

L'ÉCHO D'EN HAUT

JOURNAL COMMUNAUTAIRE

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

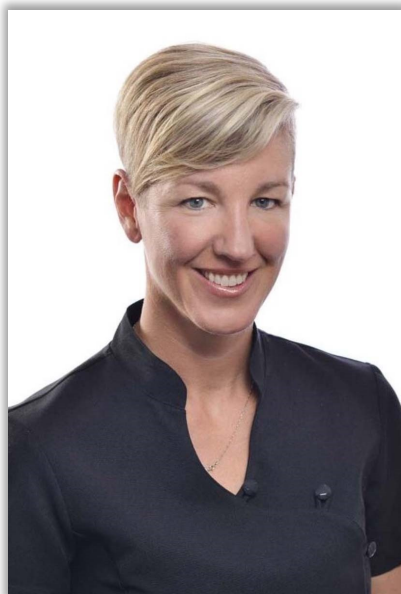
www.echodenhaut.org

Vol. 38 N° 2 | Avril 2021 | 3 100 copies | MENSUEL GRATUIT

« Gens de chez nous ! »

*Ce mois-ci, nous vous présentons le parcours de
Dre Andrée Flamand et de Sœur Marilou Bernier*

**Bon repos
Normand !**



Pages 3-4



Pages 10 à 12



Pages 6-7



Pages 8-9

Un phénomène naturel rare. Pages 13-14
Choisir l'entreprise collective. Pages 16-17

**Porte ouverte au MÉHA
Les Noctambules**

GROUPE SYNERGIES
services financiers
CABINET DE SERVICES FINANCIERS



YOLAND BELANGER

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

SFL PLACEMENTS*

202-7777, boul. Guillaume-Couture
Lévis (Québec) G6V 6Z1
Bur: 418.837.2421
Bur: 418.356.5364
Sans frais: 1.866.356.5364
Rés: 418.356.5455
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
APCHA

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

Buanderie en Folie!

Amana
PROMO DUO ÉCONO

1 099\$



La légendaire
Maytag

L'ensemble
1 399\$

Fatigué de remplacer vos électros fréquemment? Voici la solution!

La durabilité!
Incroyable
mais vrai!
Buanderie commerciale
Laveuse
GARANTIE 7 ANS

Laveuse
1 499\$

HÂTEZ-VOUS!



Mobilier inclinable

Fauteuil
599\$

PROMO

Sofa
999\$



Elran
« NOUVEAUTÉ »

Personnalisez votre mobilier à votre goût!
Choisissez l'assise, le style du dossier et des bras!



Notre galerie matelas

« LE PROMO SPÉCIAL »

- 608 ressorts
- Supports latéraux
- Euro Top

39"
299\$

54"
399\$

60"
499\$



FABRIQUÉ AU QUÉBEC

Promo Mars 2021

Matelas en boîte – Format Queen – Confort
Moelleux – 800 ressorts ensachés – Plateau coussiné

FABRIQUÉ AU QUÉBEC



PROMO 699\$

Rég. 1 199\$

HÂTEZ-VOUS!



378, rue Principale
Sainte-Perpétue (Québec) G0R 3Z0
Tél. : **418 359-2424**

www.gagnonmeubles.com

**VOTRE MAGASIN DE CONFIANCE
DEPUIS TROIS GÉNÉRATIONS**

Nos heures d'affaires :

Lundi au mercredi.... 8 h 30 à 17 h
Jeudi 8 h 30 à 20 h
Vendredi 8 h 30 à 17 h 30
Samedi 8 h 30 à 15 h

21APR121

Gens de chez nous! On se retrouve!

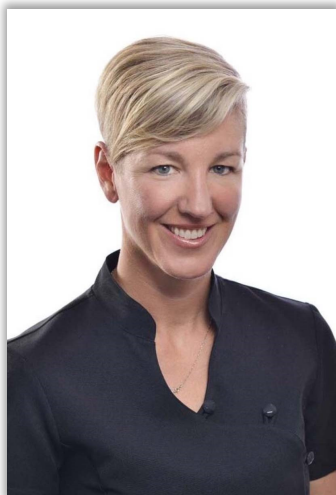
Dre Andrée Flamand Dentiste propriétaire

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 Andrée Flamand,
native de Saint-Pamphile.**

PAR MARIE-ÈVE FRANCOEUR

Les jeunes de la région doivent souvent s'expatrier pour leurs études, ça les amène aussi à trouver leur emploi et bâtir leur avenir loin du nid familial. Qu'à cela ne tienne, voici une autre réussite, je vous présente : Andrée Flamand, fille de feu monsieur Marcel Flamand et de madame Denise Leblanc. Elle a un frère et une sœur: Marc et Chantal.



Après l'obtention de son diplôme d'études secondaires en 1993, Andrée ira étudier au cégep de La Pocatière en science de la nature. Elle se dirigera vers l'université de Montréal pour quatre ans en médecine dentaire. Faire un doctorat mineur implique plusieurs heures de cours par semaine (jusqu'à 40 heures) et stages inclus. Tous les domaines de la santé l'intéressaient, elle opta pour la médecine dentaire car en plus de la santé, c'est le niveau humain qui l'attirait, travailler avec et pour les gens.

L'adaptation fut laborieuse de Saint-Pamphile à Montréal seule, le décès de son père encore frais à sa mémoire. Elle persévéra en se disant: « il ne faut jamais baisser les bras ».

À la fin de son cours, elle aurait aimé ouvrir sa propre clinique, être son patron, mais comme le côté entrepreneurial n'est pas inclus dans la formation universitaire en médecine dentaire, elle ne se sentait pas assez outillée pour partir son entreprise. Comme elle le dit : « le côté des affaires était la force de mon père et ma mère, c'est le côté émotionnel ».

Une offre lui fut faite par une clinique à Sept-Îles car dans la région elle aurait dû travailler dans deux ou trois cliniques pour réussir à faire du temps plein. Elle prit donc le chemin de Sept-Îles, où il y avait de l'emploi, un contrat de six mois. Ça fait maintenant 20 ans !

Plus tard en 2007 avec une collègue, elles ouvrent leur propre clinique. Elle rachète la part de la clinique à son associée en 2019. Prenant ainsi le contrôle, elle est maintenant l'unique propriétaire et s'est bâti une clientèle fidèle. Toujours à l'affût pour se tenir à jour

(Suite page 4)



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

dans la pratique de la dentisterie, Andrée a complété plusieurs formations supplémentaires, notamment en orthodontie, Invisalign et CEREC.

<https://www.cliniquedentaireseptiles.com>

Son conjoint, rencontré là-bas, est natif de Rivière-du-Loup. Lui aussi partit à Sept-Îles pour y travailler, mais dans un autre domaine. Deux enfants viendront combler et compléter la famille.



Le couple est très impliqué dans le sport de leurs enfants; leur garçon a participé aux Jeux du Québec à Thetford Mines en 2018 et leur fille en nage synchronisée aux Jeux du Québec à l'hiver 2019.

Andrée est aussi une femme sportive, elle touche à tout ce qui est une bonne raison pour rester active. Elle aime le ski et voyager en Europe pour pratiquer son sport.



À St-Moritz en Suisse.

Depuis 5 ans à chaque année, Andrée fait un voyage de ski avec son ami d'enfance Pascal Deschênes de Saint-Pamphile. Les deux amis ont gardé contact malgré la distance.

Elle dit aimer son coin de pays d'adoption pour tout ses attraits. Elle y terminera sa carrière et pour l'avenir, elle verra.

Andrée vient régulièrement visiter sa mère et sa sœur à Saint-Pamphile, à neuf heures et demie de route. Par chance, il y a le transport par avion Sept-Îles - Québec qui raccourcit le trajet.

Encore un beau parcours menant à la réussite !

Bravo Andrée ! ✍

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.

Les Ateliers Chouinard Inc.

317, rue de l'Église, SAINT-PAMPHILE, G0R 3X0.

Tél. et fax.: 418 356-3884

Éric Chouinard, propriétaire

(Résidence : 418 356-5787 - Cellulaire : 418 356-7272)



MANUFACTURIERS DE :

- PORTES EN ACIER ■ FENÊTRES EN PVC ■
- PORTES PATIO ■ PORTES DE GARAGE



Aide aux travailleurs accidentés

Accident du travail et de la route

Normes du travail (congédiement - harcèlement)

Marie-Ève Picard

ata.mepicard@hotmail.com

Marie-Christine Pelletier

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

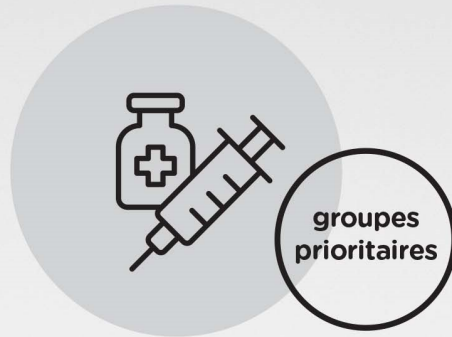
**Pneus de toutes
marques à
prix avantageux !**

418 356-2212
Garage Alain Bourgault

545, RTE DE L'ÉGLISE
ST-JEAN-PORT-JOLI, G0R 3G0

TÉL: (418) 358-0999
FAX: (418) 358-1112
prodecorsv@hotmail.fr

PRODÉCOR S.V.



**Renseignez-vous
dès maintenant
sur la séquence
de vaccination
prévue dans votre région
et prenez votre
rendez-vous en ligne.**

Québec.ca/vaccinCOVID

📞 1 877 644-4545

Le vaccin, un moyen sûr de nous protéger.

**Votre
gouvernement**

Québec

Souignons 50 ans de carrière

PAR SOPHIE GAGNON

Pour mon premier article à ce journal, j'ai décidé de vous parler d'un grand homme bien connu et aimé de tous, M. Normand Chouinard.

Normand est né le 20 février 1954. Il était le fils de Cécile Gagnon et Aurèle Chouinard, le frère de : Suzanne, Lucette et Daniel, le père de Paméla et Rudy et le grand-père de Aly, Andrew et Amanda.

Dès son plus jeune âge, Normand était déjà un passionné de mécanique, mais surtout des camions. Il suivait son père partout où il allait car l'histoire de l'entreprise Transport Chouinard est présente depuis maintenant quatre générations. C'est sur la rue Principale Sud à Sainte-Perpétue que l'histoire de Normand débute en 1973.

Il travaillait sept jours sur sept. C'est alors qu'il décide de vendre le camion que son père lui avait donné pour se procurer un 10 roues. Ensuite, il s'est rendu travailler à la Baie-James, plus précisément au même endroit où son père a perdu la vie quelques mois plus tôt.

En 1982, Normand propose à son frère Daniel de devenir son associé, il accepte et c'est comme ça que l'histoire de **Transport Normand et Daniel Chouinard** débute.



Dans la même année, vient au monde un petit garçon plein de potentiel nommé Rudy. Plus tard, il deviendra mécanicien pour l'entreprise familiale.

En 1985, une belle petite merveille vient compléter la famille de Normand, elle se prénomme Paméla. Ce petit brin de femme n'a pas peur des défis, elle décide

*Laissez-nous le soin de faire de votre voiture,
une BEAUTÉ !*

Débosselage & Peinture - Peintures à base de solvant ONYX

Pose et réparation de pare-brise



Atelier de débosselage & peinture Joël Vaillancourt

2360, Rang Double, Saint-Pamphile, joelvaillancourt@globetrotter.net, 418 356-2809

qu'elle est capable aussi de conduire un camion. Pendant quelque temps, elle a conduit pour son père.



En 2002, une tragédie vient mettre des bâtons dans les roues des deux frères Chouinard. Le garage est réduit en cendres. Malgré ça, Normand et Daniel se retroussent les manches et prennent la décision de reconstruire un nouveau garage.

Des joies, des peines, des rires surtout des fous rires, des rencontres en famille et entre amis, Normand savait accueillir tout le monde comme si c'était un membre de sa famille.

Le 8 février 2021 fut une journée tragique pour bien des gens. Normand a rendu son dernier souffle en pratiquant le métier qu'il aimait tant. On a perdu un conjoint, un père, un grand-père, un frère, un oncle, un ami, un excellent collègue de travail, un merveilleux patron, mais surtout nous avons perdu un grand homme.

C'est avec le coeur gros et les yeux pleins de larmes que nous honorons ta mémoire 50 ans de métier, un repos bien mérité.

La douleur avec le temps s'atténuera mais les souvenirs, eux, resteront.

Bon dernier voyage Norm, tu resteras une légende à tout jamais.

Mes sympathies à toute la famille Chouinard! ✍

Photo en page couverture : Normand accompagné de ses deux enfants : Rudy et Paméla.

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



Mariane

Salon d'esthétique
et d'électrolyse
par ordinateur

Mariane St-Pierre

8, rue Chouinard, Sainte-Perpétue, 418 359-3101

Exigez l'excellence !
Épilation définitive en toute douceur !

Appareil
d'électrolyse
plus puissant
et **plus**
confortable que
jamais
avec une
technologie à un
niveau
supérieur.



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**

Journée « porte ouverte » au MÉHA les Noctambules de Saint-Pamphile

PAR YOLAND BÉLANGER

Samedi le 27 février avait lieu une « journée porte ouverte » dans les locaux du MÉHA les Noctambules de Saint-Pamphile. Le but était de faire visiter cette grande « garderie à ho-

raire différent ». Cette activité était jumelée avec le rallye familial de la Fête Arctique de Saint-Pamphile.

