
- *FINANCEMENT SUR PLACE*
- ✓ DÉBOSELAGE ET PEINTURE
- (réclamation d'assurance)
- ✓ POSE ET RÉPARATION DE PARE-BRISE
- ✓ REMORQUAGE 24 H
- ✓ CLIMATISATION
- ✓ HYDRAULIQUE
- ✓ PIÈCES NEUVES ET RECYCLÉES
- ✓ VOITURE DE COURTOISIE
- ✓ ENTREPOSAGE DE PNEUS
- ✓ COMMERÇANT-RECYCLEUR (achat de la « scrap »)

Avis aux acériculteurs :
Nous vendons de l'huile à vaccum de haute qualité à très bon prix !

La promotion se poursuit, profitez-en !

25\$
DE REMISE

C'est vrai qu'on vous fait une offre survoltée.

Remise à l'achat de batteries NAPA

125, rang Taché Ouest, Sainte-Perpétue, Steven Bourgault, prop. Tél. : 418 359-3163

■ Fax.: 418 359-3191 ■ Cell.: 418 356-6927 ■ garagebourgaultautopro@gmail.com ■ www.garagebourgault.com

Nous vous offrons le plan accord D 6 mois sans intérêt

FINANCEMENT

accord D

Desjardins

Le semestre académique suivant en 2017 fut le début ma première année universitaire au RMC. Lors de cette première année, je fis partie de l'équipe de rugby du RMC, un club sportif historique et honorable. À la fin de celle-ci je me suis rendu à la CFB Gagetown pour la Phase d'officier d'infanterie démontée (DP1.1 Inf), mais durant laquelle je me suis déchiré trois ligaments de ma cheville gauche, me forçant à quitter le cours pour raison médicale. En raison de ma blessure, je dus également quitter l'équipe de rugby. Néanmoins, je rejoignis l'équipe de judo en hiver 2019, un autre club que je recommande fortement. La malchance me frappa de nouveau lorsque je subis une blessure au bras quelques semaines avant de retourner à la CFB Gagetown, pour laquelle je me remets encore en ce moment, mais qui devrait être rétablie dans les prochains mois.

Par la suite, j'ai fait mes deux dernières années universitaires de 1^{er} cycle, graduant en mai 2020 où j'ai reçu mon diplôme du RMC et ma commission en tant qu'officier des FAC après un long cinq ans au sein du PFOR.

Depuis, en attente de la conclusion de ma condition médicale et de ma prochaine affectation, je travaille comme officier d'administration au sein de l'Escadron O'Kelly au RMC à Kingston.

Les quatre piliers du PFOR, le mode de vie militaire et la distance avec la famille rendent le tout très demandant, mais la présence de fortes amitiés sur le campus amoindrissent la lourdeur quotidienne de la charge de travail physique, intellectuelle et émotionnelle d'un Élof. Le tout complique également

la connexion familiale. Néanmoins, je fus en mesure de me rendre à Saint-Pamphile au moins une fois par mois.

Photo en page couverture : Mars 2020, graduation du RMC au Royal military college of Canada.

SOUS-LIEUTENANT JULES S. LECLERC

NO. DE COLLÈGE DU RMC 27635

MEMBRE DE LA PROMOTION 2020



Pour terminer, Jules nous remercie de l'intérêt que nous lui portons.

Il termine comme suit :

Espérant que cet article inspirera d'autres jeunes à entreprendre cette aventure hors du commun, ils ne le regretteront pas!

Salutations à tous mes oncles, tantes, cousins (es) amis de la région, anciens du RMC et à la classe de 2020. ✍

NDLR : Si vous connaissez quelqu'un qui mérite d'être connu davantage, faites-nous-en part. Nous serions heureux de publier ses réalisations. Ce service est gratuit.

Vous avez de la difficulté en écriture, pas de soucis, un ou une de nos pigistes s'occupera de composer le texte à partir des renseignements que vous lui aurez fournis.

Tél.: 418 356-3646  Téléc. : 418 356-2068

GARAGE YVON VAILLANCOURT
Alignement et mécanique générale

Gilles et Éric Vaillancourt, propriétaires,
329, rue Principale Nord, Saint-Pamphile, QC G0R 3X0

 **BÉLANGER & FILS ENR.**
PLOMBERIE & CHAUFFAGE

Tél: 418 359-2006
Fax.: 418 359-2004
belangeretfils@globetrotter.net

460, rue Principale
Ste-Perpétue (Québec) G0R 3Z0

 **MEMBRE CMMTQ**
Corporation des maîtres mécaniciens en tuyauterie du Québec

Sainte-Félicité de L'Islet
T 418 359-3284
F 418 359-3204
acbourgault@hotmail.com


Transport AC BOURGAULT

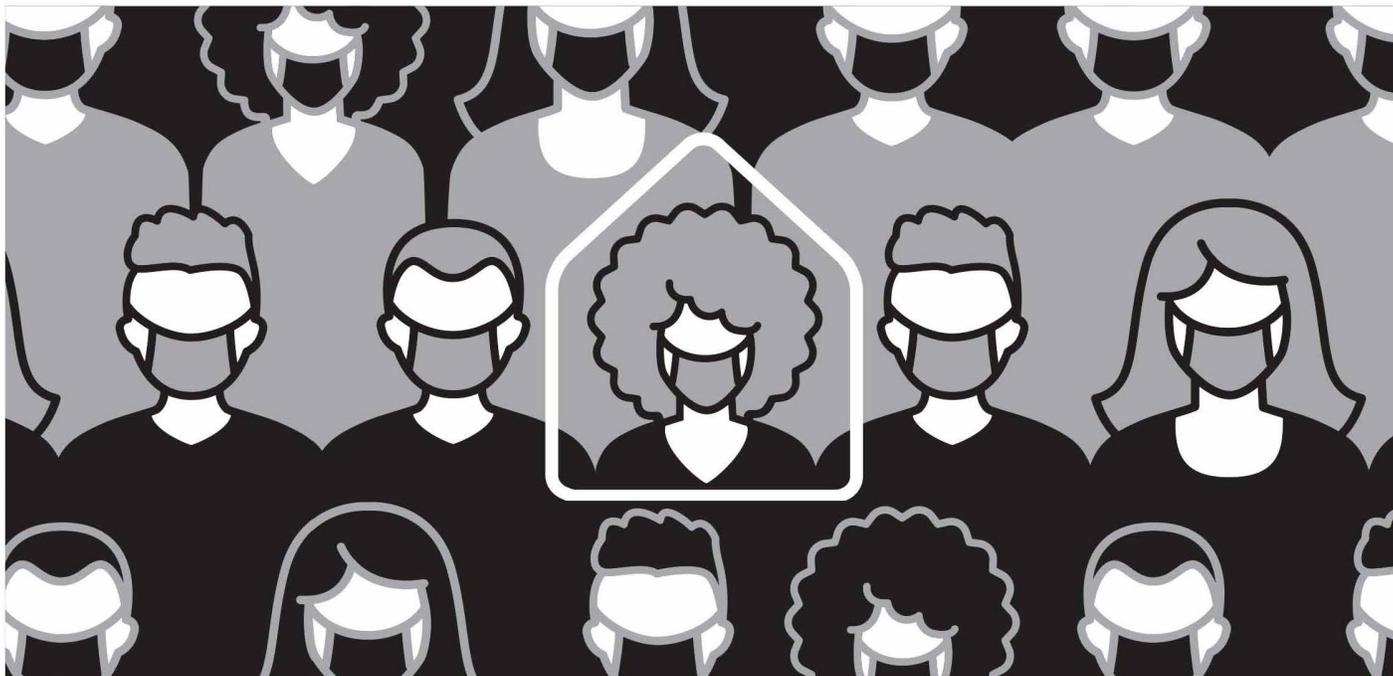
ACUPUNCTURE
Mélanie Caron

Acupuntrice
Membre de la Fédération des Kinésiologues du Québec



418 241-2124
St-Marcel
Montmagny (Physio Optimum)
acupuncturemelaniecaron@outlook.fr

No licence: A-022-16



S'isoler, c'est sérieux.

**Pour lutter contre la propagation de la COVID-19,
on doit rester à la maison quand :**

- on a des symptômes
- on a passé un test
- le résultat est positif
- on revient de voyage
- on a été en contact avec
un cas confirmé

Québec.ca/isolement

☎ 1 877 644-4545

Votre 
gouvernement

Québec 

Gens d'ailleurs... Chez nous !

Une philippine fière de travailler ici

PAR CAROL-ANN VEILLEUX

Nous connaissons une pénurie d'employés et ce dans plusieurs domaines. L'entreprise Zenima (Textiles Gauvin) a fait appel à une entreprise privée qui fait la recherche de candidats étrangers et organise des entrevues. Une fois les candidats trouvés, ils les font venir au pays, ils s'occupent de tout (passeport, permis de travail, etc.). Plusieurs Philippins sont donc arrivés dans la région. Une de ces travailleuses est Daise Divinegrace.

Nous lui avons posé quelques questions.

Avez-vous déjà travaillé dans un autre pays? Si oui;

- Combien de temps?

- Quelle est la plus grande différence entre le (s) autre (s) endroit (s) et ici, au Québec?

Oui j'ai travaillé dans d'autres pays avant.

J'ai travaillé au Japon pendant environ 3 à 5 mois. La compagnie pour laquelle j'ai travaillé aux Philippines m'a envoyée au Japon pour apprendre de nouvelles techniques de couture et aussi pour nous introduire à de nouveaux équipements de couture.

Je pense que les plus grosses différences entre ici et là-bas sont la culture, les langues et le décalage horaire.

Exemple de différence culturelle:

Au Japon, les gens qui passent devant une voiture qui les a laissés passer se penchent en signe de politesse.

Que préférez-vous le plus au Québec?

Ce que je préfère le plus au Québec est le fait que les gens qui y habitent sont tellement gentils (accueillants). Je n'ai pas ressenti ce même sentiment à un autre endroit ou dans un autre pays. Les gens sont toujours prêts à aider, particulièrement avec des travailleurs étrangers comme moi.

(Suite page 14)



Daise, avec son employeur Madame Pascale Pelletier propriétaire de Zenima Textiles Gauvin.

MPP
MARIE-PIER PELLETIER
NOTAIRE

Pour un service professionnel et humain

M^e Marie-Pier Pelletier
Notaire | Médiatrice familiale

M^e Audrey St-Gelais
Notaire

Étude cessionnaire des greffes de
Jean-Pierre Ouellet, notaire
Jean Paré, notaire

598-B, route de l'Église, Saint-Jean-Port-Joli, Qc. G0R 3G0
T. 418 358.3588 F. 418 358.3589 info@mppnotaire.com

mppnotaire.com **f**

Que trouvez-vous le plus difficile ici?

Ce que je trouve le plus difficile ici est la barrière de la langue et aussi la saison hivernale.

Qu'est-ce qui vous a fait venir travailler ici?

Je suis venue travailler ici parce qu'il y a beaucoup d'opportunités qui m'attendent ici. Je veux gagner davantage d'expérience de travail, rencontrer de nouveaux amis, apprendre la langue française et aussi m'imprégner de la culture québécoise.

Comment vivez-vous le fait d'être loin de votre famille pendant la pandémie?

Cela peut être très difficile d'être loin de ma famille pendant ce temps difficile qu'est la pandémie de Covid-19, mais la vie doit continuer. Je dois être très prudente et suivre les mesures mises en place par le gouvernement afin de prendre soin de moi.

Différences entre les mesures au Québec et celles aux Philippines:

Les mesures mises en place aux Philippines sont très semblables à celles d'ici ; le port du masque est obligatoire dans les lieux publics, seuls les magasins essentiels comme ceux vendant de la nourriture sont ouverts, les aéroports sont fermés, etc. Aussi, le vaccin n'est pas encore disponible aux Philippines.