Dans le cadre du rallye familial de la « Fête Arctique » de Saint-Pamphile, le MÉHA (Milieu Éduca-

tif à Horaire Atypique) les Noctambules a organisé une journée « porte ouverte » afin de faire visiter, pour une première fois, ses locaux. De plus, les participants au Rallye pouvaient faire la visite et répondre à des questions. Le tout se faisait dans le respect des consignes gouvernementales durant la pandémie. Plus d'une centaine de visiteurs ont pris plaisir à faire la découverte des lieux.



Vue arrière du Milieu Éducatif à Horaire Atypique les Noctambules.



Mme Annick Bélanger, coordonnatrice du MÉHA, en compagnie de la petite Charlie Pellerin.

La « garderie » est en fonction depuis le 2 novembre 2020. Comme me le disait la coordonnatrice, Annick Bélanger, « nous ne vivons pas la période idéale pour démarrer » mais comme toutes les entreprises et organismes, elles ont appris à vivre avec, à s'adapter...

Ce service de garderie douillet, sécuritaire et éducatif pour les enfants de 0 à 12 ans a pour but de favoriser la conciliation travail-famille. Ce projet est très innovateur et répond à un besoin dans notre région. Plusieurs entreprises travaillent avec des horaires de soir et de nuit et il est parfois difficile pour des parents de s'adapter aux horaires des garderies traditionnelles. Le MÉHA les Noctambules reçoit les enfants de 15 h 30 à 8 h 30 le lendemain matin. Le mot « atypique » signifie qui est différent du type normal ou habituel, comme l'est une garderie de soir et de nuit. Ce projet a été le

LE TEMPS DES SUCRES 2021
MA CABANE À LA MAISON

REPAS POUR EMPORTER
PRODUITS D'ÉRABLE

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



PAR ICI
LES sucres!



premier de ce type en opération au Québec. La réalisation a été possible grâce à l'implication de plusieurs partenaires financiers de L'Islet-Sud et d'organismes gouvernementaux.

Présentement, une trentaine d'enfants y viennent pour de courtes périodes, ils n'y passent pas encore la nuit sauf pour de rares exceptions. Actuellement, c'est surtout pour « apprivoiser » le service et permettre du répit aux parents. Les locaux sont occupés par une grande cuisine, des salles de jeux et des chambres pour les enfants de 0-5 ans et d'autres pour les 6-12 ans et aussi un grand vestiaire. Il y a aussi possibilité de prendre une douche pour les enfants de 6-12 ans. Parmi les projets à court terme, il y a un peu d'aménagement extérieur qui sera fait au printemps comme des jeux, des fleurs et possiblement un jardin. Il est important de sensibiliser les enfants à l'environnement, dès leur jeune âge...

J'ai eu le plaisir de faire une partie de la visite en compagnie de la coordonnatrice Annick Bélanger et de madame Chantal Fortin, présidente du Conseil de la Fabrique de Saint-Pamphile. Madame Fortin était très fière de constater que la nouvelle vocation du presbytère continuait d'être au service de la

population. Elle a aussi été impressionnée par les aménagements qui y ont été faits pour être conformes à une garderie moderne. Il est important de souligner que l'espace pour les bureaux de la paroisse a été conservé ainsi que la salle de réunions du sous-sol qui est utilisée par différents organismes. ✍



La Maison du Bijou & LA FAMILLE Inc.
 Saint-Pamphile 418 356-3732
 café - librairie

VENTE SURPLUS D'INVENTAIRE } TOUT LE MOIS D'AVRIL

20 % Bijoux en or et argent
 Montres Bulova - Caravelle

Plusieurs autres spéciaux en magasin (**entre 10 et 40 %**)

HORAIRE COVID - AVRIL *

Les **lundis, mercredis et vendredis** de 9 h à 17 h
Judi soir : de 16 h à 20 h
 et **TOUS les samedis** de 9 h à 15 h

Merci de votre compréhension !

ENTREPRISE
DENIS LEBLANC

La machinerie,
NOTRE EXPERTISE !

Vos besoins,
NOS DÉFIS !

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

418-356-8977

Gens de chez nous! On se retrouve!

Je suis venue pour que mes brebis aient la vie et la vie en abondance! Jn 10,10

Voici Sœur Marilou Bernier!

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

**Marilou Bernier,
native de Saint-Pamphile.**

RÉPONSES AUX QUESTIONS PAR
MARILOU BERNIER S.A.

PROPOS RECUEILLIS PAR
MARIE-EVE FRANCOEUR

Mes parents, Pierre Bernier et Thérèse Francoeur, ma petite sœur et moi avons quitté la rue Maranda à Saint-Pamphile à l'été 1990 pour nous installer à L'Ancienne-Lorette. J'allais avoir 11 ans l'automne suivant.



Au moment de renouveler ses vœux à l'île d'Orléans en août 2020.

Depuis mon enfance j'ai toujours aimé nager et aller à la piscine. J'ai débuté mes cours de natation à la piscine derrière le collège St-Joseph dans les années 80. Durant mes études secondaires à la polyva-

lente Rochebelle, en plus de m'entraîner avec le club de natation de mon école à Sainte-Foy, j'ai fait mes cours de sauvetage. C'est ainsi qu'à l'âge de 16 et 17 ans je suis venue deux étés à Saint-Pamphile, en 1998 et 1999, comme sauveteur et monitrice de natation à la nouvelle piscine municipale située près de la polyvalente La Rencontre. J'ai retrouvé la rue Maranda en habitant avec mes grands-parents Margot et Jacques Bernier.

Ces deux étés ont marqué la suite de ma vie et mes engagements comme adulte. Lors de ces étés, j'ai pu retrouver ma grand-mère maternelle Gaétane Francoeur, ma tante Ginette, ma cousine Catherine et ses parents Pierrette et Yvon Bourgault, mon amie d'enfance Claude Labrecque et aussi ma professeure de troisième année du primaire Francine Nadeau. C'est elle qui m'a parlé de la Journée mondiale de la Jeunesse, grand rassemblement de jeunes qui se préparaient à Rome, l'été suivant, pour l'an 2000. J'avais le désir de vivre un projet spécial pour cette année qui



ESTHÉTIQUE ANN-PIER VAILLANCOURT



*L'épilation au laser étant un des soins les plus populaires à l'institut, nous avons décidé d'innover en faisant l'acquisition d'un **nouvel appareil de laser diode.***

Appareil très puissant pour des résultats impressionnants en 6-8 séances. Traitement possible même en période estivale avec la technologie Skintel qui établit des paramètres sécuritaires et étudie la quantité de rayonnement solaire dans la peau.

Informez-vous 418-356-2997

391, rue de l'Église, Saint-Pamphile, G0R 3X0

marquait l'entrée dans un nouveau millénaire et l'entrée dans ma vie d'adulte puisque j'allais avoir 18 ans!

Ce projet s'est concrétisé et je suis partie en août 2000 pour Rome avec un groupe de jeunes adultes de la région de Québec. J'avais alors besoin d'un emploi d'été que me permettrait de réaliser ce pèlerinage. C'est dans ce contexte que j'ai découvert les Camps Emmanuel du mouvement Les Brebis de Jésus à l'Île d'Orléans près de Québec.

Mon cœur de jeune épris de grands idéaux a été séduit, comblé par cette expérience d'animation, de fraternité et de vie de foi au service de la Parole de Dieu favorisant la rencontre du cœur de chaque enfant, de chaque adolescent avec le Cœur de Dieu, un Dieu de tendresse et de Paix! Un Dieu vivant, proche qui me connaît et me guide à la manière d'un berger qui conduit ses brebis. Au cours de cet été déterminant, j'ai commencé à découvrir à l'intérieur de moi le sens que je souhaitais donner à ma vie : une vie consacrée à la Vie!

À 20 ans j'ai quitté la maison de mes parents pour vivre une expérience communautaire avec des religieuses de St-François d'Assise à la maison Emmanuel, la maison-mère des Brebis de Jésus tout en poursuivant mes études à l'Université comme infirmière.

J'ai travaillé dès la fin de mes études à l'hôpital St-François d'Assise principalement en obstétrique.

J'ai aussi travaillé pour le Cégep Limoilou avec des groupes d'étudiants stagiaires en obstétrique au CHUL et à St-François d'Assise.

Plus récemment avec la pandémie, j'ai travaillé pour le service provincial Info-Santé jusqu'au début de mes études en septembre.

J'ai fait mes premiers vœux en 2010 comme Sœur de l'Agneau. Je vis avec une autre consacrée et cinq jeunes adultes qui partagent notre vie fraternelle et notre mission au sein de la famille des Brebis de Jésus et de l'Église. Au cœur de mon engagement j'ai été amenée à accompagner plusieurs groupes de tout-petits, d'enfants et de jeunes dans une expérience de foi et de vie de fraternité et d'engagements. J'ai aussi été appelée à former des adultes dans différents milieux et différents pays à la pédagogie du Mouvement.

La formation d'adultes à la pédagogie et la spiritualité du mouvement pour accompagner des groupes de Brebis de Jésus dans leur milieu m'a amenée en Haïti (2001, 2013, 2014), au Pérou (2003, 2007) et en Côte d'Ivoire (2018).

J'ai été invitée par les Soeurs de St-François d'Assise en Haïti pour animer un groupe de jeunes filles qui se préparaient à la vie religieuse. J'ai vécu quelques mois avec elles, dans la capitale Port-au-Prince en 2013-2014. Le projet Vie en abondance a été repris en 2018, au Québec. Cette fois c'est elles, une religieuse et cinq jeunes femmes haïtiennes qui ont voyagé et sont venues quatre mois à l'Île d'Orléans où je les ai accueillies et formées avec toute une équipe de la maison Emmanuel.



En Côte d'Ivoire en mai 2018 lors d'une session de formation pour les Brebis de Jésus.

Il y a une phrase de l'Évangile qui me rejoint beaucoup et je crois qu'elle inspire ma vie : Je suis venue pour que mes brebis aient la vie et la vie en abondance! Jn 10, 10

C'est aussi à la lumière de cette Parole de Dieu que j'entrevois l'avenir. L'expérience des derniers mois nous a fait réaliser l'importance de la santé du cœur et de l'esprit, l'importance d'avoir des appuis solides

(Suite page 12)

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

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

en nous lorsque l'épreuve survient. C'est dans ce sens que je poursuis actuellement des études en formation humaine intégrale à Montréal afin d'aider les personnes à devenir encore plus solides et vivantes dans leurs choix et leurs engagements. Pour que notre monde ait la vie... et la vie en abondance! ✍



Marilou avec ses nièces Jade et Emma, lors d'une fête familiale de Noël avec les Brebis de Jésus en décembre 2019.

Casse-croûte Le Traiteur



NOUVEAUTÉ

Depuis le 14 mars

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



Important

vous devez *RÉSERVER*
418 359-2717.

*Selon les normes à respecter,
les places sont limitées.*

2, rue de l'Église, Sainte-Perpétue
Nicole Jacques, prop.

25 SORTES D'AGRÉGATS ET PLUS À VOTRE DISPOSITION



vous offre 25 sortes
d'agrégats et plus pour vous
accompagner du début
jusqu'à la fin de vos travaux.

Recyclé d'asphalte 3/4
Scalpage d'asphalte 0 - 1/2

Concassé 0 3/4 A (MG-20A)
Concassé 0 3/4 B (MG-20B)
Concassé 0 - 1/2
Tuff rouge cassé 3/4

Poussière de pierre
Pierre abrasive 1/4
Pierre NET cassée 1/4 - 3/8
Pierre NET cassée 3/8 - 3/4
Pierre NET cassée 3/4 - 1 - 1/4
Pierre NET cassée 4 - 8

Gravier naturel
0 3/4 tamisé
0 - 2 pouces tamisé
0 - 4 pouces tamisé

Pierre de rivière
NET tamisée 1/4 - 3/4
NET tamisée 1 1/2 - 2 pouces
NET tamisée 2 - 4 pouces
NET tamisée 4 - 8 pouces

Sable naturel
Sable d'enrobage
Sable abrasif et filtrant
Terre à pelouse naturelle
Terre à pelouse tamisée
Sel de déglacage à la tonne

**Appelez-nous
avant
de commencer
vos travaux !**

Allez voir notre
SITE INTERNET
www.amlcaron.com

Nous vous invitons à venir voir nos différentes
sortes d'agrégats, pour plus d'information
contactez Robin Caron 418-241-8592 ou appeler
au bureau d'A.M.L. Caron 418-356-2612
nous nous ferons un plaisir de vous répondre.



excavation - gravier - terre - fosse septique

75, 7e Rang Ouest
St-Marcel, (Québec) G0R 3R0
info@amlcaron.com
R.B.Q. 5671-3647-01

418 356-2612
Robin Caron
418 241-8592

Un phénomène naturel rare à Saint-Pamphile, des champs de « balles de neige »

PAR YOLAND BÉLANGER

température et le vent ont permis que se fabriquent des milliers de « balles de neige ».