Comment planifiez-vous vos prochaines années? Souhaitez-vous rester ici ou retourner aux Philippines?

Je prévois rester ici si mon employeur me le permet et je dois continuer de travailler ici pour un an encore. Même après, je vais choisir de rester ici puisque je me sens confortable avec mes collègues et aussi puisque j'aime vraiment mon travail.

Proposeriez-vous à d'autres de venir travailler au Québec comme vous l'avez fait, et pourquoi?

Je suggérerais définitivement à d'autres de venir travailler ici, particulièrement à mes connaissances et ami(e)s car les gens ici sont bons (gentils) et familiers. Aussi, je leur recommanderais en raison du salaire qui est bon et du travail disponible.

Comment trouvez-vous l'hiver au Québec?

Je trouve que la température est imprévisible, c'est assez difficile durant l'hiver, mais je m'y adapte déjà petit à petit.



Que conserverez-vous de votre séjour au Québec? Les coutumes, la nourriture ou autre?

Je dirais que je vais conserver à peu près tout, les coutumes, la nourriture parce que j'apprécie beaucoup mon séjour ici.

Quand je lui ai demandé un mets québécois qu'elle conservera, elle m'a tout de suite répondu la poutine. Elle dit qu'elle apprécie aussi beaucoup les fruits de mer (spaghetti, lasagne) du Québec. Aussi, aux Philippines il y a un mets traditionnel populaire qui s'appelle le balut. Celui-ci consiste en un œuf contenant le fœtus d'un oiseau (le balut)... Elle n'en a jamais

GARAGE GMP INC.

VITRXPERT **NAPA** **AUTOPRO**

Entretien/Mécanique
Pare-brise
Esthétique automobile
Antirouille
Vente de pièces/d'outillage
Vente d'accessoires/performance

276, Rue Principale
Saint-Pamphile, Q.C.
G0R 3X0

TÉL. : 418-356-3325
TÉLÉC. : 418-356-3327
garagegmp.com
garagegmpinc @live.ca

中醫
Edith Mercier
Acupuncteur

Tourville
22, des Cèdres
Cell.: (418) 356-6370

Les mardis
et vendredis
SUR
RENDEZ-VOUS

Diplômée de l'Université de médecine chinoise de Nanjing, Chine
Membre de l'Ordre des Acupuncteurs du Québec

mangé, mais elle dit que c'est populaire et surtout qu'on doit le manger seulement durant la nuit, durant le jour, il n'y en a même pas en vente. Finalement, elle mange du riz à tous les repas, même s'ils sont diversifiés, il y a toujours du riz comme accompagnement.

Diriez-vous que l'intégration à la population ici était quelque chose de facile, sinon, pourquoi?

Je dirais que l'intégration à la population ici est facile puisque correspondant à mes propres études à propos de la population d'ici. Il n'y en a pas d'aussi grosses différences qu'ailleurs donc c'est pourquoi, selon moi, c'est relativement facile.

Diriez-vous que la barrière de la langue est le plus gros obstacle à votre intégration? Aussi, comment se passe votre apprentissage du français?

Je dirais en effet que la langue est le plus gros obstacle à mon intégration ici au Québec. Le français n'est pas vraiment facile, mais je suis chanceuse d'avoir l'aide de ma prof de français, j'apprends beaucoup et j'espère bien pouvoir parler et comprendre le français d'ici un an. D'un autre côté, nos cours sont présentement arrêtés en raison de la Covid-19.

Daise et ses compatriotes philippins habitent ensemble. Le Wi-Fi est très important car c'est le moyen de rester en contact avec leurs proches. Parfois ils visitent les travailleurs philippins qui habitent à Saint-Jean-Port-Joli.

C'est un plus pour notre communauté, avec la pandémie c'est plus difficile, mais si vous la rencontrez n'hésitez pas à la saluer et lui faire un brin de jasette. ✍

Travailleuse sociale
Médiatrice familiale

Nadia Phaneuf

Un service
pour vous
proche de vous

Consultations à distance
ou en cabinet

418 432-9262
Saint-Marcel

nadiaphaneuf.ts@gmail.com

La machinerie,
NOTRE EXPERTISE !

Vos besoins,
NOS DÉFIS !



ENTREPRISE
DENIS & LEBLANC

ENTREPRENEUR GÉNÉRAL
SPÉCIALISÉ EN EXCAVATION
Cté L'Islet | #RBQ : 5650-6066-01

418-356-8977



Matériaux
Blanchet
Inc.

Produits
forestiers

materiauxblanchet.ca

SAINT-PAMPHILE

TÉL.: (418) 356-3344
FAX: (418) 356-2425

LE 911

Rappel important à la population



Pour toute urgence nécessitant l'intervention d'un véhicule d'urgence : ambulance, incendie, police, vous devez composer le 911

QUE SE PASSE-T-IL LORSQUE VOUS COMPOSEZ LE 9-1-1

Le préposé aux appels d'urgence répond : « Urgence 9-1-1 »
Dès lors :

1. Donnez la raison de votre appel pour que le préposé identifie rapidement le service dont vous avez besoin.
2. Précisez l'endroit où se trouve la situation critique.
3. Identifiez-vous : nom, prénom, adresse et numéro de téléphone.
4. Restez en ligne pour répondre aux questions que l'on peut vous poser.
5. Le préposé communiquera avec les secours appropriés (ambulanciers, policiers, pompiers) qui se rendront sur les lieux de l'urgence.
6. Il est probable que l'intervenant du 9-1-1 vous donne certaines directives pendant l'attente des secours. Restez en ligne jusqu'à la fin des directives.
7. Ne raccrochez pas tant que le préposé ne vous le dit pas.

***IMPORTANT* SI VOUS FAITES UN APPEL 9-1-1 À PARTIR D'UN TÉLÉPHONE CELLULAIRE**

Lorsque vous appelez avec un téléphone cellulaire, le préposé 9-1-1 n'a pas vos coordonnées comme avec une ligne fixe mais seulement les données géographiques (longitude et latitude) indiquant où vous vous trouvez, et ce, dans un rayon variant de 10 à 1 200 mètres. Vous devez donc indiquer clairement l'adresse où doit se rendre le service d'urgence.

VOUS AVEZ COMPOSÉ LE 9-1-1 PAR ERREUR ?

NE RACCROCHEZ PAS! Expliquez au préposé que vous vous êtes trompé. Cela évite de faire déplacer un véhicule d'urgence inutilement. Si vous raccrochez, le préposé rappellera aussitôt au numéro avec lequel vous avez appelé. Si vous ne répondez pas, le préposé avisera un policier de se rendre sur les lieux. L'appel sera traité comme s'il y avait une urgence.

PRÉCISIONS POUR LES SERVICES AMBULANCIERS

Si votre appel est de nature médicale, les préposés du 911 suivent des protocoles établis et attribuent une priorité d'urgence à chaque appel. Si votre appel est classé non urgent, il se peut que vous soyez redirigé vers un préposé du service **8-1-1** pour vous aider. Si ce préposé juge de la nécessité d'un transport par ambulance, le préposé au **9-1-1** vous enverra une ambulance selon la disponibilité de celle-ci en tenant compte de la charge d'appel du moment. Soyez assuré que votre appel sera traité avec diligence.

En cette période difficile, restons tous positifs, en santé et en sécurité. Les techniciens ambulanciers paramédicaux, pompiers et policiers sont toujours là pour vous assister et vous aider si le besoin s'en fait sentir.

Merci de votre attention.

Les Ambulances L'Islet-Sud



DES NOUVELLES DE SAINTE-PERPÉTUE

Mise à jour de la Politique Familiale et des Aînés

La Municipalité de Sainte-Perpétue est présentement à l'élaboration de la mise à jour de sa Politique Familiale (PFM) et de sa Politique Amie des Aînés (MADA). Une aide financière de 15 750 \$ a été accordée à la municipalité pour la mise à jour des deux politiques. Un comité de pilotage a été formé pour mettre en place cette mise à jour.

Les membres du comité sont : Céline Avoine, responsable des questions familiales et des aînés, Colette Cloutier, Réjeanne Avoine, Jacinthe Pelletier, Guy Joncas et Denis-Paul Ouellet.

Les entreprises d'ici

À chaque mois, la Municipalité de Sainte-Perpétue publiera un historique des entreprises présentes dans sa municipalité. Ce mois-ci, nous vous présentons Bois de Sciage Lafontaine.

L'entreprise **Bois de Sciage Lafontaine** qui regroupe une cinquantaine d'employés se spécialise dans la vente de bois d'œuvre de qualité sur le marché américain et canadien. Cette entreprise a été fondée par monsieur J.H. Ouellet vers le début des années 1940. Par la suite, Monsieur Clermont Pelletier a repris l'entreprise en 1965 jusqu'à son décès en 2006. Suite à son décès, ses enfants ont pris en charge l'entreprise, notamment Monsieur Marc Pelletier, qui est présentement le président-directeur général de *Bois de Sciage Lafontaine*.

Journée internationale des enfants

Le 20 novembre, afin de souligner la Journée internationale des droits de l'enfant, nous avons remis des bouteilles d'eau à chaque élève de l'école primaire ainsi que des livres éducatifs dans les garderies. Au total, ce sont 151 bouteilles qui ont été distribuées à l'école et 35 livres éducatifs dans les garderies.



**GRAND TIRAGE AU PROFIT DE
LA FABRIQUE DE SAINTE-PERPÉTUE
POUR LA TRANSFORMATION
DE L'ÉGLISE**

LOTÉRIE 2021 : 10 000 \$ en prix

Les tirages auront lieu à l'église de la paroisse de
Sainte-Perpétue

3 tirages / mois :
1^{er} prix 600 \$ + 2 prix de 200 \$
Billet éligible à chaque mois

Billets disponibles :

- Pharmacie Familiprix
- Fabrique Sainte-Perpétue : 418 359-2951
- Christine Bélanger : 418 359-3457

Achat en ligne : www.mediathèqueheritage.com
ou ste-perpetue@diocese-ste-anne.net

Écrire une question de sécurité et inscrire "loterie"
comme réponse à la question.

**** Achat en ligne et virement Interac :**
un billet numérisé sera retourné par courriel
ou posté (si désiré).

Feuille de groupe disponible ou fournir la liste.

HÂTEZ-VOUS ! 300 billets seulement !



**CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE
DES MRC DE MONTMAGNY ET DE L'ISLET**

**Vous êtes à l'emploi et vous êtes
un proche aidant ?**

**Le CABML peut vous aider à aborder la question
de conciliation travail-famille-proche aidance.**

Nous pouvons vous aider à :

- ✓ Comprendre votre rôle de proche aidant
- ✓ Trouver des moyens pour diminuer les impacts financiers reliés à la proche aidance.
- ✓ Trouvez des moyens de garder un équilibre dans les sphères de votre vie, tout en maintenant votre emploi.

***** Rencontre en entreprise ou à l'organisme
ou à domicile *****

Contactez une intervenante au 418-248-7242 poste 107 ou
envoyez un courriel à am.cbelanger@cecb.ca



**DOMINION & GRIMM
SAINTE-PERPÉTUE**

- Équipements et accessoires d'érablière
- Contenants de tous genres

**437, Principale Sud
418 359-2787**

Gérante et conseillère
Caroline Gauvin
C. 418 710-0204

Technicien et
Installateur de tubulure
David Fortin, Danak
418 508-4031

www.dominiongrimm.ca
Suivez-nous sur Facebook



156^e ÉDITION - mars 2021

OUVERTURE DE LA PATINOIRE DE L'ÉCOLE ST-JOSEPH

chaque samedi et dimanche
de 13 h à 16 h

*En respect des mesures sanitaires en vigueur.