(Suite page 14)

De grands espaces couverts de « balles de neige », voici le paysage qui était visible dimanche matin, de ma fenêtre et de celle de plusieurs citoyens de Saint-Pamphile. Durant la nuit du samedi 27 au 28 février, la



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



**Transport AC
BOURGAULT**



Besoin de nouveaux pneus ?

Faites-en l'achat dans l'un de nos garages et
COUREZ LA CHANCE DE GAGNER VOTRE ACHAT !*

NOUS VOUS OFFRONS ÉGALEMENT :

- Un financement de 3 mois sans intérêt
- Installation et balancement des pneus garantis
- Un vaste choix de marques

* Jusqu'à concurrence de 500 \$. Offre valide jusqu'au 31 mai 2021.
Le gagnant sera contacté par téléphone la semaine du 31 mai 2021.



AUTOPRO



Garage Caron L'Islet
159, des Pionniers Ouest
L'Islet
T. 418 247.3731



Centre de l'auto Port-Joli
51, 2^e rang Est
Saint-Jean-Port-Joli
T. 418 598.6955

GARAGE GMP

Garage GMP inc.
276, rue Principale
St-Pamphile
T. 418 356-3325

Ce spectacle visuel a pu être vu de plusieurs endroits tant sur la route Elgin Sud, du rang Double, du rang du Nord et d'ailleurs. Il est possible que le phénomène ait été vu dans d'autres municipalités de L'Islet-Sud... C'est un phénomène naturel assez rare que nous avons eu le plaisir d'admirer dans notre municipalité.

Cela est dû à plusieurs facteurs météorologiques dont: la température, l'humidité de l'air et le vent. C'est un équilibre « précis » de ces conditions qui a fait en sorte que le phénomène se produise. À Saint-Pamphile, cela ne s'était jamais vu...



Selon Wikipédia, les formations de boules de neige se produisent dans la majorité des cas, en régions montagneuses lorsque de la neige mouillée est emportée par le vent et se met à rouler. Habituellement, le phénomène se retrouve sur des terrains en pente mais plus rarement sur des champs plats comme ceux où cela s'est produit à Saint-Pamphile. ✍



Boutique de vélos

VENTE et RÉPARATION

418 356-0005



SERVICES PROFESSIONNELS EN 6 ÉTAPES :

1. 46 ans d'expérience
2. Comment choisir le bon vélo
3. Faire le positionnement pour tous les modèles de vélos, pour un meilleur confort
4. Ajustement du casque
5. Pression des pneus
6. Changement de vitesse



* Beau choix de vélos électriques *

Nouveautés cette année :

- Circulaire (surveillez le publi-sac)
- Kit électrique **disponible sur tous** les modèles hybrides

Apportez votre vélo pour une
**MISE AU POINT
PROFESSIONNELLE**
et profitez
le plus tôt possible
des belles journées d'été !

HEURES D'OUVERTURE

Dimanche	Fermé
Lundi	Fermé
Mardi	Fermé
Mercredi	10 h à 17 h 30
Jeudi	10 h à 13 h
	14 h à 19 h 30
Vendredi	10 h à 13 h
	14 h à 19 h 30
Samedi	9 h 30 à 15 h

Au plaisir de vous rencontrer au 147, Principale, Saint-Pamphile



Matériaux
Blanchet
Inc.

Produits forestiers

materiauxblanchet.ca

SAINT-PAMPHILE

TÉL.: (418) 356-3344

FAX: (418) 356-2425



Centre de formation
professionnelle
de l'Envolée

Centre
de services scolaire
de la Côte-du-Sud

Québec 

FAITES PARTIE DES MEILLEURS!

LA FORMATION PROFESSIONNELLE



- 16 programmes
- Entrée en tout temps (programmes ciblés)
- Formations individualisées
- Aide financière aux études

cfpenvolee.com • 418 248-2370 poste 4750

CHRONIQUE

Des actions positives!



En se joignant
au cercle, on
devient plus fort!

Choisir l'entreprise collective dans L'Islet- Sud

PAR FRANÇOISE DE MONTIGNY-PELLETIER

Dans le contexte du mois de l'économie sociale en novembre dernier, nous avons rencontré Marie-Joël Bergeron-Savard, installée dans nos Hautes-Terres, et qui nous avait expliqué son mandat reçu de la Table régionale d'économie sociale de Chaudière-Appalaches. * Nous tenterons aujourd'hui d'imaginer quels impacts et quelles solutions cette option économique apporterait au bien-être collectif et individuel dans nos communautés rurales, précisément.

Entrevue

Marie-Joël, on entend parler davantage d'économie sociale et d'achat local maintenant qu'auparavant. Mais, est-ce que le grand public connaît bien la différence entre entreprise collective et entreprise privée? Pouvez-vous nous guider à ce sujet?

La grande différence est la mission première, celle de donner accès à des produits et services avant tout, non de faire des profits et de les accumuler. Ensuite, les membres détenant des parts sociales donnent leur avis facilement ayant le droit de vote alors que dans les entreprises privées, seuls les gros actionnaires ont un pouvoir décisionnel. La structure de l'entreprise est à plus petite échelle, plus accessible, vraiment collective. Dans un organisme sans but lucratif qui a un volet d'économie sociale comme dans une coopérative, chaque membre détient un droit de vote et le droit de poser sa candidature au conseil d'administration. Il faut souligner que ces entreprises doivent viser l'autofinancement et ne pas compter que sur des subventions car une telle dépendance ne sera pas un gage de survie. Les profits encaissés deviennent un fonds de réserve permettant justement de s'ajuster selon les contextes financiers. D'autres qualités sont l'autonomie, l'intelligence col-

Profitez de la hausse des prix !

Nous payons
jusqu'à

1 500 \$

selon le modèle
de votre voiture.

**Pour infos :
418 228-6435**

48, rue du Couvent
Saint-Just-de-Bretenières



lective et la vision collective.

Quels avantages seraient assez convaincants pour qu'on choisisse cette option plutôt qu'une autre? Lors de notre première rencontre, nous avons identifié plusieurs entreprises coopératives et organismes communautaires ayant un volet en économie sociale chez nous. À quoi pourraient ressembler nos communautés locales si davantage d'entreprises et services de ce genre s'y installaient? Quels secteurs économiques en profiteraient?

Les secteurs peut-être les moins bien favorisés et desservis et qui retireraient bénéfice de cette option seraient celui de lieux de rencontres, type cafés avec activités culturelles, celui de l'agriculture et celui des différents services. Le regroupement de producteurs et productrices en agriculture sous forme coopérative, par exemple, apporterait un sens à leurs initiatives : l'autosuffisance, la responsabilité de nourrir les gens et les communautés, les soins donnés aux animaux d'élevage ou qui fournissent des produits alimentaires. Ces regroupements peuvent concerner autant la relève que des personnes avec une longue expérience.

Enfin, Marie-Joël, pourquoi choisirions-nous d'acheter les services ou produits provenant des entreprises d'économie sociale plutôt que ceux de la grande entreprise privée basée sur la quête de profits seulement?

D'abord, pour installer et garder un service localement, donc à proximité. Ensuite, pour maintenir des emplois locaux et régionaux mais aussi assurer de meilleures conditions pour le personnel. Puis, en conservant dans le milieu l'argent qui circulera dans un circuit court. Enfin, les entreprises d'économie sociale favorisent la participation des membres aux décisions, la réponse aux besoins concrets et exprimés.

On peut donc conclure que de telles entreprises peuvent avantageusement fonctionner en réseaux complémentaires et de soutien mutuel. Les regroupements vont favoriser les initiatives, leur réalisation et leur continuité.

Pourrait-on envisager sous peu des petites introductions et formations en téléconférences pour s'en inspirer et obtenir un accom-

pagnement vers une démarche concrète? Si oui, elles s'adresseraient à quels groupes en particulier et comment pourrait-on s'y inscrire?

Oui, parce qu'il faut connaître la formule pour ce type d'entreprise! Des rencontres seront possibles pour différents groupes et pour les municipalités également. Les personnes intéressées pourront communiquer avec moi en me joignant par courrier électronique ou par notre page Facebook. Voici les coordonnées : sismic@tresca.ca 418-264-7728 facebook.com/economiesocialeca

Pour terminer, au point de vue financier, plus les produits et les services locaux seront produits et achetés localement, évitant les frais et pertes encourus d'une distribution éloignée, plus les prix pourront devenir avantageux pour la clientèle membre. Les coopératives, par exemple, vont pouvoir offrir une ristourne à leurs membres selon le pourcentage d'achats effectués dans une année. De plus, une coop et ses membres pourraient obtenir des crédits d'impôt et déductions pour ristournes en parts privilégiées. N'oublions pas que plus un produit vient de loin, plus il y a un impact sur l'environnement par son transport et moins on a un contrôle sur sa qualité, ses sources d'approvisionnement et les conditions de travail.

Dans notre prochaine chronique, nous vous présenterons nos entreprises collectives exemplaires du sud de la MRC.

* Page 7 de : <https://echodenhaut.org/wp-content/uploads/2020/12/Journal-du-16-dec.-20.pdf>

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



RC 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

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

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

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



ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC

MARIE-EVE PROULX
Députée de Côte-du-Sud
Ministre déléguée au Développement économique régional

Le Garage Bourgault NAPA AUTOPRO célèbre cette année son 10^e anniversaire!!



M. Steven Bourgault, propriétaire.

Profondément ancré dans sa communauté, l'atelier de mécanique, qui depuis ses débuts se situe sur le rang Taché Ouest à Sainte-Perpétue, est la propriété de Steven Bourgault.

Si le Garage Bourgault existe depuis 10 ans, c'est grâce à la mise en commun des compétences et à l'engagement des employés, partenaires et fournisseurs ainsi qu'à la fidélité et la confiance de la clientèle.

De plus, Steven, le propriétaire – mécanicien aura su tout au long de ces années, développer des compétences de saine gestion d'entreprise, faire évoluer l'offre de services, s'entourer de ressources

compétentes et faire l'acquisition d'équipements à la fine pointe de la technologie.

Depuis sa création, le Garage Bourgault a constamment évolué pour offrir une prestation de services exceptionnels via ses différents services :

- ✓ l'entretien et la réparation mécanique,
- ✓ l'alignement, la réparation de l'air climatisé,
- ✓ la carrosserie,
- ✓ la vente de pneus,
- ✓ le remorquage,
- ✓ la vente de véhicules,
- ✓ la réparation de pare-brise,
- ✓ le traitement antirouille, l'esthétique automobile,
- ✓ la vente d'accessoires et produits pour les chaînes mécaniques et d'huile à vacuum pour les érablières.

Ces dix premières années d'activités ont été une grande réussite qui va se poursuivre grâce à leur engagement et à leur dévouement envers leurs clients.

<https://www.garagebourgault.com/fr>

Par Geneviève Lizotte de Mécanique Services Web.

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

C'est le temps de penser à vos pneus d'été!

Appelez-nous pour connaître nos promotions à l'achat de pneus neufs!

CONCOURS :
Faites poser vos pneus d'été entre le 1^{er} avril au 31 mai inclusivement et courez la chance de **gagner un changement d'huile jusqu'à la concurrence de 80 \$.**
Prenez rendez-vous dès maintenant au 418 359-3163.

Nous vous offrons le plan accord **D 6 mois** sans intérêt

FINANCEMENT **accord D**

Desjardins

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



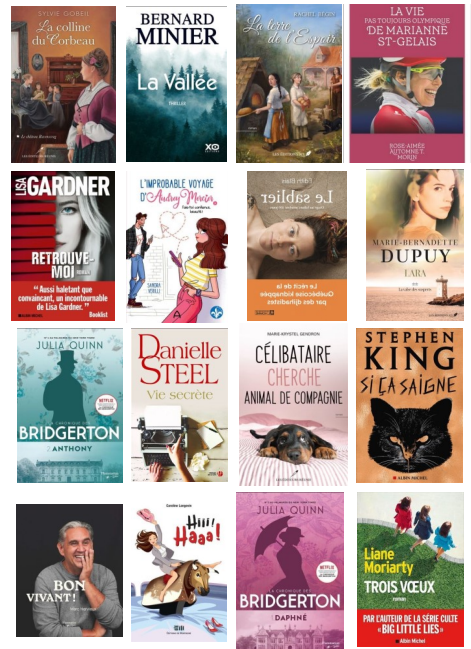
157^e ÉDITION - Avril 2021

Cueillette des bacs	
13-14 avril	20-21 avril
27-28 avril	4-5 mai



Retour à l'horaire régulier!

La Bibliothèque Marie-Louise Gagnon est rouverte selon l'horaire habituel, c'est-à-dire le mercredi de 18 h 30 à 20 h, le jeudi de 15 h à 16 h 30 et de 18 h 30 à 20 h et le 1^{er} dimanche de chaque mois de 9 h 30 à 11 h.



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

ENGAGEMENT D'UN NOUVEAU POMPIER POUR LA BRIGADE DES INCENDIES

Proposé par le conseiller Simon Peltier avec l'appui du conseiller Sébastien Thibault et résolu que le conseil municipal de Saint-Pamphile engage M. Carl Lemieux à titre de pompier pour rejoindre les rangs de la Brigade des incendies de la Ville.

Vous pouvez consulter le procès-verbal complet sur notre site Internet: www.saintpamphile.ca

FILM NOUVEAUTE EN LIGNE GRATUIT CHAQUE SEMAINE



Info: 356-5501 ou site web

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!

L'Agence des Appalaches sollicite votre attention concernant la conservation des habitats du martinet ramoneur et des chauves-souris dans les Appalaches. Notre secteur abrite le martinet ramoneur.

Pour signaler une observation, contactez le 418-625-2100 ou par courriel à info@amvap.com
Ouvrez l'œil!



En cette année particulière où toutes nos habitudes sont chamboulées, la Ville de Saint-Pamphile tenait tout de même à célébrer la Fête Arctique, cet événement hivernal qui se veut familial, actif et rassembleur. Bien entendu, la fête a pris une forme différente, mais elle est tout de même synonyme de succès!



Prochainement, vous pourrez voir:

-Le mardi 6 avril à 14 h et le samedi 10 avril à 19 h,
Nos souvenirs, entrevue avec Mme Desneiges Bélanger Moreau par Laetitia Leclerc.

-Le mardi 13 avril à 14 h et le samedi 17 avril à 19 h,
spectacle **LE PARTY DU PÈRE BAPTISTE**
à l'église de Saint-Omer.

-Le mardi 20 avril à 14 h et le samedi 24 avril à 19 h,
Quoi de neuf chez-nous, 21 mars 1999.
Émission avec divers invités de la région.

-Le mardi 27 avril à 14 h et le samedi 1^{er} mai à 19 h,
La petite séduction, mai 2016
Bon visionnement!



Le papillon monarque



Cette photo d'un papillon « monarque » a été prise sur une fleur d'échinacée en août 2020 dans une de mes plates-bandes. Nous qui avons la chance de vivre

en campagne, pouvions voir assez fréquemment, il y a plusieurs années, ce très beau papillon. Durant l'année 2019, je n'en avais vu aucun et en 2020, seulement deux fois. Le monarque est en voie d'être ajouté à la liste des espèces à risque de disparition.

Depuis environ 20 ans, sa population a diminué de plus de 90 % et cela fait courir un risque d'extinction de l'espèce. Il y aurait plusieurs menaces qui seraient la source du problème. Ce papillon fait l'une des plus longues migrations d'insectes au monde soit : 4 000 km jusqu'au Mexique. Les changements climatiques et la destruction des forêts mexicaines pourraient être des causes. Les autres menaces sont l'usage des

pesticides et les monocultures, partout en Amérique, cela fait qu'il y a moins de diversité de fleurs dans les champs. Ce papillon pond ses œufs sur une seule plante soit l'asclépiade et ses chenilles s'en nourrissent. Cette plante était auparavant très présente partout mais les herbicides et la diminution des clôtures dans les champs fait qu'il y en a beaucoup moins dans la nature.

Nous pourrions, chacun chez nous dans L'Islet-Sud, faire notre part pour aider le papillon monarque. Les graines d'asclépiade, une plante « vivace », se vendent partout; vous pourriez en semer sur votre terrain, c'est une belle vivace. Vous pourriez aussi placer plus de fleurs dans votre jardin. Certaines fleurs éloignent les insectes nuisibles et attirent les insectes pollinisateurs. Bon jardinage « écoresponsable » sur votre terrain ce printemps! ✍

Yoland Bélanger

Votre vie remise à niveau

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

418 248-1910



Syndics autorisés en insolvabilité



• LES MARCHÉS •
Tradition

Boulangerie
NOUVEAU

- ✓ Beignes gourmets



Épicerie :

- ✓ Variétés de nouvelles sauces St-Hubert à découvrir



BBQ POULET & CÔTES LEVÉES
Nouvelle recette : La recette de nos fermes côtes levées. Une sauce BBQ tomate légèrement fumée, par faite pour accompagner le poulet ou les côtes levées.



SAUCE THAÏE
Sauce populaire au détail. Sauce sucrée épicée qui rehausse vos plats et donne au parfait une touche de chaleur.



SAUCE PIRI-PIRI

Savoir succés du resto. Ingrédients de qualité (huile de canola, pâte de piments, baies). Cette sauce goûteuse à base de piment saura réchauffer n'importe quel plat.



SAUCE INDIENNE

Savoir succés du resto. Sauce aux riches saveurs indiennes avec une note légèrement piquante.



Boucherie :

- ✓ Saucisse maison à la saveur de fondue chinoise!
- ✓ Beignets de crabe congelés



Le printemps est à nos portes

- Grande variété de produits d'érable
- Disponible, une belle variété de produits ménagers pour votre ménage de printemps
- Location de laveuse à tapis toujours disponible
- Service de teinturerie pour les vêtements



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



418 356-3373 poste 2500

Promo sur les PILES

Piles Alcalines de Marque Vital

Paquet de 48 AA

ou

Paquet de 36 AAA



14,99 \$ + Ecofrais

Rég. 18,99 \$ + Ecofrais

Promo de 15 %
sur les accessoires de peinture



à l'achat d'un produit de peinture

Surveillez l'arrivée du « saisonnier été 2021 » en magasin.



BMR

Bienvenue chez vous

www.lacoopstpamphile.ca
12, Principale, Saint-Pamphile,
418 356-3373

La Coop existe pour les gens d'ici, grâce aux gens d'ici. Bon printemps !!

Avis de nomination et départ à la retraite



Michel Therrien¹



Daniel Allen

Le président du conseil d'administration de la Caisse Desjardins du Sud de L'Islet et des Hautes-Terres, M. Normand Caron, est heureux d'annoncer la nomination de M. Michel Therrien au poste de directeur général par intérim. Détenteur d'un baccalauréat en administration avec spécialisation en finance, M. Therrien cumule 25 années d'expérience dans le domaine financier, dont 13 à titre de gestionnaire. Ses qualités de leader humain et mobilisateur seront des atouts indéniables pour notre institution. Les administrateurs, les gestionnaires et les employés de la Caisse lui souhaitent beaucoup de succès dans ce nouveau défi professionnel.

M. Therrien succédera à M. Daniel Allen, qui quitte la direction générale de la Caisse pour une retraite bien méritée. Nous le remercions pour les excellents et loyaux services rendus au cours des trois dernières années à la Caisse Desjardins du Sud de L'Islet et des Hautes-Terres. Sa gestion efficace de notre institution et la mobilisation des employés sont seulement quelques exemples du succès de son passage à la tête de la Caisse. Au nom des administrateurs et de tout le personnel, bonne retraite!

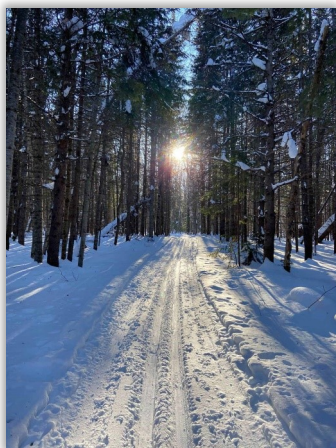
 **Desjardins**
Caisse du Sud de L'Islet
et des Hautes-Terres

¹ Représentant en épargne collective pour Desjardins
Cabinet de services financiers inc.

La Fête Arctique, différente cette année, mais tout aussi amusante!

En cette année particulière où toutes nos habitudes sont chamboulées, la Ville de Saint-Pamphile tenait tout de même à célébrer la Fête Arctique, cet événement hivernal qui se veut familial, actif et rassembleur. Bien entendu, la fête a pris une forme différente, mais elle est tout de même synonyme de succès!

Profiter de l'hiver tout le mois de février!



Dans un premier temps, les citoyens et citoyennes étaient invités à célébrer la saison hivernale en étant actifs en famille! Tout le mois de février, en collaboration avec le GYM-Action, la Ville de Saint-Pamphile offrait gratuitement le service de location d'équipements de ski de fond et de raquette! Cette offre a été un réel succès! Plusieurs ont découvert nos magnifiques sentiers pour la première fois et ont été complètement charmés!

Également, un concours de création dans la neige était organisé. Les familles étaient ainsi invitées à s'amuser dans la neige en créant un fort ou un bonhomme de neige et à nous envoyer une photo de leur réalisation afin d'être admissibles à un tirage de prix de participation. Onze œuvres ont été créées, pour un total de 30 participants! Le tirage des prix de

participation a été effectué par le maire, M. Mario Leblanc, en direct sur Facebook avant la séance du conseil du lundi 1 mars.

Une belle conclusion à la Fête!



La Fête Arctique s'est conclue en beauté les 26 et 27 février par de belles activités réalisées en collaboration avec la Société de développement industriel de Saint-Pamphile et les entreprises locales! Ainsi, le vendredi 26 février à 19 h, le ciel de Saint-Pamphile a été éclairé par de magnifiques feux d'artifice que les gens ont pu regarder de chez eux ou de leur voiture dans le secteur de la Place de la Fraternité. Le Restaurant Chez Réjean a participé à la fête en offrant gratuitement un bouillon chaud que les gens pouvaient récupérer en formule service au volant avant les feux d'artifice.

Le samedi 27 février, un rallye familial a permis aux participants de découvrir leur municipalité sous un nouveau jour! Organisé en collaboration avec la SODISPA, le rallye a attiré 24 équipes, pour un total de 78 participants, qui nous ont rapporté avoir eu beaucoup de plaisir à parcourir le territoire de la municipalité pour répondre à différentes questions amusantes qui ont pu mettre en valeur les entreprises et les atouts de Saint-Pamphile. Les équipes participantes ont été gâtées par le Dépanneur Boni-Soir de Saint-Pamphile, qui a offert une boisson chaude gratuite aux participants,

ainsi que par la Coop Saint-Pamphile, qui a donné des coupons-rabais de 10 \$ aux adultes participants. Félicitations à l'équipe gagnante, formée de **Steeve Bois et de Véronique Dubreuil**, qui se sont vu remettre un concentrateur Google Home!



Plusieurs entreprises ont également répondu à l'invitation lancée conjointement par la Société de développement industriel de Saint-Pamphile et la municipalité afin de bonifier la Fête avec de belles promotions. Ainsi, la Boucherie d'Antan a tenu un repas Méchoui de poulet, le Restaurant Chez Réjean proposait un «Poutine Fest» et le Casse-croûte Chez Ti-Tine offrait un spécial sur le repas familial de poulet. L'entreprise de câblo-distribution Guy Chouinard Câble TV a diffusé deux films en nouveauté sur les ondes du canal communautaire les 26 et 27 février en soirée. Finalement, les Pharmacies Isabelle Caron de Sainte-Perpétue et Saint-Pamphile offraient un rabais de 25 % sur plusieurs items hivernaux.

Cette édition de la Fête Arctique fut différente, mais tout aussi amusante! La Ville de Saint-Pamphile souhaite remercier la SODISPA et les entreprises participantes de leur belle collaboration, ainsi que les citoyens et citoyennes d'avoir répondu à l'invitation de célébrer l'hiver dans ces conditions particulières! ✍

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.

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

☎ 1 877 644-4545

Le Défi, moi je lis!

**Pour rendre la lecture plus accessible aux citoyens du Sud
des MRC de L'Islet et de Montmagny**



Le Centre de services scolaire de la Côte-du-Sud (CSSCS), L'ABC des Hauts Plateaux, la Maison de la Famille de la MRC de L'Islet et le Centre d'Entraide Familiale de la MRC de Montmagny s'allient pour rendre la lecture plus accessible aux citoyens du Sud des MRC de L'Islet et de Montmagny. Ces partenaires lancent le Défi, moi je lis!

Un projet inspiré de la formule de la Bibliomobile

Depuis 2008, L'ABC des Hauts Plateaux a tissé un lien de confiance en visitant plus d'une quarantaine de familles par année dans les quinze (15) municipalités du Sud du territoire avec la Bibliomobile. Bien connue des parents, la Bibliomobile est un service gratuit pour les familles ayant des enfants de 0 à 5 ans. Celles-ci bénéficient de la visite des intervenantes qui leur proposent des livres et des jeux éducatifs pour les petits.

Le Défi, moi je lis, pour favoriser la lecture chez les adultes

Le nouveau projet financé par le ministère de l'Éducation, permettra d'adapter la formule Bibliomobile pour les adultes. Lors de leur visite à domicile, les

intervenantes pourront proposer gratuitement une sélection de livres pour adultes afin que ceux-ci puissent découvrir ou redécouvrir les bienfaits de la lecture. L'objectif du projet est de favoriser la pratique de la littératie chez les adultes.

Les intervenantes ont pris soin de sélectionner des livres adaptés à la clientèle qui sauront capter leur intérêt : cuisine, plein air, chasse, gestion du stress, etc. L'évaluation des livres qui sera faite par les participants servira à décrire et classifier le livre pour les prochains lecteurs. La clientèle de ce projet sera formée des parents qui reçoivent les services de L'ABC des Hauts Plateaux, de la Maison de la famille de la MRC de L'Islet et du Centre d'Entraide Familiale de la MRC de Montmagny.

Dans le respect des mesures sanitaires en vigueur, les intervenantes des organismes impliqués pourront prêter les livres dès le mois de mars.