Cueillette des bacs

3-4 mars	10-11 mars
17-18 mars	24-25 mars
31 mars et 1 avril	7-8 avril

Pour plus d'informations, contactez



Vous avez manqué les reportages de Texto Reporter sur des personnalités de notre région, vous pouvez les retrouver au: <https://www.visiontrame.com/%C3%A9mission-texto-reporter>

Fait divers du conseil municipal du 1^{er} février 2021

AUTORISATION SIGNATURE DU CONTRAT AVEC CITAM POUR LE LOGICIEL D'ALERTE ET NOTIFICATIONS DE MASSE

Il est proposé par la conseillère Francine Couette avec l'appui de la conseillère Marlène Bourgault et il est résolu à l'unanimité d'autoriser Mme Marie-Claude Chouinard, directrice générale par intérim à signer le contrat avec CITAM pour le logiciel d'alertes et notifications de masse pour et au nom de la Ville de Saint-Pamphile.

Auto-inspection prévention Incendie résidentielle

Le Service Incendie effectue des visites de prévention dans les résidences dans le but de promouvoir la sécurité des occupants.

Compte tenu des circonstances actuelles, consignés en place en plus des horaires variés des résidents comme ceux de vos pompiers qui ont des emplois permanents, nous demandons votre collaboration, en remplissant et en nous retournant le formulaire, qui est envoyé à une certaine proportion des résidences, avant le 15 mars.

Vous pouvez nous retourner celui-ci soit par la poste à l'Hôtel de Ville, le déposer dans la boîte aux lettres située à l'entrée nord du bureau municipal, par télécopieur au 418-356-5502 ou par internet à incendie@saintpamphile.ca.

FILM NOUVEAUTÉ EN LIGNE GRATUIT CHAQUE SEMAINE



Info: 356-5501 ou site web

Bibliothèque Marie-Louise Gagnon

est ouverte!



Retour à l'horaire régulier!

FERMÉ

pour le reste de la saison.



Des nouveautés à la maison!

L'Association des cinémas parallèles du Québec (ACPQ) en collaboration étroite avec le Centre socioculturel Gérard-Ouellet de Saint-Jean-Port-Joli vous offre des films d'auteur en ligne avec le même accompagnement que celui proposé en salle. En effet à chaque semaine, un nouveau film est disponible gratuitement du jeudi au dimanche. Il s'agit de s'inscrire à l'infolettre de l'ACPQ pour recevoir tous les détails en suivant ce lien:

<https://app.cyberimpact.com/.../BAC0CB17-54FB-45F8-AED1-85B03...>

Bon cinéma!

Après une bordée, pour votre sécurité, déneigez les issues!



Service incendie



Programmation

2 et 6 mars : Entrevues avec des membres de «Hop la vie du Sud de L'Islet» par Madame Laetitia Leclerc

9 et 13 mars : Journée de La femme 1986

16 et 20 mars : La Troupe de théâtre Les Caburons présente : La Ménagère apprivoisée.

23 et 27 mars : Spectacle du Groupe St-Pamphissime (octobre 2005)

30 mars et 3 avril : Quoi de neuf chez-nous (4 avril 1999) Émission avec divers invités de la région

Exclusif sur le câble les mardis 14h et samedis 19h

Variété d'émissions rappelant les événements marquants du coin en collaboration avec:



Concours photo d'hiver

C'est votre chance, personne n'a encore participé! Envoyez nous votre photo comportant un élément reconnaissable.



418 359-2181

Les Huiles



LORD

2003

146, Principale, Sainte-Perpétue

Pour tous vos besoins en
CARBURANTS et LUBRIFIANTS,
n'hésitez pas à nous contacter.

Nous vous répondrons avec plaisir !



**BON
TEMPS
DES
SUCRES !**

*Nous sommes heureux de vous accueillir de
nouveau à notre concession!*

**Tous nos départements sont ouverts:
VENTES - PIÈCES ET SERVICE**

À qui la chance ?
En SUPER liquidation

✓ 2 Grand Caravan 2020
✓ 2 Ram 1 500 2020

**Grand
choix de
modèles
2021 !**

****Soyez assurés que nous respectons les normes de la santé publique.****

Un service personnalisé avec notre équipe expérimentée et la même famille depuis plus de 50 ans !

LORD et FRÈRES



Contactez nos représentants pour toutes
informations sur nos produits :

• Claudel Lord • Ghyslain Cloutier

1001, RUE PRINCIPALE, TOURVILLE - 418-359-2244 - lordetfreres.com

Chez



Roger Gauvin
INC.

LIQUIDATION

Mars 2021

Vêtements et chaussures d'hiver

Dames
50 %
de rabais

Tuniques - Gilets
Vestons - Cardigans
Robes - Jupes
Blouses - Manteaux
Foulards - Chapeaux
Tuques - Collants
Caleçons - Camisoles

.....
Lot de pantalons
Spécial 10 \$ - 20 \$ - 30 \$

.....
Lot de jeans **Spécial 20 \$**

.....
Bas de nylon
à l'achat de 3 paires,
obtenez la 4^e gratuite.

Hommes
50 %
de rabais

Gilets - Chemises
Cardigans - Vestons
Habits - Cravates
Chapeaux de feutre
Chapeaux aviateur
Casquettes

.....
Manteaux et pantalons de ski
Spécial : 30 \$ à 100 \$

.....
Lot de jeans **20 \$ et 30 \$**

.....
Pantalons de toilette **30 %**

.....
Bas à l'achat de 3 paires,
obtenez la 4^e gratuite

Masques
Spécial : 3 \$ chacun
ou **5 pour 10 \$**

Vêtements de travail pour hommes
Jackets à carreaux **20 %** de rabais.

.....
Manteaux et salopettes doublés
Spécial : 50 % de rabais

Hommes et Dames

Bottes de poil **30 %** de rabais

.....
Bottes de motoneige **50 %** de rabais

.....
Bottes de toilette **50 % et plus**
de rabais

.....
Espadrilles - Souliers - Sandales
- Pantoufles
20 % de rabais

Camisoles et caleçons pour hommes
30 % de rabais
Lot de camisoles **Spécial : 10 \$**

VÊTEMENTS - CHAUSSURES



Roger Gauvin
INC.

80, de Gaspé Est,
SAINT-JEAN-PORT-JOLI
TÉL.: 418 598-3377

HOMMES - DAMES





On a tous de bonnes questions sur la vaccination



Au Québec, la vaccination contre la COVID-19 s'est amorcée en décembre 2020. Cette opération massive vise à prévenir les complications graves et les décès liés à la COVID-19 ainsi qu'à freiner la circulation du virus de façon durable. Par la vaccination, on cherche à protéger la population vulnérable et notre système de santé, ainsi qu'à permettre un retour à une vie plus normale.

LA VACCINATION EN GÉNÉRAL

Pourquoi doit-on se faire vacciner?

Les raisons de se faire vacciner sont nombreuses. On le fait entre autres pour se protéger des complications et des risques liés à plusieurs maladies infectieuses, mais aussi pour empêcher la réapparition de ces maladies.

À quel point la vaccination est-elle efficace?

La vaccination est l'un des plus grands succès de la médecine. Elle est l'une des interventions les plus efficaces dans le domaine de la santé. Cela dit, comme tout autre médicament, aucun vaccin n'est efficace à 100 %. L'efficacité d'un vaccin dépend de plusieurs facteurs, dont :

- l'âge de la personne vaccinée;
- sa condition ou son état de santé (ex. : système immunitaire affaibli).

L'EFFET DES VACCINS EN UN COUP D'ŒIL



- L'Organisation mondiale de la santé (OMS) estime que la vaccination permet d'éviter plus de deux millions de décès dans le monde chaque année.
- Depuis l'introduction des programmes de vaccination au Canada en 1920, la **poliomyélite a disparu** du pays et plusieurs maladies (comme la **diphtérie**, le **tétanos** ou la **rubéole**) sont presque éliminées.
- La **variole** a été **éradiquée** à l'échelle planétaire.
- La principale bactérie responsable de la **méningite bactérienne** chez les enfants (*Hæmophilus influenzae* de type b) est maintenant **beaucoup plus rare**.
- L'**hépatite B** a **pratiquement disparu** chez les plus jeunes, car ils ont été vaccinés en bas âge.



LA VACCINATION CONTRE LA COVID-19

Le vaccin est-il sécuritaire?

Oui. Les vaccins contre la COVID-19 ont fait l'objet d'études de qualité portant sur un grand nombre de personnes et ont franchi toutes les étapes nécessaires avant d'être approuvés.

Toutes les étapes menant à l'homologation d'un vaccin ont été respectées. Certaines ont été réalisées de façon simultanée, ce qui explique la rapidité du processus. Santé Canada procède toujours à un examen approfondi des vaccins avant de les autoriser, en accordant une attention particulière à l'évaluation de leur sécurité et de leur efficacité.

Quelles sont les personnes ciblées pour la vaccination contre la COVID-19?

On vise à vacciner contre la COVID-19 l'ensemble de la population. Cependant, le vaccin est disponible en quantité limitée pour le moment. C'est pourquoi certains groupes plus à risque de développer des complications de la maladie sont vaccinés en priorité.

Peut-on cesser d'appliquer les mesures sanitaires recommandées lorsqu'on a reçu le vaccin?

Non. Plusieurs mois seront nécessaires pour protéger une part suffisamment importante de la population. Le début de la vaccination ne signifie pas la fin des mesures sanitaires. La distanciation physique de deux mètres, le port du masque ou du couvre-visage et le lavage fréquent des mains sont des habitudes à conserver jusqu'à nouvel ordre.

Comment les groupes prioritaires ont-ils été déterminés?

La vaccination est recommandée en priorité aux personnes qui courent un risque plus élevé de complications liées à la COVID-19, notamment les personnes vulnérables et en perte d'autonomie résidant dans les CHSLD, les travailleurs de la santé œuvrant auprès de cette clientèle, les personnes vivant en résidence privée pour aînés et les personnes âgées de 70 ans et plus. À mesure que les vaccins seront disponibles au Canada, la vaccination sera élargie à de plus en plus de personnes.

Ordre de priorité des groupes à vacciner

- 1 Les personnes vulnérables et en grande perte d'autonomie qui résident dans les centres d'hébergement et de soins de longue durée (CHSLD) ou dans les ressources intermédiaires et de type familial (RI-RTF).
- 2 Les travailleurs du réseau de la santé et des services sociaux en contact avec des usagers.
- 3 Les personnes autonomes ou en perte d'autonomie qui vivent en résidence privée pour aînés (RPA) ou dans certains milieux fermés hébergeant des personnes âgées.
- 4 Les communautés isolées et éloignées.
- 5 Les personnes âgées de 80 ans ou plus.
- 6 Les personnes âgées de 70 à 79 ans.
- 7 Les personnes âgées de 60 à 69 ans.
- 8 Les personnes adultes de moins de 60 ans qui ont une maladie chronique ou un problème de santé augmentant le risque de complications de la COVID-19.
- 9 Les adultes de moins de 60 ans sans maladie chronique ni problème de santé augmentant le risque de complications, mais qui assurent des services essentiels et qui sont en contact avec des usagers.
- 10 Le reste de la population de 16 ans et plus.

Est-ce que je peux développer la maladie même si j'ai reçu le vaccin?

Les vaccins ne peuvent pas causer la COVID-19, car ils ne contiennent pas le virus SRAS-CoV-2 responsable de la maladie. Par contre, une personne qui a été en contact avec le virus durant les jours précédant sa vaccination ou dans les 14 jours suivant sa vaccination pourrait quand même faire la COVID-19.