L'apport de la lecture au quotidien

Un bon niveau de lecture permet à l'adulte de traiter l'information, de développer sa pensée et de prendre des décisions éclairées. Pour ces raisons, L'ABC des Hauts Plateaux, le CSSCS, la Maison de la Famille de la MRC de L'Islet et le Centre d'Entraide Familiale de la MRC de Montmagny s'unissent pour appuyer les adultes dans le développement de leurs habiletés littéraires dans le plaisir. ✍



ProImpôts

« Que de l'impôt »

SANS RENDEZ-VOUS du 15 février 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, G5V 3M9
Accès par la rue François-Richard

418 658-9001
proimpot@globetrotter.net

2011321



DES NOUVELLES DE SAINTE-PERPÉTUE

Activité de Saint-Valentin

Afin de souligner la Saint-Valentin, la municipalité de Sainte-Perpétue a remis un chocolat chaud et du chocolat aux enfants qui étaient présents à la patinoire le 14 février dernier. Nous tenons à remercier les 56 enfants qui ont participé à cette activité.

Fête d'hiver et semaine de relâche

Le 27 février, pour souligner notre fête d'hiver, différentes activités ont été mises en place. Notre glissade et notre patinoire étaient ouvertes pour les gens de tous âges. Des équipes ont été formées pour du hockey-bottines et il était possible de participer à un rallye en bulle familiale. Six certificats-cadeaux de 50 \$ du

Casse-Croûte Le Traiteur et du Central ont été tirés parmi les 12 équipes participantes au rallye. Les gagnants sont Camille Landry, Coralie Bois, Kathleen Thibodeau, Katia Chouinard, Jessica Vincent et Sonia Jean. De plus, nous avons fait tirer 20 certificats-cadeaux du Dépanneur Lemelin et d'Accommodation Leclerc parmi les gens ayant signé le registre de la Covid et les équipes gagnantes du hockey-bottines. Notre fête d'hiver a été un grand succès et nous avons été surpris de l'intérêt des gens en ce temps de pandémie.

Habituellement, lors de la semaine de relâche, une sortie est organisée au Village Vacances Valcartier. Cette année, en raison de la Covid, nous n'avons pas eu l'occasion d'effectuer cette sortie. Nous avons donc décidé de faire tirer un trois-skis et un traineau-skis parmi les jeunes ayant fréquenté l'OTJ durant la semaine de relâche. Jasmine Gagnon a remporté un trois-skis et Aurélie Fortin un traineau-skis.

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 la famille Lord de Sainte-Perpétue qui est propriétaire de trois compagnies.**

Les Huiles Lord est une entreprise fondée en 1959 par monsieur Aurèle Lord. Par la suite, son fils Jean-Yves Lord a repris l'entreprise de son père jusqu'à son décès en juin 2003. *Les Huiles Lord* se spécialisent dans la distribution de produits pétroliers pour les entreprises et les particuliers. Suite au décès de Jean-Yves, son fils et sa fille, Olivier Lord et Julie Lord, sont devenus propriétaires. En 2003, ils acquièrent une nouvelle compagnie, soit *Transport JOZ*, qui se spécialise dans la logistique et le transport à travers le Canada et les États-Unis. En 2018, les propriétaires ont fait l'acquisition de *JOZ Transit*, qui se spécialise dans le transbordement ferroviaire et la logistique. Les entreprises Lord regroupent 23 employés que ce soient les mécaniciens, les chauffeurs ou les employés administratifs. ✍



Parce qu'on a
un p'tit faible pour...
L'Auberge des Glacis



Crédit photo : Stéphanie Allard



L'Auberge des Glacis a fait appel au **service d'accompagnement numérique** de la MRC de L'Islet pour développer sa toute nouvelle boutique en ligne.

Visitez le boutique.aubergedesglacis.com pour profiter des offres de l'Auberge!

Pour tout savoir sur le service d'accompagnement numérique, rendez-vous au WWW.UNPTITFAIBLE-POURREGIONLISLET.COM/ENTREPRISE ou contactez notre conseillère en marketing Web, Rachel Blanchet, au 418 598-3076 poste 245.



MRC de **Date limite : 1^{er} mai 2021**

L'Islet

Des fonds pour des projets structurants se déroulant à Saint-Adalbert, Saint-Omer, Sainte-Félicité et Tourville

La MRC de L'Islet lance un appel à projets pour des initiatives porteuses se déroulant dans l'une ou l'autre des municipalités de Saint-Adalbert, Saint-Omer, Sainte-Félicité et Tourville.

Cet appel à projets fait suite à la signature d'une entente annoncée récemment entre le ministère des

Affaires Municipales et de l'Habitation, les quatre municipalités précitées et la MRC dans laquelle le gouvernement octroie une somme de 1,1 M \$ pour appuyer les efforts visant à dynamiser ces collectivités aux plans social et économique.

(Suite page 30)

À qui la chance ?

Il nous reste



1 GRAND CARAVAN 2020



1 RAM 1 500 CLASSIC 2020

Super rabais sur les modèles 2021

Venez nous rencontrer!

Avez-vous pensé à vos pneus d'été ?

Pour l'achat ou changement de pneus...

418-359-2244



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

LORD et FRERES



DODGE



RAM

Contactez nos représentants pour toutes informations sur nos produits :

• Claudel Lord • Ghyslain Cloutier

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

Les projets obtenus dans le cadre de cet appel à projets doivent contribuer au progrès social et économique sur le territoire des deux MRC. Les promoteurs peuvent être des entreprises privées, des entreprises d'économie sociale, des organismes à but non lucratif, des municipalités et, sous certaines conditions, des coopératives.

L'aide financière peut atteindre 75 000 \$ (37 500 \$ pour les entreprises privées) et représenter jusqu'à 90 % (50 % pour les entreprises privées) du coût total du projet.

La date limite pour déposer un projet est le 1^{er} mai 2021.

Pour plus de détails sur cet appel à projets, veuillez consulter le <https://mrclislet.com/fonds/fonds-de-vitalisation/>.

Appel à projets

MRC de L'Islet

Clinique
Arc-en-soi

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

72, Principale
Sainte-Lucie
de Beauregard
(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

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

BERCE DU CAUCASE : PLUS DE 100 000 PLANTS ARRACHÉS

Une lutte efficace en Chaudière- Appalaches

Pour la troisième année de lutte à la berce du Caucase, les neuf organismes de bassins versants de la Chaudière-Appalaches ont arraché plus de 100 000 plants. Au total, les équipes totalisant environ 25 personnes ont mené 701 interventions sur une superficie équivalente à 525 terrains de football. En plus d'arracher les plants, ces équipes ont visité les sites à différents moments au cours de la saison pour vérifier l'apparition de nouveaux plants ou colonies.

Cette troisième année vient conclure le projet d'Offensive régionale de lutte à la berce du Caucase en Chaudière-Appalaches, une initiative régionale

Ta prochaine job de rêve se cache peut-être ici ●

Le Portail - Jobs à la tonne

Les employeurs et offres d'emploi de la MRC de L'Islet au même endroit

www.regionlislet/portailemploi





La lutte à la berce du Caucase en chiffres, 2018 à 2020

	2018	2019	2020
Nombre de plants arrachés	21 363	80 663	101 369
Nouvelles colonies	160	99	63
Nombre total de colonies	590	689	752
Nombre d'interventions	204	671	701

financée par le Fonds d'appui au rayonnement des régions. Plusieurs des objectifs ont été atteints au cours de ce projet de trois ans, dont une meilleure connaissance de la dispersion de la berce du Caucase sur le territoire. « Grâce aux signalements de cette année, nous avons découvert 63 nouvelles colonies. C'est donc 752 sites connus qui parsèment la Chaudière-Appalaches, » déclare Véronique Brochu, directrice générale du Comité de bassin de la rivière Chaudière (COBARIC).

Rappelons que l'un des objectifs principaux est d'atteindre l'objectif « zéro graine » au sol, ce qui a été réussi pour une deuxième année consécutive. Toutefois, il reste des graines encore viables au sol puisqu'elles peuvent rester en dormance de trois à cinq ans avant de donner naissance à de nouveaux plants de berce du Caucase. « Le travail à faire reste colossal. Il faut continuer la lutte pour s'assurer que les efforts investis au cours des trois dernières années ne soient pas réduits à néant, » insiste François Lajoie, agronome et directeur général de l'OBV de la Côte-du-Sud.

Les organismes de bassins versants sont donc à la recherche de solutions pour continuer la lutte au cours des prochaines années. En attendant, ils misent sur la sensibilisation et la formation. Des vidéos formatrices seront mises en ligne cet hiver pour mieux outiller les acteurs susceptibles de rencontrer la berce du Caucase dans le cadre de leurs activités.

La berce du Caucase, plante exotique envahissante dangereuse pour notre santé

La berce du Caucase peut mesurer de deux à cinq mètres de hauteur et ses feuilles, atteindre 1,5 mètre de largeur et trois mètres de longueur. Les fleurs blanches forment des ombrelles dès le mois de juillet. D'abord vertes, ses graines vont brunir lorsqu'elles deviendront matures. Un plant de berce du Caucase peut généralement produire de 15 000 à 20 000 graines, d'où l'importance d'empêcher leur dispersion pour limiter la propagation de cette plante envahissante dangereuse.

Le danger provient de sa sève, incolore et indolore, qui peut causer des brûlures importantes au premier contact avec la peau. Ces brûlures surviennent dans les 24 à 48 heures après le contact, car la sève dite photo-toxique est activée par la lumière naturelle ou artificielle.

À propos de l'Offensive régionale de lutte à la berce du Caucase en Chaudière-Appalaches

L'Offensive régionale de lutte à la berce du Caucase en Chaudière-Appalaches vise à contrôler et éradiquer cette plante exotique envahissante dangereuse pour la santé de l'homme et de l'environnement. Financé par le Fonds d'appui au rayonnement des régions, administré par le ministère des Affaires municipales et de l'Habitation et appuyé par la Table régionale des élus municipaux de la Chaudière-Appalaches, ce projet de trois ans permet aux neuf organismes de bassins versants de la région d'obtenir les meilleurs résultats possibles grâce à leurs efforts concertés. ✍

POUR VOS BESOINS EN ASSURANCE

ON EST
LÀ.

PROMUTUEL

ASSURANCE 🏠 🚗

1 888 265-7940

promutuelassurance.ca



Vos premiers semis

Vous connaissez déjà le goût sucré d'une vraie tomate du jardin ou rafraîchissant d'un concombre fraîchement cueilli. Vous avez déjà un espace potager

FONDATION
DES SERVICES DE
santé
MRC DE L'ISLET

www.fondationsantelislet.com

BERNARD
RENCONTRE
SON MONDE

Écoutez le balado sur
BERNARD GÉNÉREUX
MONTMAGNY—L'ISLET—KAMOURASKA—RIVIÈRE-DU-LOUP
bernardgenereux.ca

G Guy
Chouinard
Câble/Tv

Télévision - Internet - Téléphonie
Fibre optique

RÉSIDENTIEL ET COMMERCIAL
418 356-5276

ou prévoyez en avoir un prochainement. Vous pouvez expérimenter vos premiers semis intérieurs, c'est facile.

En effet, faire ses propres semis compte plusieurs avantages sur l'achat de plants prêts à la transplantation au jardin. Notamment, c'est plus économique, le choix des semences est plus grand, on peut contrôler la qualité en limitant l'utilisation des pesticides et on est assuré d'avoir nos quantités nécessaires.

L'aménagement d'un espace intérieur requiert une grande fenêtre orientée à l'est ou au sud, profitant ainsi de 14 à 16 heures de lumière vive par jour, nécessaire surtout à la période de croissance des plantes.

Les pots peuvent être récupérés dans la cuisine; des barquettes de champignons ou de laitue, des pots de yogourt ou de margarine. On prend soin de perforer les fonds.

Donc, les achats se limiteront à un bon terreau, idéalement reconnu pour l'agriculture biologique et les semences de votre choix. Il est préférable, pour votre initiation, de commencer avec des semences réputées faciles, comme la laitue, la tomate, le chou, le concombre, la courge, le tagète.

Il faut savoir que les graines prennent de trois jours à trois semaines à germer. Certaines ont besoin de chaleur, d'autres de fraîcheur, de lumière ou de noirceur. Normalement, on retrouve toutes ces informations et la période suggérée de plantation en termes de semaines avant le dernier gel sur l'endos du sachet de semences.

L'erreur la plus fréquente est de semer trop tôt. Les plants trop avancés réagissent mal à la transplantation et en bout de ligne sont moins performants. Un plant jeune est plus vigoureux.

Après les semis, les pots bien identifiés sont recouverts de pellicule de plastique alimentaire pour conserver un taux d'humidité nécessaire à la germination. Le premier arrosage est fait en profondeur et en vaporisation par la suite, toujours avec de l'eau tempérée.

Lorsque les feuilles commencent à pointer, on retire définitivement la pellicule de plastique, on coupe au sol les plants en surnombre ou fragiles, pour ne garder que nos besoins. On installe un ventilateur directement sur les plants. Ce vent va endurcir les plants, réduire la croissance pour empêcher l'étiollement et aérer le sol pour éviter plusieurs maladies.

Il faut tourner les pots dès que les plantes penchent vers la lumière. Aussi, la fertilisation est recommandée aux deux semaines avec de l'émulsion de poisson et des algues à demi-dose.

Après les derniers gels, les plants doivent être acclimatés avant l'introduction au jardin. Il s'agit de les sortir deux ou trois jours à l'ombre, ensuite deux ou trois jours à la mi-ombre et enfin au potager.

À la récolte, vous serez impressionné de vos capacités et récompensé par le goût des légumes frais.

✍

Pauline Bissonnette
pour le Comité Floralies 2000

Équipe-toi pour ta prochaine aventure!

Services gratuits!



- Retour aux études
- Cours et perfectionnement
- Réorientation de carrière
- Reconnaissance des compétences

On explore avec toi les chemins pour y arriver et on t'accompagne tout au long du parcours.

tonsakado.ca • 418 234-2574

Sakado

Guides en emploi et en formation

Services d'accueil,
de référence,
de conseil et
d'accompagnement

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

« Un rang de plus pour le partage »

Une tradition qui allie partage et saine alimentation

Travailleuse sociale
Médiatrice familiale

Nadia Phaneuf



Consultations à distance
ou en cabinet

418 432-9262

Saint-Marcel

nadiaphaneuf.ts@gmail.com

C'est bientôt l'heure du jardinage! Pour une 7e année consécutive, l'organisme la *Soupe au bouton* fait appel à vous tous afin d'avoir une récolte abondante qui permettrait de poursuivre l'aide aux comptoirs alimentaires des MRC de Montmagny et de L'Islet.

En effet, on continue de solliciter la collaboration des citoyens et des producteurs de la région afin de semer *un rang de plus* dans leur jardin, en but de faire don de fruits et de légumes pour aider des gens sur le territoire. C'est en semant cette rangée supplémentaire pour la redistribution gratuite que l'on agit directement sur la qualité des

denrées remises aux personnes et aux familles dans le besoin. Ainsi,



Avril

Mois

de la

CHAUSSURE

Liquidation et
rabais sur **tous** les
souliers en magasin

Incluant les souliers
de travail

55, RUE PRINCIPALE,
SAINT-PAMPHILE,
(418) 356-3115
Visitez notre site WEB :
mercerierejeanguvin.ca

Mercerie
**Réjean
Gauvin**

Sécurité-travail
Vêtements et chaussures homme-dame-enfant

dès les premières récoltes, les généreux pouces verts pourront contribuer à la diminution du gaspillage alimentaire tout en assurant l'entraide collective.

Au fil du temps, cette pratique est porteuse de solidarité et de lutte contre la faim. Les donateurs et donatrices de denrées (ou

encore de semis) pourront communiquer avec Daniel Darveau directeur de la *Soupe au bouton* au 418-358-6001 pour connaître le point de chute le plus près. ✉

Soupe au bouton



Les jardins de Saint-Adalbert

L'ÉDUCATION DES ADULTES **MYTHE OU RÉALITÉ?**

« À l'éducation des adultes, je travaille à mon rythme, donc je peux terminer mon secondaire plus rapidement! »



RÉALITÉ! Avec certaines nuances : Il est possible, pour certains élèves disciplinés, de compléter leur objectif plus rapidement qu'à l'école secondaire au secteur jeune. Pour que cela puisse être réalisable, il faut que l'école soit une priorité dans leurs occupations. Si une personne n'est pas motivée à apprendre, elle n'ira pas plus vite et même moins vite qu'à l'école secondaire. Pour une personne qui occupe un emploi ou qui a des responsabilités familiales ou personnelles, un horaire peut être adapté à ses besoins puisqu'il est possible d'y étudier à temps partiel, le jour et parfois le soir.

Sources : Éric Boisvert, c.o. et Espace Parents

Inscription : Inscription: 418 356-3314 poste 7705
cealistsud.cscotesud.qc.ca/inscription



Sakado
Guides en emploi et en formation

cea
Centre d'éducation
des adultes de
L'Islet-Sud

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



Important

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

Mercredi le 12 mai 2021 à 19h30
à Sainte-Perpétue

Salle de l'Âge d'Or
8 rue des Bouleaux Ouest
Sainte-Perpétue

**QUADISTES
VOTRE IMPLICATION EST IMPORTANTE
VOTRE CLUB A BESOIN DE VOUS !**

Pour information : 418-356-8453

**N'oubliez pas de vous procurer
votre droit d'accès estival**

Prévente
Du 17 avril au 9 mai
Tarif : 207 \$
À partir du 10 mai : 227 \$



Achat en ligne:
vente.fqcq.qc.ca/12-133/login



PORTAGE Vaincre la toxicomanie

Portage offre ses services aux adolescents, aux adultes, aux femmes enceintes, aux mères avec de jeunes enfants, aux autochtones, aux toxicomanes souffrant de problèmes de santé mentale et aux individus référés par la justice, de toutes les régions du Canada. Portage aide les usagers à identifier la cause de leurs problèmes, à cibler les compétences générales pour y faire face et à élaborer les stratégies nécessaires pour les régler.

Le Centre de Portage à St-Malachie s'adresse aux adolescents et jeunes adultes âgés de 14 à 21 ans. Nous sommes partenaires du projet Ensemble, on D-Tox qui vise à prévenir la consommation abusive de drogues et d'alcool auprès des jeunes 12-17 ans. Au cours des dernières années, une conférence a été offerte aux parents d'adolescents concernant la consommation abusive de substances. En voici un bref extrait :

**VOTRE
EMPLOI**
on y travaille
ensemble

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

C.a.R.e.

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

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

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

L'adolescence et les impacts d'une consommation problématique:

L'adolescent est en développement (physiquement, émotionnellement, socialement...). Les différentes expériences qu'il vit construisent sa vision du monde, de lui-même, etc.

Quand on parle de consommation abusive, il y a les impacts physiques que l'on connaît déjà. Il y a aussi un autre élément important : la consommation abusive influence sa façon de voir le monde, de percevoir les gens et ses problèmes. Lorsque l'on parle de stratégies d'adaptation, on veut dire que face aux problèmes, certains adolescents vont avoir recours à la consommation de substances.

Moins de 5 % des consommateurs développeront une consommation problématique. Chaque jeune est unique, chaque situation également. En effet, la consommation peut entraîner de nouveaux problèmes (école, justice...) et les problèmes peuvent amener une

augmentation de la consommation.

Concrètement, qu'est-ce qu'on peut faire si le problème est déjà présent :

- Être informés, intéressés et le démontrer.
- En parler, nommer nos sentiments et inquiétudes.
- Ne pas soustraire le jeune aux conséquences.
- Être un modèle.
- Maintenir des contacts réguliers (ou rétablir ceux-ci).
- Maintien ou mise en place d'un filet de sécurité (personnes pouvant aider)

(Suite page 38)



• Vol • Feu • Intrusion
• Résidentiel • Commercial
Industriel

À votre service depuis **37 ans déjà !**

*Dormez l'esprit en paix
votre sécurité est notre priorité !*

Les ALARMES
Clément Pelletier inc.

197, 3^e Avenue, L'Islet (Québec)
Tél.: **418-247-7003**
1 800 563-7003
acpinc@videotron.ca

315600-17



962, rue des Trembles, bureau 300
Tourville (Québec) G0R 4M0
Tél.: **418 359-3730**
Fax.: **418 359-3717**

250, boul. Nilus-Leclerc, local 1
L'Islet (Québec) G0R 2C0
Tél.: **418 247-7335**
Fax.: **418 247-7342**

cjel@cjelislet.qc.ca

www.cjelislet.qc.ca



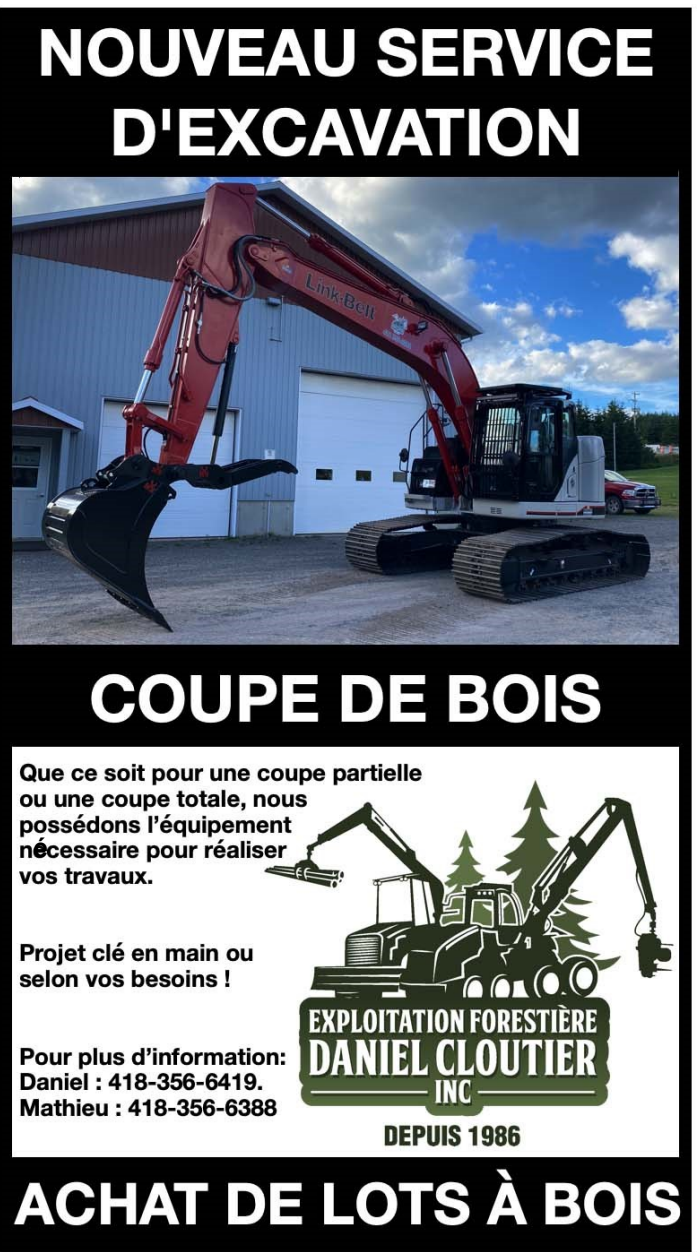
Clinique d'acupuncture

Sylvie Cloutier

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

Du lundi au jeudi
- Jour et soir -

No LIC.: A-021-89



NOUVEAU SERVICE D'EXCAVATION

COUPE DE BOIS

Que ce soit pour une coupe partielle ou une coupe totale, nous possédons l'équipement nécessaire pour réaliser vos travaux.

Projet clé en main ou selon vos besoins !

Pour plus d'information:
Daniel : 418-356-6419.
Mathieu : 418-356-6388

EXPLOITATION FORESTIÈRE DANIEL CLOUTIER INC.
DEPUIS 1986

ACHAT DE LOTS À BOIS

Des ressources à votre portée :

L'aide d'un professionnel ou d'un service spécialisé peut être pertinente. L'intervenant en milieu scolaire peut évaluer la gravité du problème et référer à des organismes spécialisés en dépendance, s'il y a lieu. Des ressources existent autant pour le jeune que pour l'entourage.

En bref :

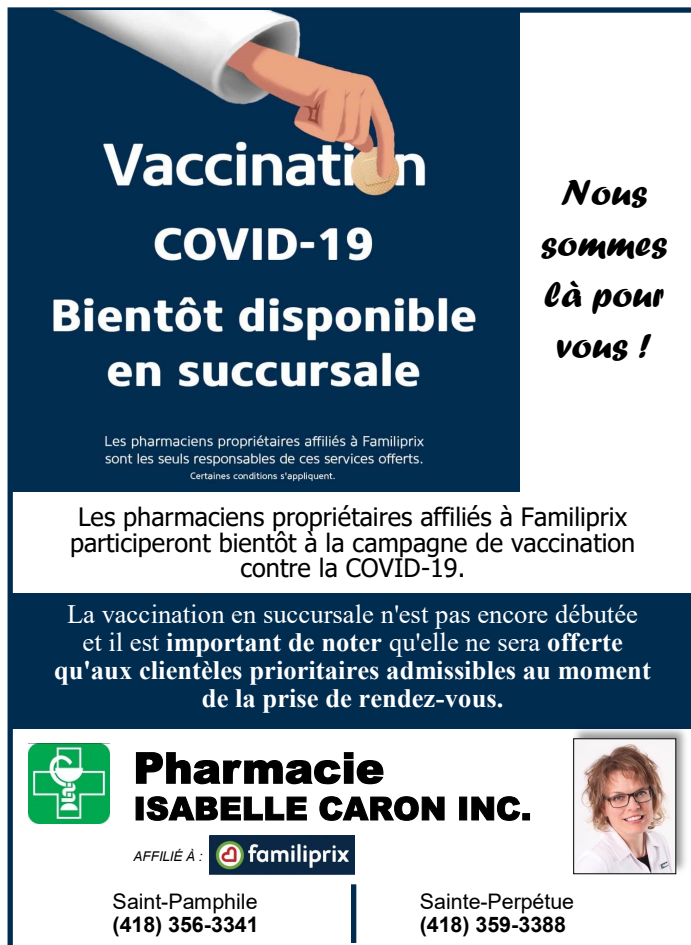
Si l'on souhaite aider une personne qui consomme abusivement des substances psychoactives (drogues ou alcool), il faut influencer de façon significative et positive son parcours. L'aide a comme objectifs de changer son regard et l'outiller à traverser les aléas de la vie sans chercher à fuir dans la consommation, à s'apaiser grâce à celle-ci, etc. Il est important de l'aider à découvrir à quels besoins répond cette consommation et quelles stratégies positives il peut utiliser.