La vaccination contre la COVID-19 est-elle obligatoire?

Non. Aucun vaccin n'est obligatoire au Québec. Il est toutefois fortement recommandé de vous faire vacciner contre la COVID-19.

Est-ce que le vaccin est gratuit?

Le vaccin contre la COVID-19 est **gratuit**. Il est distribué uniquement par le Programme québécois d'immunisation. Il n'est pas possible de se procurer des doses sur le marché privé.

Si j'ai déjà eu la COVID-19, dois-je me faire vacciner?

Oui. Le vaccin est indiqué pour les personnes ayant eu un diagnostic de COVID-19 afin d'assurer une protection à long terme. Toutefois, compte tenu du nombre limité de doses de vaccin, les personnes ayant eu la COVID-19 pourraient attendre 90 jours après la maladie pour être vaccinées.

[Québec.ca/vaccinCOVID](https://quebec.ca/vaccinCOVID)

☎ 1 877 644-4545

CE SOUVENIR VOUS RAPPELLE T-IL QUELQUE CHOSE ?

LUNCH.... REPAS....
DANSE.... MARIAGE....



Restaurant Au Gourmet en 1952.



Cet établissement se trouvait à Sainte-Perpétue, à l'endroit de Nordeck maintenant. ✍

Crédit photos :

(Aline, Doris et Louise Chouinard).

Centre culturel Godend'Art. Saint-Pamphile

Histoire d'une photo

Depuis qu'il y a de la neige, cinq à six fois durant ma fin de semaine de trois jours, je marche mes 3,6 km de raquette. Je vois beaucoup de pistes de lièvres mais jamais de lièvre. J'ai toujours au cou mon appareil photo Canon avec un zoom, on ne sait jamais... Un beau dimanche très froid de début février, vers 14 h, il fait un beau soleil et surprise, à environ 30 pieds à ma droite, en avant dans le sentier, je vois mon premier lièvre qui court.



Surpris, je laisse tranquillement tomber mes mitaines, prend mon appareil photo et rapidement je le photographie car je sais qu'il va faire « un start » et ça sera fini... Mais non, il s'approche plus lentement jusqu'à environ 10 pieds. Je reprends quelques photos et il reste là à me regarder. Afin de prendre d'autres photos, je recule, il bouge un peu et me regarde sans partir...

J'avais l'impression qu'il voulait se faire photographier. Je crois qu'il est resté à se faire observer une bonne dizaine de minutes. Et tout à coup, il a déguerpi en faisant de grands bonds, il était en pleine forme. Une bonne photo est souvent dûe au hasard, mais il faut avoir son appareil photo sous la main et être prêt. La nature nous offre à l'occasion une telle opportunité et je l'apprécie. ✍

Yoland Bélanger

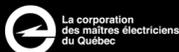
Carl Bourgault 
Entrepreneur Électricien

Électricité Générale
Résidentiel, commercial, industriel

Travaux complets pour ligne érablière,
service de nacelle articulée.

Tél: 418-359-1331 cell: 418-356-6997

179, Principale Sud
Sainte-Perpétue, G0R 3Z0



ATA

Aide aux travailleurs accidentés

Accident du travail et de la route
Normes du travail (congédiement - harcèlement)

Marie-Ève Picard | Marie-Christine Pelletier
ata.mepicard@hotmail.com | ata@mcpelletier@outlook.com

114-B, avenue de Gaspé Est, Saint-Jean-Port-Joli, G0R 3G0

Tél.: 418 598-9844 • Fax.: 418 598-9853

www.aideauxtravailleurs.com

Obtenez une bourse d'études



**Soumettez votre candidature
entre le 1^{er} et le 31 mars**

Un coup de pouce pour vos études, profitez-en!
desjardins.com/bourses



Votre vie remise à niveau

Lemieux Nolet Syndic, toujours
derrière vous pour trouver des solutions
à votre problème d'endettement.

418 248-1910



**LEMIEUX
NOLET**
Syndics autorisés
en insolvabilité



Grande

VENTE de fin de saison

Rabais de

30 à 50 %

tout le mois de mars



55, RUE PRINCIPALE, SAINT-PAMPHILE
(418) 356-3115

Visitez notre site WEB : mercerierejeanguvin.ca

LES BESOINS SONT LÀ! INSCRIS-TOI!

- Formation à distance
- Formation individualisée en classe
- Entrée en tout temps
- Aide financière aux études



- Secrétariat
- Comptabilité
- Adjoint(e) administratif(ve)



418 248-2370 POSTE 4750

CFPENVOLEE.COM

Centre
de services scolaire
de la Côte-du-Sud
Québec



• LES MARCHÉS •
Tradition

Épicerie

Bagels Signature

- ✓ Ail et fines herbes au parmesan
- ✓ Quatre fromages



Fruits et légumes

La cabane à sucre est à nos portes !

- ✓ Chocolat à l'érable, sucre dur, sucre mou, beurre d'érable, sirop d'érable etc...
- ✓ Assortiments de fleurs coupées

Boulangerie

De tout pour nos papilles gustatives!

- ✓ Beignes à l'érable, tartes au sirop d'érable, gâteaux Beauceron à l'érable, Pains Érablier
- ✓ Nouveau : Pouding chômeur à l'érable (RICARDO)
- ✓ Assortiment de gâteaux thématiques pour Pâques



Prêt-à-manger

- ✓ Brie fondant disponible à l'érable

Viande

NOUVEAU

- ✓ Crevettes à poêler citron et fines herbes
- ✓ Burritos à déjeuner

Ne manquez pas notre
MÉCHOUI jeudi le 25 mars 2021
Saumon / Porc / Bœuf / Jambon

Tirage
de PÂQUES

Tirage le 5 avril 2021



À GAGNER
Gros lapin de
2 pieds
(1500 grammes)

*Surveillez les
détails en
magasin

La Coop
St-Pamphile

35, Principale, Saint-Pamphile,
www.lacoopstpamphile.ca

LA **SOURCE**
EXPRESS

418 356-3373 poste 2500

**Ensemble de nettoyage
pour écran de VITAL**

50% de rabais

7,49 \$
au lieu de 14,99 \$

#807-9095



Promotion
Summum

Du 4 mars au 24 mars
2021 inclusivement

PAYEZ 46,95 \$



BMR

**Bienvenue
chez vous**

www.lacoopstpamphile.ca

12, Principale, Saint-Pamphile,
418 356-3373



**CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE
DES MRC DE MONTMAGNY ET DE L'ISLET**

Le Centre d'action bénévole des MRC de Montmagny et de L'Islet mettra en œuvre au cours des prochains mois un projet qui s'inscrit dans la gamme de services offerts par l'organisme. Plus précisément, dans le service d'intervention auprès des proches aidants.

Le projet **ADO-RE** est un projet innovateur qui consiste à mettre en place un service de répit intergénérationnel pour les proches aidants dont leurs aînés présentent des limitations cognitives et/ou physiques. Ce projet a pour but de vaincre l'isolement et l'épuisement des proches aidants.

Pour ce faire, le CABML recherche des candidats jeunes et adultes qui :

- ◆ Possèdent des aptitudes sociales d'écoute, d'empathie, de compréhension, de discrétion et de respect.
- ◆ Démontrent un intérêt particulier à soutenir les personnes aînées.
- ◆ Sont disponibles de jour et occasionnellement de soir et de fin de semaine.

Leurs responsabilités seront :

- ◆ Suivre une formation offerte par le CABML afin de développer des compétences requises.
- ◆ Permettre au proche aidant de s'offrir un moment de répit durant la période de prise en charge de son aidé.
- ◆ Prodiguer un moment agréable et stimulant à la personne aidée en se référant aux outils fournis.

Vous êtes un proche aidant qui aimerait recevoir ce service, vous aimeriez poser votre candidature ou simplement obtenir plus de renseignements? Vous pouvez nous rejoindre **au 418-248-7242 poste 106** ou **par courriel au y.dube@cecb.ca.** ✉

ACHETER LOCAL C'EST PAYANT !!!

Lors du concours Natrel, la COOP de Saint-Pamphile avait donné 1 500 \$ au Club des petits déjeuners et 1 500 \$ à l'école St-Joseph. N'oubliez pas que lorsque vous encouragez la Coop de Saint-Pamphile indirectement vous soutenez l'amélioration de la communauté.

La COOP est fière d'avoir contribué à acheter des articles pour classe flexible dont des tabourets oscillants offrant une position assise active qui contribue à réduire l'agitation et améliorer le temps de concentration, tout en renforçant les muscles qui soutiennent la colonne vertébrale, quelques ballons chaises qui améliorent la concentration grâce au mouvement généré et une table en U avec surface effaçable. ✉

Yndia Caron

Magasin Coop de Saint-Pamphile



M. Pier-Luc Morneau, directeur général de la Coop est entouré des élèves de la classe de Mme Liette Bélanger, 2^e et 3^e année.

INFORMATION



Suivez-nous
tous les jours de la semaine
sur cmatv.ca en
en direct de 8 h à 9 h.



*Michel
Montminy,*
ANIMATEUR

CMATV nouvelles diffuse sur de nombreux
écrans dans les entreprises de la Côte-du-Sud.
AFFICHAGE NUMÉRIQUE
Pour informations : 418 241-1313 / 225



MARIE-EVE PROULX Députée de Côte-du-Sud
Ministre déléguée au Développement économique régional
Ministre responsable des régions Chaudière-Appalaches,
Bas-Saint-Laurent et Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine

BUREAU DE MONTMAGNY
Édifice Amable Bélanger
6, rue Saint-Jean-Baptiste Est, bureau 206
Montmagny (Québec) G5V 1J7
Téléphone : 418 234-1893 • 1 866 774-1893

BUREAU DE SAINT-PASCAL
Édifice Claude-Béchar
235, rue Rochette, bureau 108
Saint-Pascal (Québec) G0L 3Y0
Téléphone : 418 492-7730

BUREAU DE SAINTE-PÉRETUE
366, rue Principale Sud, bureau 205
Sainte-Pérette (Québec) G0R 3Z0
Téléphone : 1 866 774-1893
marie-eve.proulx.cds@assnat.qc.ca

Le « sentier Covid »

PAR YOLAND BÉLANGER

À l'automne 2020, mon frère Gérald et moi commençons à nous douter que l'hiver 2020-2021 pourrait être « différent et très tranquille », avec peu de sorties possibles.... Nous avons pensé pourquoi pas nous faire un sentier de raquettes juste en arrière de nos maisons...



L'idée du sentier de randonnée était née, nous avons alors demandé la permission à notre frère Réjean, propriétaire du champ et du lot boisé et notre projet a démarré. Sans couper aucun arbre sauf des aulnes, Gérald avec sa scie mécanique et moi avec un coupe-branche nous avons coupé et enlevé des branches au travers d'anciens sentiers de « skiders » ou de lignes de lots. Notre sentier avait une longueur d'environ 1,5 km et nous revenions sur nos pas pour un total de 3 km.

Une autre idée a germé et s'est rapidement transformée de projet à réalisation : nous avons ajouté un deuxième tracé afin de faire un 8 dans le boisé et de ne pas revenir sur nos pas. La température était de notre côté, la neige s'est faite tardive et est même fondue pour les Fêtes. Nous avons pu terminer entièrement notre projet... Nous avons donc 0,43 km dans le champ que nous faisons aller et retour et le reste de 2,74 km en pleine forêt pour un total de 3,6 km.

Un projet comme le nôtre pourrait être fait par beaucoup de

personnes de L'Islet-Sud car pour beaucoup d'entre nous, il y a un boisé près de notre résidence ou pas très loin. Même si le terrain ne nous appartient pas, avec la permission du propriétaire de couper quelques branches et voilà c'est parti... Dans notre région, les gens sont très accommodants du moment que l'on est respectueux de leurs biens...

En raquettes, faire 3,6 km, les premières fois « m'alourdissait » les jambes mais depuis les Fêtes, je le fais en avant-midi et en après-midi les vendredis, samedis et dimanches. Au début, je le faisais en 1 h 15 minutes et présentement je le fais régulièrement en moins de 60 minutes et même 50 minutes si je me place en mode « compétition ». C'est une belle façon de se connecter avec la nature et de pratiquer un sport à notre rythme.

Dans plusieurs de nos municipalités de L'Islet-Sud, des responsables et bénévoles ont aménagé de beaux sentiers pour le ski de fond ou la raquette. Il suffit de s'y rendre et de se créer une habitude... Plus il y aura de personnes qui les utiliseront plus les municipalités auront intérêt à toujours les améliorer. Pour les utilisateurs, meilleure sera votre santé physique et mentale... surtout en cette période de « pandémie ».

Comment faire pour ne pas se lasser de faire le même parcours ? Pour ma part, à l'entrée en forêt j'ai le choix de tourner à gauche ou continuer tout droit donc, une fois je débute en commençant par la gauche, l'autre fois je continue droit pour ne pas revenir sur mes pas, est un plus. Ma deuxième solution est de toujours avoir mon appareil photo. Vous pouvez

difficilement vous imaginer ce que l'on peut voir de beau « lorsque l'on se donne la peine de regarder ». Marcher avec un appareil photo, un cellulaire, une tablette, ça vous incite à regarder



autour de vous en permettant d'imaginer des façons de photographier ce que vous voyez et d'accumuler de beaux souvenirs. Chaque randonnée est différente... Dans mon cas, j'envoie régulièrement des photos à mes petits-enfants, ça permet plus de contacts, car eux aussi sont en confinement...

Durant le début du temps des Fêtes, voir le fond du sentier, la mousse verte, c'était très beau.



Ensuite, il y a eu la neige collante qui faisait ployer les branches des arbres, c'était d'une beauté inouïe, il y avait des endroits où nous

nous retrouvions presque dans un tunnel. Comme je suis aussi amateur d'oiseaux, j'ai installé, au début du sentier, près du petit ruisseau, une mangeoire pour les oiseaux. Ce sont surtout des mésanges qui l'utilisent et aussi des écureuils. Comme la nature est très diversifiée, je laisse ma mangeoire « buffet à volonté » pour tous.... Cependant, j'ai constaté qu'en plus du buffet, les écureuils allaient « à l'entrepôt » ... J'ai donc dû mieux sécuriser mon réservoir à tournesol !!!

Au début, lorsque la neige a couvert notre sentier, nous y constatons beaucoup de pistes de différents animaux : des lièvres, perdrix, coyotes, renards mais sans jamais en voir.

Et un jour, j'ai vu une perdrix et une deuxième plus loin et enfin un jour de grand froid, après une forte neige, quatre perdrix ont surgi de la neige l'une après l'autre, elles étaient toutes sous la neige pour se protéger du froid durant la nuit. Elles étaient à peu

de distance l'une de l'autre, il y en avait donc au moins quatre. Il y a quelques semaines, l'une a encore surgi de la neige et elle a volé jusqu'à une branche pas très loin



j'ai pu faire plusieurs très belles photos...

et j'ai pu la photographier. C'était la première que je photographiais. C'est assez difficile de débusquer une perdrix sans qu'elle ne s'envole.

Et enfin la semaine passée, j'ai pu, pour la première fois, dans le sentier, photographier un lièvre. Il s'est arrêté à 10 pieds de moi durant une dizaine de minutes et

Le plaisir de la randonnée en forêt, c'est qu'il y a toujours des découvertes à y faire et c'est bon pour notre santé physique et aussi mentale. Lorsque le confinement sera terminé, en espérant qu'il restera de la neige, je me ferai un plaisir de vous faire découvrir mon sentier pour une randonnée d'une heure. ✍



Mécanique générale

Sylvain Anctil • Stéphan Anctil

Anctil Automobiles 2008 inc.



589, rue Principale, Saint-Pamphile, QC G0R 3X0 • Tél. (418) 356-5511
Télé. (418) 356-5512 • Courriel : anctilautomobiles2008@hotmail.com



Suivez-nous sur Facebook



Une Saint-Valentin toute particulière L'ABC souligne cette fête à sa façon

L'ABC des Hauts Plateaux a à cœur les personnes âgées de son territoire, soit le sud des MRC de L'Islet et de Montmagny.

Distribution massive de cadeaux, prise deux!

L'année actuelle empêche plusieurs actions habituelles de L'ABC, mais permet autrement le déploiement de gestes bienveillants auprès d'ânés affectés par la situation.

L'initiative de décembre dernier qui a permis à 156

personnes âgées de recevoir des cadeaux de Noël conçus par des jeunes se perpétue pour la Saint-Valentin. Cette fois-ci, ce sont 161 personnes âgées habitant dans neuf résidences et à domicile qui ont reçu un cadeau fabriqué pour eux. La réalisation de ces 161 présents a été rendue possible grâce à quatre bénévoles dévoués, de différentes générations, qui ont investi 97 heures de leur temps pour permettre à des ânés de recevoir de l'amour en cette journée spéciale. Un échange de clef USB a été réalisé dans les résidences; la nouvelle clef contient une histoire et un

jeu de la Saint-Valentin, en plus d'une routine d'exercices physiques. Finalement, un cahier d'activités de lecture et d'écriture a été donné aux 136 personnes âgées qui désiraient en recevoir un!



Rappelons que L'ABC des Hauts Plateaux est un organisme sans but lucratif qui couvre le sud des MRC de Montmagny et de L'Islet. Par le biais de différents ateliers et projets, L'ABC des Hauts Plateaux propose des services en alphabétisation passant par l'écriture, la lecture et les calculs de base. L'ensemble de ces actions vise à prévenir l'analphabétisme. ✍



Montmagny-L'Islet

Défense de droits « Aînés branchés »

En collaboration avec la Croix Rouge Canadienne, l'Association québécoise de défense de droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR) a, depuis quelques mois, mis en place le projet *Aînés Branchés*. Il s'agit d'une initiative visant à prémunir les personnes âgées contre l'isolement, et à favoriser leur autonomie. De plus, *Aînés Branchés* permet à l'organisme de poursuivre ses activités en défense de droits par des rencontres virtuelles et par le prêt d'appareils électroniques.

La concrétisation de cette idée novatrice dans la région a rapidement produit des résultats tangibles : Plusieurs réussites ont été accomplies par l'organisme en défense de droits. Plusieurs membres ont pu bénéficier de formations sur tablettes électro-niques pour acquérir des connaissances sur un nouvel outil. Chaque semaine, des cafés-rencontres aux thèmes variés sont organisés afin de diminuer l'impact de la solitude engendrée par la pandémie. Chaque jeudi matin, c'est approximativement 10 personnes qui se connectent sur la plateforme Zoom pour discuter et faire de nouvelles rencontres.

L'AQDR souhaite continuer à brancher de nouveaux aînés à leur rythme et dans le respect de leurs connaissances. L'enjeu : Mieux vivre dans un environnement de plus en plus connecté. Des formations sont offertes selon la disponibilité de chacun, mais des documents sont aussi disponibles pour pouvoir acquérir ces compétences individuellement.

« Il s'agit d'un projet à long terme pour l'AQDR, nous souhaitons aider les personnes âgées à rester en contact avec leurs proches et leur permettre une autonomie grâce à cette technologie. Ce projet est motivant et nous en sommes très fiers. » affirme François Boudreau, directeur de l'AQDR Montmagny-L'Islet.

Pour toute question concernant le projet *Aînés Branchés*, n'hésitez pas à contacter L'AQDR Montmagny-L'Islet, par téléphone au 418-247-0033 ou par courriel à aqdrislet@globetrotter.net.

AQDR Montmagny-L'Islet



MILIEU ÉDUCATIF
À HORAIRE ATYPIQUE
MÉHA LES NOCTAMBULES

Rapport des derniers mois

Novembre 2020

- ◆ Fin des rénovations (un gros merci à Roby T. Construction)
- ◆ Grande semaine des tout-petits (5 activités et 31 présences)
- ◆ Installation de la clôture pour la zone de jeux extérieure
- ◆ Fin de la campagne de financement des chaînes pour masque (65 chaînes vendues)
- ◆ 7 activités en novembre (50 présences pour 21 enfants différents)

Décembre 2020

- ◆ 2 jours de dépannage scolaire (14 présences)
- ◆ 1 nuit magique au MÉHA (5 présences)
- ◆ Distribution d'un document d'information dans le publisac de L'Islet-Sud
- ◆ 2e réunion d'équipe
- ◆ 10 activités (67 présences pour 25 enfants différents)

Janvier 2021

- ◆ Ouvert malgré la pandémie et le couvre-feu
- ◆ Préparation de la vidéo de l'ouverture officielle virtuelle (Surveillez notre page Facebook)
- ◆ Préparation de la promotion de février
- ◆ 7 activités (43 présences pour 26 enfants différents)

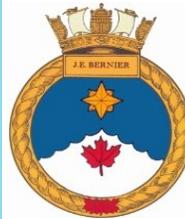
« Surveillez notre belle programmation en nous suivant sur Facebook "noctambules" »

Annick Bélanger, coordonnatrice
MÉHA les Noctambules



Proudly celebrating 125 years!
Célébrons fièrement 125 années!
Oceans of opportunity. Une mer de possibilités

Ligue navale du
Canada, Succursale L'Islet
-sur-Mer



CCMRC J.E. BERNIER

Chronique mensuelle **Bourses d'études**

Lorsqu'arrive le printemps, il est temps pour nous de préparer les demandes de Bourses d'études pour nos cadets qui poursuivront des études post-secondaires à l'automne prochain. Deux types de bourses d'études sont offertes aux cadets de la Marine royale canadienne.

Les bourses sont attribuées en se basant sur le parcours de cadet, les résultats scolaires, la participation sociale à titre de bénévole, la reconnaissance de la communauté et la qualité globale de l'application.

Bourse de la Fondation pour l'Éducation des Cadets de la Marine royale canadienne

La Fondation pour l'Éducation des Cadets de la Marine royale canadienne accorde à chaque année des bourses aux Cadets de la Marine royale canadienne :

- ⇒ Qui font leur entrée en première année d'un programme menant à un diplôme d'études collégiales ou universitaires;
- ⇒ Ou un programme de formation postsecondaire menant à la certification dans une profession reconnue;
- ⇒ Ou pour la deuxième année du programme si le cadet continue à participer activement au programme des cadets de la Marine durant toute l'année.

La valeur des bourses va de **1 000 \$ à 5 000 \$** par cadet.

Bourse commémorative Honorable contre-amiral Fred Mifflin (Maritime)

La Ligue navale du Canada offre une bourse

d'études des affaires maritimes appelée Bourse commémorative Honorable contre-amiral Fred Mifflin.

La bourse, d'une valeur de **3 000 \$**, est financée en commun par l'Association des officiers de marine du Canada et la Ligue navale du Canada.

Cette bourse est offerte aux cadets de la Marine qui s'inscrivent en première année à des études collégiales ou universitaires dans une spécialisation ayant trait à la marine ou aux affaires maritimes.