Pour en savoir plus sur les drogues : <https://www.quebec.ca/sante/conseils-et-prevention/alcool-drogues-jeu/connaitre-les-drogues-et-leurs-effets/cannabis/>

Pour en savoir plus sur Portage : www.portage.ca

Nathalie Santerre, Coordonnatrice Relations Partenariats Portage St-Malachie.

nsanterre@portage.ca



Vaccination COVID-19
Bientôt disponible en succursale


Nous sommes là pour vous !

Les pharmaciens propriétaires affiliés à Familiprix sont les seuls responsables de ces services offerts. Certaines conditions s'appliquent.


Les pharmaciens propriétaires affiliés à Familiprix participeront bientôt à la campagne de vaccination contre la COVID-19.

La vaccination en succursale n'est pas encore débutée et il est important de noter qu'elle ne sera offerte qu'aux clientèles prioritaires admissibles au moment de la prise de rendez-vous.

Pharmacie ISABELLE CARON INC.

AFFILIÉ À :  **familiprix**

Saint-Pamphile (418) 356-3341 | Sainte-Perpétue (418) 359-3388



Edith Mercier
Acupuncteure

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



Une VÉRIFICATION printanière s'impose ?

Réparation et remplacement de votre pare-brise !

JESSAUTO inc.
Jessy Bourgault, propriétaire

Mécanique générale complète, alignement de véhicules, polissage et alignement de phares, changement et réparation de pare-brise avec réclamation directe aux assurances. Antirouille sans écoulement et plus encore !

418 359-0001
411, Principale, Sainte-Perpétue

Pour de bons conseils sur vos changements de pneus, venez nous rencontrer !



CE SOUVENIR VOUS RAPPELE-T-IL QUELQUE CHOSE ?

"Le Temps des Lilas"

de Marcel Dubé

Notre président vous parle...

Bien chers amis,

En octobre dernier, un groupe de professeurs se présentaient à mon bureau et me demandaient l'autorisation qui leur permettait de fonder une troupe de théâtre amateur. Cette troupe se devait d'accueillir aussi les jeunes de tous les milieux et c'est ce qu'elle fit...

Je souhaite ardemment que *La Cordée de la Rampe* continue le magnifique travail accompli et que l'on sache qu'à l'École Secondaire Saint-Joseph et qu'à Saint-Pamphile, une jeunesse est active et vraiment collaboratrice.

Dominique Hamelin, Président d'honneur
et Directeur de L'École St-Joseph.

La première saison du théâtre *La Cordée de la Rampe*

Notre but était de former « un centre d'intérêt autour du THÉÂTRE, pour ses adeptes amateurs et, deuxièmement répondre au besoin d'un public qui, jeune ou adulte, n'en désire pas moins témoigner un attachement profond à cet Art et à ses interprètes.

C'est notre première saison et notre vœu le plus cher, c'est qu'elle soit à la hauteur de notre public, qu'elle réponde à tous ses souhaits et à tous ses éloges déjà reçus. »

Réal Labrie, directeur de la C. de la R. DISTRIBUTION

Blanche..... Pierrette Pelletier
Johanne..... Nicole Castonguay
Marguerite..... Véronique Castonguay
Visiteuse..... Gaby Moreau

Vincent..... Raymond Le Blanc
Virgile..... Réal Labrie
Roméo..... Claude Dupont
Horace..... Réjean Caron
Estimateur..... Jean-Guy Gagnon

Président d'honneur..... M. Dominique Hamelin
Mise en scène..... Réal Labrie
Régisseur..... Denise Laeroix
Décors..... Yvon Le Blanc Lagueux & Frères Co-op
Éclairage et Musique..... Jean-Guy Chouinard et Claire Caron
Costumes et Accessoires..... Réjeanne St-Amant et Céline Laflamme
Maquillage..... Gaby Moreau et Mme Guy Robichaud
Coiffures..... Création Juliana
Publicité..... Denise Laeroix et Raymond Le Blanc
Prix de Présence..... Vivoir Ls. N. Blanchet et Jacques Le Blanc



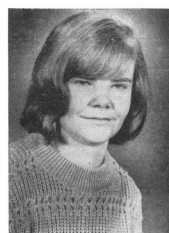
Nicole
Castonguay



Claude
Dupont



Denise
Laeroix



Gaby
Moreau



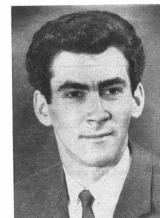
Jean-Guy
Gagnon



Pierrette
Pelletier



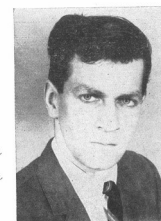
Réal
Labrie



Raymond
Le Blanc



Véronique
Castonguay



Réjean
Caron

Centre culturel Godend'Art. Saint-Pamphile

Humeurs en vrac d'une chroniqueuse

Chat sauvage

(Inspiré d'une chanson de MARJO)

« On n'apprivoise pas les chats sauvages. Pas plus qu'on met en cage les oiseaux de la terre »

Ça fait plusieurs années que cette chatte noire rôde autour de ma demeure. Parfois, on arrivait à l'approcher, mais elle était toujours sur ses gardes, je ne lui inspirais pas confiance en général. Par contre, il y a quelques années, elle est revenue. Elle semblait prête à fraterniser et réclamait des caresses et de l'amour. Nous lui avons donné toute l'attention que sa condition demandait, oui, la petite chatte noire attendait une portée. Ses passages à la maison étaient plus fréquents, elle venait manger sa ration, boire son petit lait et elle était toujours à nos côtés lorsque nous faisions des puzzles autour de la table, l'après-midi.

Elle était si belle! Elle avait perdu son petit côté farouche qui la rendait si difficile à aimer. Elle a fini par donner naissance à son petit chaton et c'était un plaisir de la voir aussi maternelle avec lui, un seul, un seul petit chat à lécher et à couvrir d'amour. Elle était tellement protectrice, mais souvent, elle venait nous le présenter. Le tout petit minou nous rendait comme de la guimauve, nous en étions fous.

Puis, petit à petit, elle a pris ses distances. Elle avait sûrement d'autres chats à fouetter. Elle repassait parfois seule devant la maison, quelque chose n'allait pas, elle semblait mal en point. Mais qu'est-ce qu'elle nous cachait? Pourquoi on ne la voyait plus comme avant? Les chats sont des animaux indépendants, elle en était l'exemple parfait. On demeurait disponibles pour la caresser, mais elle s'était détachée. Il fallait la laisser retourner à sa vie de sauvageonne tout en lui offrant une attention particulière lorsqu'elle passait devant, juste pour lui rappeler, qu'un jour, une famille l'avait aimée inconditionnellement.

« Faut les laisser aller, comme on les laisse venir au monde. Faut surtout les aimer, jamais chercher à les garder. »

Il y a quelques jours, elle est apparue sur mon balcon, elle miaulait si fort. Elle est arrivée seule, pas de petit chaton à ses côtés.

Elle avait le pelage ébouriffé, les traits tirés, elle semblait au bout de sa fatigue. Je lui ai ouvert ma porte, mon frigo, et mon cœur. Je l'ai nourrie, cajolée comme avant. Je lui ai donné un bain et fait un bon

shampooing pour la débarrasser de toute cette crasse qu'elle semblait porter en elle. Elle ronronnait et s'est endormie, elle était bien, j'avais enfin regagné sa confiance, du moins pour le moment et j'en étais très heureuse.

Je sais que le lien qui nous unit sera toujours fragile, mais je vais lui installer une chatière dans une de mes portes pour qu'elle sache que je serai toujours prête à l'accueillir si elle en a besoin.

« Faut les laisser aller toujours sans chercher à comprendre. Ils marchent seuls et n'ont qu'un seul langage. »


Cette chanson elle est pour nous. Elle jase d'amour et de liberté. ✍

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 !

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

LA ROCHE À VEILLON fait sa cabane à sucre

La Roche à Veillon resto-théâtre ouvre sa saison le samedi 8 mai prochain sous le thème de la cabane à sucre. C'est avec le support amical de Frédéric Cyr, directeur culinaire du Fairmont le Château Frontenac, que la Roche à Veillon offrira cette activité gourmande à sa clientèle. Monsieur Cyr affectionne particulièrement La Roche à Veillon en raison de son histoire unique qui réunit tradition et cuisine authentique:

Cette activité plaira à la clientèle, car aller à la cabane à sucre en famille ou entre amis fait partie des traditions bien ancrées au Québec. Dès le samedi 8 mai, il sera possible de réserver ses places pour les samedis et dimanches du mois de mai. De l'animation musicale viendra égayer les tablées lors de cet événement.

Toute l'équipe se prépare à recevoir la population et les visiteurs en ce début de saison particulier qui approche à grands pas! Rappelons que les activités se dérouleront dans le respect des mesures sanitaires en vigueur.

À propos de La Roche à Veillon

La Roche à Veillon resto-théâtre est une véritable institution située à Saint-Jean-Port-Joli, en Chaudière-Appalaches. Depuis plus de 56 ans, grâce à une offre théâtrale et culinaire d'exception, l'établissement ravit ses visiteurs en proposant du théâtre d'été à la fois drôle et intelligent et une délicieuse cuisine traditionnelle. Fondée par des visionnaires, elle a été créée pour assurer la vitalité touristique de la région. Ses premières réalisations, soit le théâtre La Roche à Veillon (1964) et le restaurant La Boustifaille (1965), se sont avérées de francs succès.

Plus de 75 employés travaillent pour l'organisme, un moteur économique non négligeable dans la région.

Pour information, consultez le rocheaveillon.com

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

La corporation
des maîtres électriciens
du Québec

Amusons-nous un peu ! Accumule ce jeu et les suivants et cours la chance de gagner un magnifique prix !



Thème : À l'école

Raye dans la grille les mots de la colonne de droite que tu retrouveras.

Attention les mots peuvent être à l'endroit, à l'envers, à l'horizontale ou à la verticale et même en diagonale !

Avec les lettres isolées qu'il te reste à la fin, tu devras retrouver le mot caché !

R	E	C	R	E	A	T	I	O	N
C	A	H	I	E	R	S	E	E	C
N	O	Y	A	R	C	C	T	R	A
E	L	E	V	E	O	O	C	E	R
T	D	N	T	L	N	R	O	C	T
C	E	O	E	R	U	A	U	I	A
L	V	C	B	O	O	L	R	T	B
A	O	E	J	E	A	U	S	E	L
S	I	L	B	A	N	C	S	R	E
S	R	E	D	U	T	E	U	S	X
E	E	C	I	C	R	E	X	E	E

note
banc
jour
école
élève
étude
cours
classe
crayon
devoir
leçon
réciter
cahiers
trousse
exercice
cartable
récréation

Mot caché : un indice

Ils sont noirs ou verts et souvent couverts de craie ...

Nom : _____ Âge : ____

Adresse : _____

Numéro de téléphone : _____

P.S. : Les plus petits peuvent se faire aider par leur parent. Les enfants de tous âges ont le droit de participer.

Complète cette grille de mots cachés et conserve-la. À chaque mois, jusqu'en décembre 21, nous publions une nouvelle grille ou un nouveau jeu. Accumule-les tous et participe au tirage, d'un magnifique prix, qui aura lieu le mercredi 22 décembre à 16 h. Parmi tous les jeux amassés, nous ferons deux heureux(es) gagnant(e)s.

À la fin du concours, poste ou dépose tes jeux au bureau de l'Écho d'en Haut au 35, Principale, bureau 209, Saint-Pamphile, G0R 3X0.



Des nouvelles de vos associations...



FEUILLET PAROISSIAL

Bonjour à vous tous,
Etant donné que depuis plusieurs mois, l'envoi du feuillet par Internet fonctionne bien et que de plus en plus de paroissiens le demandent de cette manière, le Conseil de Fabrique de Saint-Pamphile, paroisse qui le prépare, a résolu que cette nouvelle façon de distribution se poursuive dans l'avenir.

Si vous désirez le recevoir par Internet, nous écrire à stpamphile@diocese-steanne.net.

Vous pouvez également consulter le feuillet sur le site WEB de l'Unité missionnaire Ouest.

Un grand MERCI aux personnes qui le reçoivent actuellement et qui le transmettent à leurs parents et amis. MERCI également de l'imprimer pour ceux qui veulent une copie papier. Par ce partage, vous aidez votre paroisse. Merci de votre soutien.

BONNE SEMAINE!

SAINTE - PERPÉTUE Loterie Fabrique- Médiathèque 2021 :

100 \$ du billet, 3 prix chaque mois : 1^{er} prix 600 \$, 2^e prix 200 \$ et 3^e prix 200 \$.

Prochain tirage le 18 avril. Le billet est éligible à chaque tirage.

Information : Christine Bélanger, 418 359-3457.

SAINT-CLÉMENT DE TOURVILLE

À tous les concessionnaires de lot au cimetière de Tourville, nous vous demandons de vérifier la date d'échéance de vos contrats de concession et d'entretien, car nous constatons que



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>

plusieurs sont à échéance depuis quelques années.

S.V.P., communiquez avec la paroisse de Saint-Pamphile afin de prendre rendez-vous pour mettre à jour votre dossier. (418 356-3308).