Anniversaires du mois de Mars

Nous désirons souhaiter un Joyeux anniversaire aux cadets suivants :

- Mat3 Jacob Robin le 6 mars
- Mat1 Justin Simard le 15 mars

Inscription

Le Programme des cadets s'adresse à tous les jeunes, de 12 à 18 ans inclusivement. C'est un mouvement à vocation communautaire qui permet aux jeunes de réaliser des activités hors du commun, amusantes et entièrement gratuites. Parmi les activités proposées au CCMRC J.E. Bernier, on compte le biathlon, la musique, la voile, le tir de précision, le matelotage, la plongée sous-marine et BIEN PLUS!

L'inscription dans le programme des Cadets de la Marine peut se faire en tout temps. Pour plus d'information ou pour vous inscrire, contactez le commandant du CCMRC J.E. Bernier, Ltv Dany Garant, au 418 291-4055 ou, par courriel, au 260marine@cadets.gc.ca. ✉

Facebook : CCMRC 260 J.E. Bernier

Instagram : 260jebarnier



Être bénévole à la Croix-Rouge, ça vous dirait?

Je suis bénévole à la Croix-Rouge depuis presque 5 ans. En mai, 2016, j'étais la seule bénévole sur le territoire du Grand L'Islet. Depuis, 2 autres bénévoles se sont jointes à moi. Nous formons dorénavant une équipe.

J'ai eu la chance à l'été 2016 de me joindre à l'équipe déployée pour venir en aide aux sinistrés des feux de Fort McMurray. Par la suite, plus près de nous, je suis intervenue à quelques reprises avec des familles sinistrées par un incendie en les accueillant et en leur offrant soutien et réconfort avec les différents services tels hébergement, habillement, alimentation selon leurs besoins.

À l'automne 2019, nous étions 2 bénévoles du Grand L'Islet à s'allier à l'équipe de La Pocatière pour accueillir et offrir des services aux sinistrés d'un incendie d'un bloc appartement tout entier. A cette occasion, des volontaires de l'équipe de Rivière-du-Loup étaient également venus en renfort.

Pourquoi la Croix-Rouge?

À cause de ses principes fondamentaux auxquels j'adhère tels l'humanité, l'impartialité, l'universalité pour n'en nommer que quelques-uns. Aussi parce que mon implication me permet d'aller aider au-delà des frontières de la région. La Croix-Rouge est connue mondialement pour apporter son expertise lors de drames humains. Localement, nous avons été témoins de ce savoir-faire lors de l'incendie à la

résidence pour personnes âgées de L'Isle-Verte et au Lac Mégantic. Voici d'autres exemples de déploiement qui ont fait appel à des bénévoles de tout le Québec dans les dernières années : les inondations dans différentes localités, l'arrivée massive des migrants, le verglas au Nouveau-Brunswick, la collaboration dans la situation actuelle qu'est la pandémie, etc.

S'impliquer dans les déploiements, c'est en même temps faire la connaissance de personnes extraordinaires, de sentir la solidarité de groupe et surtout de vivre le sentiment d'avoir fait la différence pour des personnes en détresse et dans le besoin.

L'implication dans les déploiements est optionnelle. Un bénévole peut décider de s'impliquer seulement dans sa région.

La Croix-Rouge offre à ses bénévoles beaucoup de formations et d'informations. Au printemps 2018, il y a eu une simulation d'un traversier en feu sur le fleuve et nous étions une centaine de bénévoles à s'exercer pour accueillir et répondre aux besoins des sinistrés. Évidemment en période de pandémie, tout se fait en conférence Zoom. Chaque équipe est guidée par un responsable d'intervention salarié de la Croix-Rouge.

Période de recrutement

Nous sommes actuellement en période de recrutement afin de compléter notre équipe du Grand L'Islet. Un citoyen résidant dans L'Islet-Sud serait

apprécié car nous sommes 3 bénévoles du Nord de L'Islet. Cependant, bienvenue aux personnes du Nord de L'Islet qui se montreraient intéressées.

Pour ce faire vous n'avez qu'à vous inscrire sur Partenaire Croix-Rouge sur le site internet de la Croix-

Rouge. <https://www.partenairescroixrouge.ca/>.

Si vous avez des questions, vous pouvez téléphoner à Suzanne Lemieux au 418-241-9167 ou Carole Gauthier au 418-808-6450

Au plaisir de vous accueillir! ✍

Carole Gauthier

Humeurs en vrac d'une chroniqueuse

La carte mémoire

J'ai reçu un appel cette semaine qui m'a vraiment fait chaud au cœur. Une amie de feu ma mère me disait avoir fait du ménage dans ses choses et être tombée sur une carte venant de maman. Ma mère avait une belle main d'écriture, jamais sa calligraphie ne s'est altérée ou modifiée de son vivant. Son amie m'a dit : "Je ne veux pas te faire pleurer mais cette carte porte un beau message qui, je crois, te fera plaisir de lire".

Dans l'attente de lire la carte, je me suis rappelée avoir fait une bêtise il y a quelques années. Quand je suis déménagée, j'ai choisi d'épurer ma nouvelle maison, de me défaire d'une partie de mes souvenirs pour repartir à neuf. Quelle idée! C'est en lisant le message de ma mère, écrit il y a plus de vingt ans, que j'ai réalisé mon erreur. Bien sûr ma mémoire se souvient de plusieurs choses, mais je n'ai pas l'exactitude des sentiments de mes premiers amoureux en tête, mes souvenirs sont flous quand j'essaie de me rappeler de certaines amitiés d'enfant. J'ai jeté mes journaux intimes qui étaient griffonnés de petites anecdotes anodines, mais qui, me feraient probablement sourire dans dix, vingt ou quarante ans quand mes petits-enfants me demanderont comment c'était ma vie dans l'ancien temps.

La mémoire est une faculté qui oublie malheureusement. Non seulement elle oublie, mais parfois elle transforme un peu la réalité au fil des années qui passent. Elle adoucit les souvenirs trop difficiles et enjolive ceux qui sont plus ternes. Parfois, la mémoire efface même tous les souvenirs ; si jamais ça m'arrive, je vais encore plus regretter ma purge de papperasse.

Ma mère a quand même semé, dans ma vie, suffisamment de choses pour que je ne l'oublie pas.

Puis, je parle souvent d'elle à mes enfants qui ne l'ont pas connue. Si jamais ma mémoire s'envole en vieillissant, ils pourront me raconter.

En ne voulant pas m'encombrer, je me suis délestée d'une partie de moi qui voudrait refaire surface aujourd'hui. On dirait que j'aimerais puiser dans ma boîte à mémoire pour me rapprocher un peu de celle que j'étais jadis : la jeune fille insouciant qui gribouillait sa vie dans des cahiers aux pages colorées.

Si jamais l'idée de refaire du ménage me reprend, je vais repousser le projet jusqu'à ce que je l'oublie, pour ne plus oublier. ✍

N.D.L.R. : Cette chronique "Humeurs en vrac d'une chroniqueuse", sera publiée mensuellement dans votre journal. Nous avons eu l'idée de lancer cette chronique qui se veut un moment de lecture amusant, de réflexions et d'échanges sur différents sujets mélangés d'émotions de la vie quotidienne.

Je vous invite à partager vos réflexions en vous rendant sur notre site Internet : echodenhaut.org, cliquez sur l'onglet « Chroniques » et choisissez celle que vous voulez lire et/ou commenter.

Le journal l'Écho d'en Haut Inc., se garde le droit de modifier, écourter ou encore refuser de publier certains commentaires pouvant causer préjudice. Au plaisir de vous lire !

Des nouvelles de vos associations...



Votre club est heureux de vous annoncer que nous augmentons notre nombre de km 4 saisons. Le sentier de la Madrid, du lac Therrien à Tourville jusqu'au fond du rang Terrebonne sera entretenu toute l'année.

Nous vous rappelons que la carte de membre annuelle est toujours disponible.

Il est aussi possible de vous procurer des droits d'accès journaliers ou de séjours (3 jours).

Visitez notre site pour plus de détails ou contactez-nous.
<https://defricheurs.fqcq.qc.ca/vignette/>

Soyez prudents en sentier, n'oubliez pas de respecter en tout temps les mesures sanitaires.

Profitez bien de la nature et du plaisir de pratiquer votre sport. ✍

Valérie Desrosiers, publiciste

Le Havre des Femmes

NOUS SOMMES LÀ POUR TOI !
 24 HEURES SUR 24
 7 JOURS SUR 7

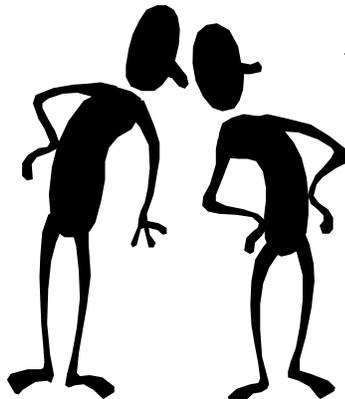
☎ 418 247-7622
 🌐 lehavredesfemmes.com
 📍 Le Havre des Femmes

Les mesures sanitaires peuvent nous aider à éviter d'être infectées par le coronavirus mais elles n'offrent aucune protection contre la **VIOLENCE CONJUGALE**

NOUS, NOUS POUVONS LE FAIRE !

NOUS OFFRONS

- de l'hébergement pour toi et tes enfants
- des rencontres individuelles
- de l'accompagnement dans tes démarches
- de l'écoute téléphonique



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...



Transport Adapté Collectif L'Islet-Sud

Pour répondre aux mesures sanitaires que nous demande notre gouvernement, nos bureaux sont fermés au public pour une période indéterminée.

Vous pouvez nous contacter par téléphone au 418-356-2116 ou par courriel au transadaptelisletsud@globetrotter.net

Nous sommes toujours en opération si vous avez besoin de nous pour vos déplacements.

Karine Bernier, dir,
Transport Adapté et Collectif
L'Islet -Sud et Accès L'Islet
35 Principale, Bur.210
St-Pamphile, Qc.
G0R3X0
Téléphone : 4 18-356-2116
Télécopieur : 418-356-2115
www.transadaptelislet.ca



VESTIAIRE COMMUNAUTAIRE

Le vestiaire communautaire est situé au 296, du Foyer Nord (ancien local des Ambulances L'Islet-Sud).

Une belle équipe se fait un plaisir d'y travailler et de classer les belles choses que vous nous apportez pour leur donner une deuxième vie : vêtements propres, décorations, articles de cuisine, livres, revues, etc. Mais pas de meubles.

**** Prenez note que le vestiaire est de nouveau OUVERT**.**

LE VESTIAIRE EST OUVERT

TOUS LES JEUDIS :
de 11 h à 16 h.

Le troisième jeudi du mois, soit le 18 mars, de 11 h à 17 h.

Venez magasiner en toute sécurité et à petit prix.

Apportez votre couvre-visage. Merci de respecter les consignes.

Gisèle, présidente au 418 356-5012 ou Lise au 418 356-2235 et aux heures d'affaires : 418 710-2037. ✉



**CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE
DES MRC DE MONTMAGNY ET DE L'ISLET**

Vous êtes à l'emploi et vous êtes un proche aidant ?

Le CABML peut vous aider à aborder la question de conciliation travail-famille-proche aidance.

Nous pouvons vous aider à :

- Comprendre votre rôle de proche aidant.
- Trouver des moyens pour diminuer les impacts financiers reliés à la proche aidance.
- Trouver des moyens de garder un équilibre dans les sphères de votre vie, tout en maintenant votre emploi.