LIEUX DE CULTE - VOICI LES RÈGLES À SUIVRE

La limite est de 100 personnes pour les célébrations « régulières ». Pour les funérailles, la limite demeure à 25 personnes. Les familles ne pourront pas recevoir les condoléances à l'église avant une célébration de funérailles.

La raison en est qu'au moment des funérailles, nous ayons tendance à ne pas respecter le 2 m, à nous donner des accolades ou à nous embrasser. C'est actuellement une occasion où le niveau de contagion est très élevé.

La tenue d'un registre pour les funérailles demeure obligatoire.

Pour les baptêmes, la limite est de 25 personnes présentes, et une famille à la fois.

Le port du masque de procédure est obligatoire en tout temps, même lorsque les personnes sont à leur place (sauf le temps de communier).

La distance de 2 m doit être en tout temps respectée, même lorsque les personnes sont à leur place.

Le chant choral et de l'assemblée demeure interdit.

Les déplacements dans l'église sont interdits pendant la célébration: les gens demeurent à leur place et c'est le ministre qui se déplace.

**Me Yvan Thériault,
Économe diocésain**

**Simon-Pierre Pelletier, ptr
Vicaire général**

Afin de souligner le 150^e anniversaire de la proclamation de saint Joseph comme Patron de l'Église Universelle,

Des nouvelles de vos associations...

le pape François a décrété une « année spéciale saint Joseph » qui se terminera le 8 décembre 2021.

Pour cette occasion, un globe avec acétate de saint Joseph et le lampion, ainsi qu'une carte prière vous sont offerts pour 10 \$.

Nous vous demandons de passer au bureau de la paroisse de Saint-Pamphile pour faire votre commande, car les frais devront être acquittés. ✉



CERCLE DE FERMÈRES DE SAINT-PAMPHILE

Renouvellement en mai de notre adhésion pour l'année 2021-2022.

Bonjour à vous toutes, j'espère que vous allez bien.

Je sais que l'année que nous venons de passer n'a pas été facile pour nous toutes, ainsi que pour tous les Cercles de Fermières du Québec. Nous espérons que la prochaine sera meilleure.

À notre prochaine rencontre du CAL, nous discuterons de la marche à suivre pour le renouvellement de notre adhésion en collaboration avec notre Fédération. Nous vous en communiquerons les détails et décisions.

Soyons fières d'être Fermières et encourageons-nous à conserver notre privilège de faire partie de la **PLUS GRANDE ASSOCIATION FÉMININE AU QUÉBEC.**

Après la pluie, vient le beau temps, continuons d'être solidaires.

Diane Bérubé, présidente
Cercle de Fermières Saint-Pamphile
Fière d'être Fermière.



À PARTIR DU 1^{ER} MAI, SURVEILLEZ LA PROGRAMMATION DE PRINTEMPS

Cours de groupe en classe, dehors et en ligne!

Cours pour adultes : Cardio-Danse, Cours de Step, Spinning, Yoga, Cardio-Militaire, Multi-Danse Adulte et un cours surprise!

Cours pour enfants : Danse Mini (4-5 ans), Danse Junior (6-8 ans), Danse Pré-élite (9-12 ans)

Cette session débutera dès le 1er mai 2021!

D'ici là, nous avons une programmation EXPRESS pour les cours de groupe.

Détails sur notre page Facebook et notre site Internet!

www.gym-action.com
418-356-2881 . ✉

Besoin de parler
à quelqu'un ?
Nous sommes là
pour vous
écouter.

24/7. Gratuit. Confidentiel.
Lévis et environs :
418-838-4095
Sans frais 1-866-559-
4095

Convergence
tel-écoute

Convergence Tel-écoute est un service d'écoute qui vise à prévenir la détresse psychologique et à combattre l'isolement social, en offrant un espace pour ventiler, se confier ou simplement réfléchir à voix haute. N'hésite pas, appelle-nous.

Des nouvelles de vos associations...



IMPORTANT
ASSEMBLÉE GÉNÉRALE
ANNUELLE

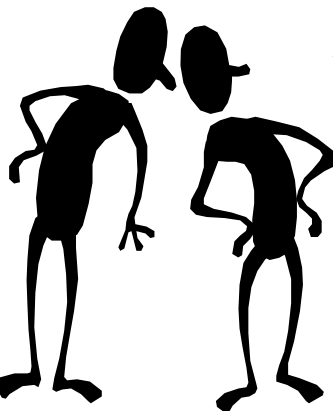
Mercredi le 12 mai 2021
 à 19 h 30 à Sainte-Perpétue.
 Salle de l'Âge d'Or,
 8, rue des Bouleaux.

QUADISTES, VOTRE IMPLICA-
TION EST IMPORTANTE!
 Pour information : 418-356-8453

N'oubliez pas
Membres estivaux
 La prévente
 du 17 avril au 9 mai 2021
 Tarif prévente = 207 \$
 En ligne seulement au
vente.fgcq.qc.ca/12-133/login

Valérie Desrosiers
 bénévole pour le club de VTT
 les Défricheurs de L'Islet-Sud ☞

Encourageons
nos organismes



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.

**LE VESTIAIRE EST OUVERT
TOUS LES JEUDIS :**
de 11 h à 16 h.

***Et le dernier jeudi du mois*, soit le**

29 avril, 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

Gagnants du mois de mars. Tirage fait par Mme Nicole Ross, le 21 mars :

Nouveauté:

3 tirages par mois :

1^{er} prix 600 \$:

Mme Louise Bourgault, billet no 249.

2^e prix : 200 \$:

Mmes Jeannine Lemelin et Christine Lemelin, billet no 091

3^e prix 200 \$:

Mme Carole Robichaud et Daniel Robichaud, billet no 105.

Le billet est éligible à chaque mois.

Tirage le 3^e dimanche du mois, le prochain le 18 avril 21.

Christine Bélanger (418) 359-3457, responsable ✉

Petites annonces

À LOUER

Logements à louer à Saint-Pamphile et Sainte-Perpétue

Déneigement inclus,
non chauffés,
non éclairés.

LIBRE IMMÉDIATEMENT

187, rue de l'Église

Saint-Pamphile

App. #1 - 4 ½ - 400 \$ / mois

App. #2 - 4 ½ - 400 \$ / mois

App. #5 - 4 ½ - 400 \$ / mois

LIBRE À PARTIR DU 1^{er} mai 2021

7, Avenue du Foyer, Sainte-Perpétue

App. #110 - 4 ½ - 559 \$ / mois

LIBRE À PARTIR DU 1^{er} juillet 2021

187, rue de l'Église, Saint-Pamphile

App. #3 - 4 ½ - 400 \$ / mois

App. #4 - 4 ½ - 400 \$ / mois

7, Avenue du Foyer, Sainte-Perpétue

App. #103 - 3 ½ - 467 \$ / mois

App. #105 - 3 ½ - 467 \$ / mois

App. #113 - 4 ½ - 564 \$ / mois



GESTION IMMOBILIÈRE
RIVE-SUD

Pour plus d'informations,
contactez-nous :

Bureau : (418) 253-0064

info@gestionirs.com

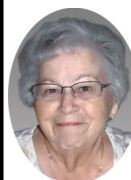
www.facebook.com/gestionimmobiliererivesud

REMERCIEMENTS DE SYMPATHIE

Mme Georgette LeBlanc Pelletier

1929-2021

Nous avons été touchés par les nombreuses marques de soutien et d'affection témoignées lors du décès de notre mère, Georgette LeBlanc Pelletier survenu le 1^{er} février dernier à la Maison d'Hélène de Montmagny.



Nous tenons à vous remercier chaleureusement pour vos écrits, vos appels, vos pensées, vos fleurs, vos dons à l'une ou l'autre des fondations et autres délicatesses.

Nous vous invitons à vous souvenir d'elle comme étant une personne authentique, aimant la vie et les gens autour d'elle. Parents et amis seront conviés lors de l'inhumation des cendres au courant de l'été 2021 si la situation le permet.

Veuillez considérer ces remerciements comme vous étant adressés personnellement.

Ses enfants, Florent, Lucien, Paul-Henri, Donald, Gaétan, Jean-Neil et Christine ainsi que chacun des membres de leurs familles.

MESSE 1^{er} ANNIVERSAIRE

Messe 1^{er} anniversaire

Chères mamans,
Cela fera bientôt un an que vous nous avez quittés.

Votre présence et votre amour nous manquent énormément.

Nos larmes silencieuses et discrètes ne représentent qu'une partie de notre peine.

Profitez de ce repos éternel pendant que nous continuerons notre cheminement à accepter ce vide, à garder en mémoire nos heureux moments que nous avons partagés et à poursuivre vos valeurs que vous nous avez transmises.

Une messe anniversaire sera célébrée à votre mémoire, le 25 avril 2021 à 10 h 30 en l'église de Saint-Pamphile.

Nous remercions tous ceux et celles qui s'uniront à nous par leur présence, leur pensée ou leurs prières.

Les enfants



Marie-Paule
Gamache
décédée le
10 avril 20



Rita
Gamache
décédée le
17 avril 20

D Maison funéraire
De la Durantaye

Cap-Saint-Ignace 418 246-5337

L'Islet 418 247-5571 / 247-5377

Saint-Jean-Port-Joli 418 598-3093

Et paroisses environnantes

Sans frais : 1-877-598-3093

Pour une approche humaine.

Pour un personnel à l'écoute de vos besoins dans le respect et la discrétion.

Services funéraires professionnels et préarrangements.

D Maison funéraire
C. Lavoie et Fils

18, du Foyer Sud, Saint-Pamphile

et paroisses environnantes

Tél.: 418 356-3822

Sans frais : 1-888-430-3822

Une
présence ... rassurante !



Benoît
De la Durantaye
Propriétaire
Thanatologue diplômé

David Côté
Thanatologue
diplômé

Bernard
De la Durantaye
Propriétaire



POLARIS
GRANDE VENTE DU PRINTEMPS
GARANTIE DE 2 ANS

*Des conditions s'appliquent. Consultez un concessionnaire pour plus de détails.

Commandez votre motoneige
SNOWCHECK 2022!

Date limite : 15 avril 2021



Commandez votre VTT dès maintenant afin de le recevoir le plus rapidement possible !

Le marché économique étant difficile, il crée une rareté sur les produits. Les quantités sont limitées.

**ET VOILÀ,
 UNE JOURNÉE
 FRUCTUEUSE**

Obtenez une remise de 10% sur le POF* garantie de 2 ans + économies de 100 \$ sur les pièces, les vêtements et les accessoires.

Offert exclusivement aux agriculteurs et aux éleveurs dans le cadre du programme Avantage agricole Polaris.

Certaines conditions s'appliquent. Détails en concession.

POLARIS



LE PRINTEMPS C'EST VOTRE MOMENT.

ALLEZ-Y.

Vous avez attendu tout l'hiver pour ce moment.

REMISES JUSQU'À **1 000 \$** SUR LES MODÈLES 2020

POLARIS
UNIQUE VENTE DU PRINTEMPS

Certaines conditions s'appliquent. Détails en concession.

0%
d'intérêt



Cub Cadet



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



OUVERT

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

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

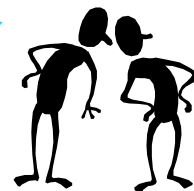


Dépôt légal :
 Bibliothèque nationale du Québec
 Bibliothèque nationale du Canada
 ISSN0822-174X

Journal
 membre de



Date de tombée :
19 avril 2021
Date de parution :
5 mai 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 !





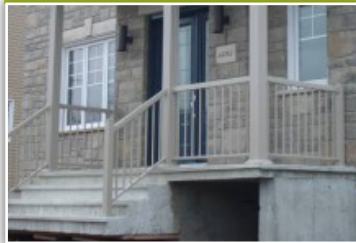
Vous planifiez changer vos PORTES et FENÊTRES ?



Pensez à nous !

Déco-Rampe

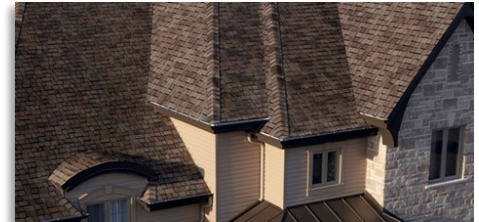
Que ce soit pour un patio, un balcon, une terrasse ou une piscine, **Déco-Rampe inc.** vous propose une variété de produits de qualité, tous fabriqués sur mesure selon vos besoins. www.deco-rampe.com



Cette année encore, le bardeau d'asphalte est en vedette.

Beau choix de couleurs en stock.

Venez choisir et prendre arrangement pour une livraison directement sur votre toiture !



Centre de Rénovation
 **Home hardware**

Centre de Rénovation Maurice Jalbert inc.

652, route Elgin Nord,
Saint-Pamphile
418 356-3352



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

Anctil Automobiles 2008 Inc.



Suivez-nous sur Facebook



C'est le temps de penser au changement des pneus !

RABAIS sur différentes marques !

INFORMEZ-VOUS sur nos différentes PROMOTIONS !

MÉCANIQUE GÉNÉRALE - VENTE DE PIÈCES

Suspension • Alignement 3D • Freins • Air climatisé • Réparation de pare-brise

589, rue Principale, Saint-Pamphile • (418) 356-5511 • anctilautomobiles2008@hotmail.com