***** Rencontre en entreprise ou à l'organisme ou à domicile *****

Contactez une intervenante au 418-248-7242 poste 107 ou envoyez un courriel à am.belanger@cecb.ca ✉

Anne-Marie Carlos-Bélanger

**TIRAGE AU PROFIT DE LA
FABRIQUE DE
SAINTE-PERPÉTUE POUR
LA TRANSFORMATION DE
SON ÉGLISE EN
COLLABORATION AVEC LA
MÉDIATHÈQUE L'HÉRITAGE
DE L'ISLET-SUD**



Loterie Médiathèque 2021

10 000 \$ en prix

Nouveauté:

3 tirages par mois :

1^{er} prix 600 \$

2^e prix : 200 \$

3^e prix 200 \$

Le billet est éligible à chaque mois.

Tirage le 3^e dimanche du mois à partir du 21 mars 21.

Pour réservation:

Christine Bélanger (418) 359-3457, responsable ✉

**Encourageons
nos organismes**

Des nouvelles de vos associations...



L'ARRÊT AU PUIT DIOCÈSE DE SAINTE-ANNE-DE-LA- POCATIÈRE 1^{er} DIMANCHE DU CARÊME - ANNÉE B 21 FÉVRIER 2021

La PAROLE du dimanche Dieu dit à Noé et à ses fils: «Voici que moi, j'établis mon alliance avec vous, avec votre descendance après vous, et avec tous les êtres vivants qui sont avec vous.»

(Genèse 9,8-10a)

Le baptême ne purifie pas de souillures extérieures, mais il est l'engagement envers Dieu d'une conscience droite et il sauve par la résurrection de Jésus-Christ.

(1 Pierre 3,21b)

Jésus venait d'être baptisé. Aussitôt l'Esprit le pousse au désert et, dans le désert, il resta quarante jours, tenté par Satan. Il vivait parmi les bêtes sauvages, et les anges le servaient.

(Marc 1,12-13)

Au cœur de la PAROLE

Les textes d'aujourd'hui nous présentent deux symboles : l'eau et le désert. L'eau qui, au temps du déluge, tente de détruire le mal sur la terre en épargnant les occupants de l'arche. L'eau du Jourdain où Jésus reçoit le baptême, la confirmation de son identité et de sa mission. Et le désert, où l'Esprit le pousse et où Satan le met à l'épreuve. Jésus épouse notre condition humaine, sauf le péché. Il résiste aux propositions mensongères du Malin en s'appuyant sur sa relation à son Père et sur l'Écriture. On rapporte qu'au désert, «il vivait parmi les bêtes sauvages et que les anges le servaient.»

La PAROLE dans ma vie

❖ Cette alliance que Dieu établit avec Noé nous concerne aussi, nous sommes de sa lointaine descendance. Comment est-ce que j'accueille aujourd'hui cette promesse et qu'est-ce que je découvre de son auteur?



Secteur L'Islet-Sud



Paroisses

Saint-Adalbert	418 356-5171	stadalbert@diocese-ste-anne.net
Tourville	418 359-2314	stclement@diocese-ste-anne.net
Sainte-Félicité	418 356-3308	stefelicite@diocese-ste-anne.net
Saint-Marcel	418 356-2651	stmarcel@diocese-ste-anne.net
Saint-Omer	418 356-2624	stomer@diocese-ste-anne.net
Saint-Pamphile	418 356-3308	stpamphile@diocese-ste-anne.net
Sainte-Perpétue	418 359-2951	steperpetue@diocese-ste-anne.net

Équipe d'Unité

Michel Talbot, prêtre responsable 418 248-3663 #1 mtalbot1959@gmail.com Juan
Fernando Moreno, ptr 418 894-4235 jufemobu@hotmail.com

Collaborateur :

Roger Fortin, ptr 418 359-3277 fortinroger02@gmail.com

Site WEB de l'Unité Missionnaire Ouest

<http://www.unite22.com>

COMMUNIQUÉ

Pour des funérailles, seulement 25 personnes peuvent se rassembler dans un lieu de culte et pour les messes dominicales, aucune assistance ne sera admise dans l'église. Pour Saint-Pamphile, il y aura des célébrations à **huis clos** seulement, aux heures habituelles, par Guy Chouinard Câble T.V.

Merci de votre compréhension et de votre collaboration.

❖ En quoi les paroles de saint Pierre m'aident-elles à relire mon engagement baptismal ?

❖ Cet épisode de la vie de Jésus ressemble à ce que nous expérimentons tous au quotidien en temps d'épreuve, de solitude, de «désert»: les tentations. Comment ce récit peut-il m'inspirer en entrant dans ces quarante jours vers Pâques?

MÉDITATION et prière

En ce début de Carême, tournons-nous confiants vers le Seigneur et prions d'un même cœur avec le psalmiste :

Seigneur, enseigne-moi tes voies. Fais-moi connaître ta route.

Dirige-moi par ta vérité, enseigne-moi, car tu es le Dieu qui me sauve. Tes chemins, Seigneur, sont amour et vérité pour qui garde ton alliance.

Psaume 24 (25), 4-5ab,10

Lampe du sanctuaire - L'illumination du clocher !

Une dévotion particulière s'est développée pour la veilleuse qui révèle la présence du Christ sous la forme du pain eucharistique; la lampe du sanctuaire. Pendant qu'elle brûle, le donateur présente son intention au Seigneur. C'est pourquoi nous pouvons l'inscrire au feuillet afin que d'autres personnes puissent prier aussi sur le même dessein.

Lorsque nous allumons un lampion,

Des nouvelles de vos associations...

c'est aussi présenter sa prière, mais privément.

Pour ce qui est de l'illumination du clocher, c'est un don que vous faites pour aider à payer l'électricité que demande l'éclairage du clocher de l'église. Il ne doit pas y avoir une intention s'y raccordant.

Les reçus pour fin d'impôt sont faits pour ceux qui ont des enveloppes pour la quête. Pour les autres paroissiens, nous vous demandons de bien vouloir téléphoner avant de venir le chercher, car nous les imprimons sur demande seulement.

Loterie Fabrique-Médiathèque 2021 100\$ du billet, au profit de la transformation de l'église de Sainte-Perpétue. 10 tirages à partir du 21 mars 2021. Le billet est éligible à chaque tirage. 3 prix à chaque mois : 1er prix 600 \$, 2e prix 200 \$ et 3e prix 200 \$.
Pour information : Rejoindre Christine Bélanger au 418 359-3457. En vente aux Pharmacies Familiprix.

Prendre note que l'abbé Fernando Moreno sera absent du 1er au 27 mars inclusivement. Nous lui souhaitons de belles vacances.



**À TOUTES LES MEMBRES
DES CERCLES DE
FERMIÈRES DU QUÉBEC**

INFO ARTS TEXTILES
** Important **

*Message transmis par Mme Marielle Péloquin, responsable provinciale
Comité Arts textiles*

Message à transmettre à toutes les

membres sans exception

La pandémie nous force à prendre des décisions difficiles.

Actuellement, les locaux de Cercles sont fermés, à la suite de la directive gouvernementale.

Compte tenu de la situation actuelle, il faut se rendre à l'évidence qu'en juillet 2021 le Congrès provincial, tel que nous connaissons les Congrès CFQ, n'aura pas lieu.

En conséquence, pas de Congrès, pas d'EXPOSITION et pas de Concours d'artisanat textile.

Ce qui signifie que les responsables régionales et les responsables de Cercle n'ont pas de pièces à ramasser.

Les artisanes qui ont confectionné des pièces des deux Concours d'artisanat textile, soit 2019-2020 et 2020-2021 doivent les garder et non les envoyer à la responsable régionale.

Il faut cependant se rappeler qu'au moment de présenter une pièce au Concours d'artisanat textile, l'artisane doit toujours être membre en règle des CFQ.

Autre effet de la pandémie,

- En juillet 2021, il n'y aura pas de nouveau cahier Concours.
- Le Concours d'artisanat textile 2020-2021 sera reconduit.
- La seule nouveauté prévue concernera une technique à l'étude. ✍

Fière d'être Fermière et toujours debout dans la tourmente!

Diane Bérubé, présidente
Cercle de Fermières Saint-Pamphile

**Encourageons
nos organismes**



SERVICE D'AIDE
EN IMPÔT
PROGRAMME
DES BÉNÉVOLES
DEPUIS 1988



ASSOCIATION DE LOISIRS
POUR PERSONNES HANDICAPÉES
DE L'ISLET-SUD

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.

INFORMATIONS IMPORTANTES!

Vous avez déjà utilisé les services d'impôts l'an dernier, vous serez contactés pour la prise de rendez-vous. **NE PAS VOUS PRÉSENTER SANS RENDEZ-VOUS !!!**

Pour les nouvelles demandes, communiquer avec Mme Marie-Josée Bélanger, directrice au 418 234 0031 pour prévoir votre rencontre avec un bénévoles.

ENDROIT : L'équipe de bénévoles vous accueillera au local de L'ALPHIS au 164, rue de l'Église Ouest, par la porte avant.

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

BÉNÉVOLES : Mme Marlène Bourgault, M, Robert Martin. ✍

Colorie-moi !

Colorie ce dessin de Pâques et dépose-le
ou poste-le au journal :

Écho d'en Haut Inc., 35, Principale, Bureau 209, Saint-Pamphile, G0R 3X0
ou chez **St-Pamphile Fleuriste** : 431, Principale, Saint-Pamphile.

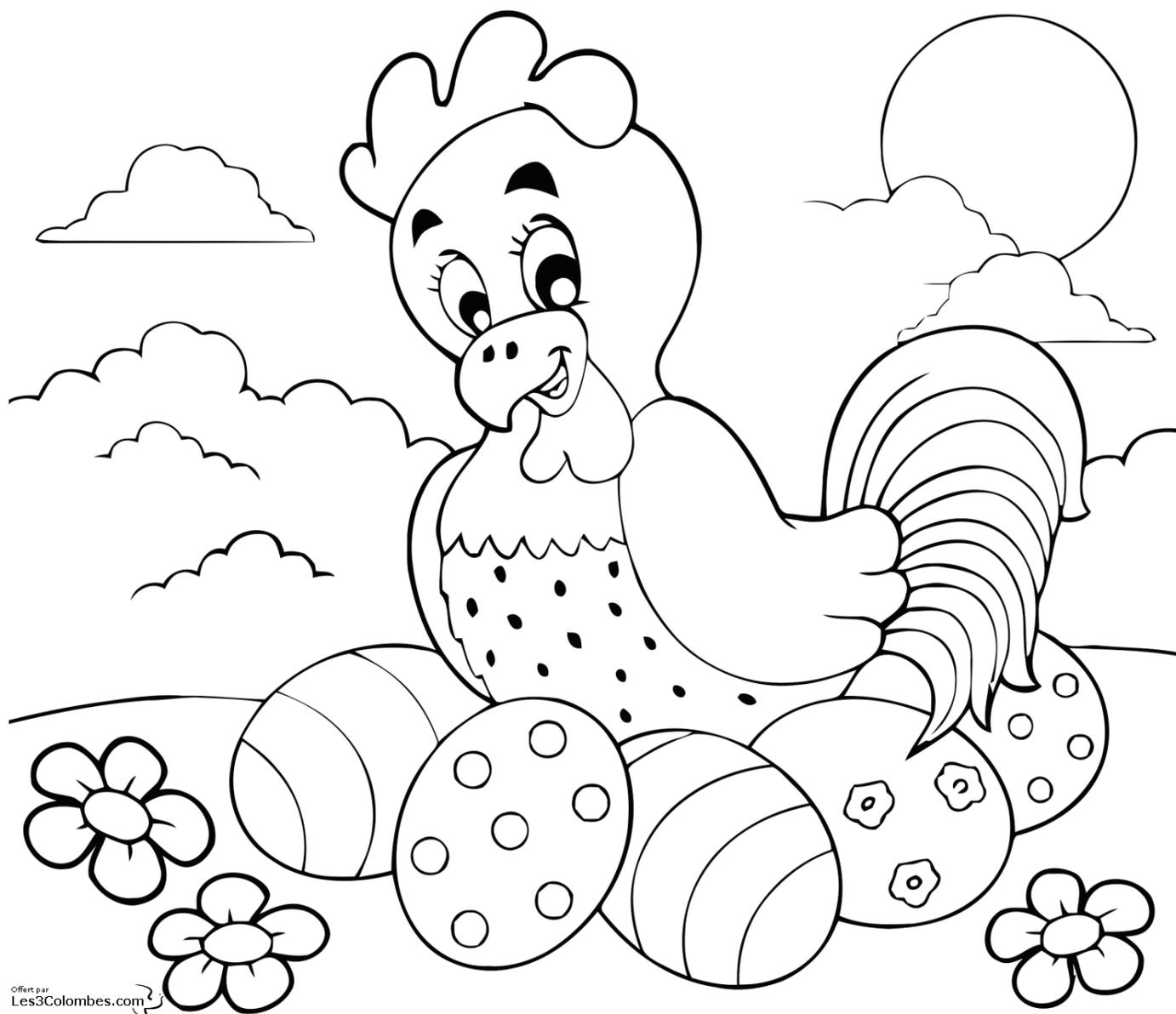
Cours la chance de gagner
une magnifique surprise de
Pâques offerte par
St-Pamphile Fleuriste

**Le tirage au sort aura lieu
le mercredi 31 mars à 16 h !**

Joyeuses Pâques !

Nom: _____
Adresse : _____

Âge : _____
Téléphone : _____



Offert par
Les3Colombes.com





CORPORATION
DE DÉVELOPPEMENT
COMMUNAUTAIRE
DE SAINT-AUBERT INC.

La Fête des Sucres 2021 de Saint-Aubert

L'an dernier, nous avons présenté la 25^e édition de la Fête des Sucres de Saint-Aubert. Cette activité qui a connu encore une fois un vif succès a eu lieu les 7 et 8 mars 2020, soit quelques jours précédant le déclenchement des diverses mesures de prévention relatives à la COVID-19.

Cette année, en raison de la propagation du virus et de la situation sanitaire, il va de soi que nous ne sommes pas en mesure de présenter cet événement auquel la population prend grand plaisir à participer et qui nous tient à cœur.

Je profite de l'occasion pour remercier les gens de la région et de l'extérieur qui ont participé à nos

activités au cours des dernières années ainsi qu'à nos nombreux commanditaires, car sans eux la Fête des Sucres ne pourrait avoir lieu.

Nous espérons que les conditions seront favorables pour nous permettre de présenter la fête des sucres de Saint-Aubert au printemps 2022

Nous vous souhaitons santé et succès tout au long de 2021.

Encore une fois merci et à l'an prochain. ✍

Raymond Picard,

Responsable du comité organisateur.

Petites annonces

LOGEMENT À LOUER

3 pièces 1/2 à louer au village de Saint-Just-de-Bretenières, libre le 1^{er} juillet 21.
Téléphonez au : 418-369-8347

PRIÈRE INFALLIBLE

Prière infallible à la Vierge Marie: Fleur toute belle du Mont-Carmel, vigne fructueuse, splendeur du ciel, Mère bénie du Fils de Dieu, assistez-moi dans mes besoins. Ô Étoile de mer, aidez-moi et montrez-moi ici même que vous êtes ma Mère. Ô Sainte Marie, Mère de Dieu, reine du ciel et de la terre, je vous supplie du fond du cœur de m'appuyer dans cette demande (formuler ici sa demande). Personne ne peut résister à votre puissance. Ô Marie conçue sans péché, priez pour nous qui avons recours à vous (3 fois). Sainte Marie, je remets cette cause entre vos mains (3 fois). Faites cette prière 3 jours de suite et vous devez ensuite la publier. La faveur sera obtenue.
M. P.

REMERCIEMENTS DE SYMPATHIE



M. Robert Chouinard

Nos remerciements les plus sincères à tous ceux et celles qui ont partagé notre chagrin, lors du décès de monsieur Robert Chouinard survenu le 6 décembre 2020.

Toutes les marques de sympathies nous ont été d'un grand réconfort et furent très appréciées.

Que chacun de vous trouve dans ces remerciements l'expression de notre reconnaissance et les considère comme étant adressés personnellement.

Son épouse Denise, ses enfants, petits-enfants
et arrière-petits-enfants

20^e ANNIVERSAIRE DE DÉCÈS



M. Valère Chouinard

2001 - 2021

Cher époux,
Cher papa,

À la douce mémoire d'une personne dont la présence nous manque toujours autant.

Ton souvenir nous accompagne tous les jours et tu es toujours dans nos cœurs et dans nos vies.

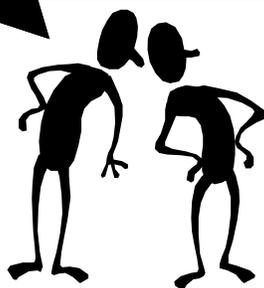
Continue de veiller sur nous.

Ton épouse Gemma, tes enfants :
Pierre, France, Marie-Christine, Monique et Martin
ainsi que leur famille.

Petites annonces

**VOTRE JOURNAL
VOUS INFORME ...**

Prenez note que
le bureau de l'Écho d'en
Haut
sera **fermé** pendant la
période
du 8 au 12 mars.



**EMPLOYÉ
ACÉRICOLE ET
FORESTIER
RECHERCHÉ**

418-223-3832
Demandez
Jérôme ou Noémie
bistreauderable.com

Le Bistreau d'érable

JOURNAL L'ÉCHO D'EN HAUT INC.

35, Principale, bureau 209, Saint-Pamphile, G0R 3X0
418-356-5491 - Courriel : info@echodenhaut.org

Site : echodenhaut.org

Heures d'ouverture : Du lundi au jeudi :
de 8 h à 12 h et de 13 h à 17 h

L'Écho d'en Haut Inc. se garde toujours le privilège de modifier ou d'écourter certains textes ou encore de refuser de publier des articles, telles les lettres d'opinions et autres, pouvant causer préjudice.

Impression : Groupe Audaz Inc. de
Saint-Georges de Beauce



Dépôt légal :
Bibliothèque nationale du Québec
Bibliothèque nationale du Canada
ISSN0822-174X

Journal
membre de

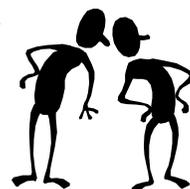
AMECQ
ASSOCIATION DES MÉDIAS ÉCRITS
COMMUNAUTAIRES DU QUÉBEC

Date de tombée :

22 mars 2021

Date de parution :

7 avril 2021



Liste de prix pour la publicité mensuelle en 2021 (taxes en sus)

Carte d'affaires :	38 \$	1/2 page :	103 \$
1/8 page :	42 \$	2/3 page :	133 \$
1/6 page :	47 \$	3/4 page :	148 \$
1/4 page :	63 \$	1 page :	199 \$
1/3 page :	76 \$	Couleur :	46 \$

Le journal l'Écho d'en Haut Inc., reçoit un soutien du
ministère de la Culture et Communications Québec dans le cadre du programme
Aide au fonctionnement pour les médias communautaires. Sincèrement merci !

Culture
et Communications
Québec

FAITES COMME MAUDE

Inscrivez-vous à la formation Lancement d'une entreprise

Un incontournable pour se lancer en affaires!

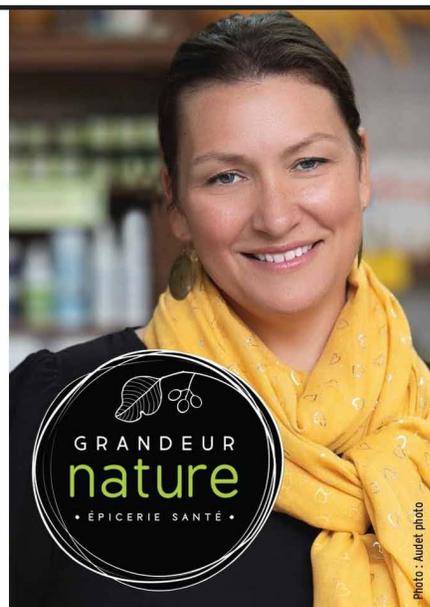
DÉMARRAGE | RELÈVE | ACQUISITION

Ateliers en soirée • À distance ou en présence

418 248-2370, poste 4770
entrepreneuriat-quebec.com



Centre de formation
professionnelle
de l'Envolée



EMPLOIS D'ÉTÉ

au Service des loisirs de Saint-Pamphile

La piscine municipale recherche...

- Surveillant-sauveteur
 - Assistant-surveillant-sauveteur
 - Moniteur en sécurité aquatique
- Horaires variables, temps plein ou temps partiel

Date limite pour postuler: 26 mars



Pour la maintenance, on a besoin...

Préposé au bloc sanitaire, au
soccer et au baseball

Disponibilité des candidats: Mi-mai à mi-septembre
Responsabilités: Ouverture, fermeture et entretien
du bloc sanitaire et des toilettes du baseball,
préparation des terrains de baseball et de soccer

Date limite pour postuler: 1 avril

Le Terrain de jeux recrute!

- **Coordonnateur du Terrain de jeux**
Disponibilité du candidat: Mi-juin à mi-août
Expérience: 1 saison minimum

- **Animateur du Terrain de jeux**
Disponibilité du candidat: 28 juin au 20 août

- **Animateur en accompagnement**
Disponibilité du candidat: 5 juillet au 20 août
Atout: Avoir complété au minimum une année
d'études collégiales dans un domaine relié

- **Animateur du service de garde**
Disponibilité du candidat: Fin juin au 20 août

Date limite pour postuler: 26 mars

Important! Pour information: 356-5501

Compte tenu de la situation de Covid-19, ces informations pourraient être sujettes à changement.

Les candidats désireux d'occuper un emploi d'été au Service des loisirs de Saint-Pamphile doivent répondre aux critères d'embauche. À chaque année, il faut resoumettre sa demande. Les candidatures doivent être envoyées par courriel à l'adresse loisirs@saintpamphile.ca et seront acceptées jusqu'à 13 h à la date limite.



Vous planifiez changer vos PORTES et FENÊTRES ?



Centre de Rénovation Maurice Jalbert inc.

Centre de Rénovation

652, route Elgin Nord,
Saint-Pamphile

418 356-3352

Fax.: 418 356-3353



Matériaux | Quincaillerie | Location d'outils |
Peinture Sico et Beauti-Tone | Décoration |
Portes et fenêtres | Vente et pose de prélat |
Service aux entrepreneurs

DUCHESNE
Fiable. Simplement.

HILTI
Outils et accessoires

Déco-Rampe

ROYAL
Solutions de bâtiment



PERMACON



Revêtement d'ingénierie
Maibec CanExel

vicwest
PRODUITS DE BÂTIMENTS



DIMENSIONS
PORTES | FENÊTRES

KAYCAN

Pour vos projets d'entretien et de rénovations à venir,

pensez



Commandez dès maintenant votre motoneige SNOWCHECK 2022 !

*** MODÈLES EXCLUSIFS - NOMBREUX AVANTAGES ***



PERSONNALISEZ-LA POUR L'ADAPTER À VOTRE STYLE !

Détails en magasin ou sur polaris.com



FINANCEMENT À 0 % sur approbation du crédit. Détails en magasin.



Service - Vente - Pièces - Vêtements - Accessoires
458, PRINCIPALE / SAINT-PAMPHILE
418 356-3350 / www.cisports.ca



OUVERT

LUNDI au VENDREDI : 9 h à 17 h
SAMEDI : 9 h à midi