

Des nouvelles de vos associations...



RETOUR DE L'ACTIVITÉ :
**« VENTE DE SOUPES
COLORÉES »
AU PROFIT DE
L'ATELIER DES JEUNES
MÉDIATHÈQUE L'HÉRITAGE
DE L'ISLET-SUD**



Nous lançons notre campagne de financement en vendant de délicieuses soupes en sac ! Mettre le contenu du sac dans un chaudron, suivre les instructions et vous obtenez une soupe parfaite en seulement quelques minutes !

4 portions : 6 \$
8 portions : 10 \$

Soupe : Lentilles, orge, légumes, fines herbes et concentré. Juste ajouter ; eau et tomates.

Pour commander :
Sylvie Jacques: 418-359-1316
Médiathèque : 418-359-3689. ✉



Les Nouveaux Sentiers de
la MRC de L'Islet

**ATELIER
D'AUTOGESTION**

**VIVRE AVEC
L'ANXIÉTÉ**



Cet atelier vous aide à trouver des stratégies et outils concrets pour reprendre du pouvoir sur votre santé mentale dans votre vie quotidienne.

- démarche structurée sur 10 semaines, information théorique
- activités pratiques, discussions et exercices formule de groupe basée sur l'entraide
- matériel inclus

« L'atelier m'a permis de prendre conscience de mon anxiété et de mettre des mots sur ce que je ressentais. C'est la première fois depuis longtemps que je me sens mieux. L'atelier est vraiment bien construit. »
- participant à l'atelier d'autogestion de l'anxiété

Dès le 16 mars 2022 :
les mercredis, de 18 h 30 à 21 h

**Offert en présentiel à la
salle communautaire Joli située au 318,
rue Verreault, Saint-Jean-Port-Joli
(aussi possible de le faire en virtuel).**

**Les Nouveaux Sentiers de la MRC de
L'Islet
Pour s'inscrire : 418-359-3348. ✉**



Lévis · Bellechasse
Montmagny · L'Islet

**BESOIN D'AIDE EN LIEN
AVEC L'AIDE SOCIALE ?**

Appelez-nous !

L'Association de Défense des Droits Sociaux de la Rive-Sud est un organisme de défense individuelle et collective des droits des personnes sans emploi.

Vous pouvez nous joindre du lundi au jeudi entre 9 h et 16 h et le vendredi entre 9 h et 12 h au 418-838-4774.

Rendez-vous à la page 26 pour consulter la publicité. ✉



**CERCLE DE
FERMIÈRES
SAINT-PAMPHILE**

La prochaine réunion mensuelle du cercle de Fermières de Saint-Pamphile aura lieu mardi le 15 mars 2022 à la salle du conseil de Ville à 19 h. Bienvenue à toutes .

On souligne la journée de la femme

Les morceaux du mois sont :
-Trousse de fournitures d'artisanat (Fédération).
-Transfert d'image pour sac tout usage
-Gâteau à la salade de fruits
-Napperons en jeans recyclés

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

Les mesures sanitaires seront appliquées pour la réunion.

Venez relaxer et échanger avec vos compagnes. ✉

**Gilberte Pelletier,
responsable de communications**

**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...



GROUPE D'ENTRAIDE DE L'ISLET-SUD

Intéressée à te joindre à nous ?

Début : Depuis mardi 15 février 2022 en après-midi (un mardi sur deux).

Lieu : Complexe municipal de Tourville, 962, rue des Trembles.

Pour inscription et info :
Centre-Femmes La Jardilec :
418-598-9677

CDC (Marie-Pier Caron) :
418-356-6120. ✉



MILIEU ÉDUCATIF
À HORAIRE ATYPIQUE
LES NOCTAMBULES

La SODISPA aimerait connaître vos besoins en service de garde de jour, de soir et de nuit. Cette démarche vise à justifier les besoins criants de place à contribution réduite (8,70 \$ par jour) tant pour les services de garde de jour que pour les services de garde atypiques.

Pour la garde de jour : la SODISPA sollicite votre appui en inscrivant votre enfant à la plateforme de la Place 0-5 : www.laplace0-5.com ou en communiquant au 1 844 270-5055. L'inscription de votre enfant à ce guichet unique est gratuite.

Pour la garde de soir et de nuit : afin de manifester votre besoin de garde atypique pour les deux prochaines années, vous êtes invités à envoyer un courriel à noctambules@cqsepe.ca en spécifiant votre nom et votre numéro de téléphone.

Pour toutes questions sur la démarche, vous pouvez communiquer avec Annick Bélanger au 418 356-4407 ou par courriel à noctambules@cqsepe.ca ✉

Annick Bélanger
Coordonnatrice du MÉHA
Les Noctambules



**CENTRE
SOCIOCULTUREL
GÉRARD-OUELLET**

VOICI LES FILMS POUR MARS À SAINT-PAMPHILE

ALINE
10 mars à 19 heures

Quatorzième enfant d'une famille modeste du Québec, Aline a toujours eu un don pour le chant. À tel point qu'à l'âge de 12 ans, elle a enregistré une chanson originale qui a beaucoup plu au producteur de musique Guy-Claude. Maintenant sous son aile, Aline doit apprendre l'anglais si elle veut obtenir du succès aux États-Unis et à l'international. En multipliant les concours et les spectacles, la gloire cogne à la porte. Mais comment être heureuse au sommet si elle est seule? En effet, Aline est amoureuse de son gérant, un homme marié qui est beaucoup plus âgé qu'elle. Une union qui risque de faire jaser, surtout auprès de sa mère.

L'ARRACHEUSE DE TEMPS
21 mars à 19 heures

En 1988, Bernadette tente de rassurer son petit-fils, Fred, qui s'inquiète de son trépas prochain, en lui disant que la Mort n'existe plus. La vieille dame malade lui racontera comment, en 1927, les habitants du village de Saint-Élie-de-Caxton sont parvenus, par des tours rocambolesques, à éliminer la grande faucheuse, après qu'un éclair ait frappé le pommier de l'église, laissant présager un malheur. ✉

Claire Wingen
Directrice



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

LE VEILLEUR

Expert en repérage d'aînés
vulnérables

Ce service de soutien à domicile permet d'établir un pont entre l'aîné et les ressources pertinentes du milieu et agit comme courroie de transmission d'information.

Le service est dispensé dans les quatre pôles des deux MRC par un intervenant travailleur de milieu.

Plus précisément, ce service répond à :

- Repérer les aînés à risque de vulnérabilité dans leurs différentes sphères de vie;
- Les informer des ressources existantes;
- Les soutenir et les accompagner dans leurs démarches;
- Développer leur pouvoir d'agir.

Ce service est gratuit, confidentiel et sécuritaire. Contactez-nous pour plus d'information !

.cabml.ca
.s.gobeil@cabml.ca
.418 248-7242 poste 106
.25, boulevard Taché Ouest, local 101, Montmagny, Qc, G5V 2Z9. ✉



Des nouvelles de vos associations...

**LA LOTERIE 2022 REPREND
RÉSERVEZ MAINTENANT
VOS BILLETS**

**FABRIQUE
SAINTE-PERPÉTUE
MÉDIATHÈQUE L'HÉRITAGE**



**10 000 \$ en prix
1000 \$ / mois**

Billet : 100 \$

10 tirages de 3 prix (mars à décembre)
1er prix : 600 \$
2e et 3e prix : 200 \$ chacun

Le premier tirage aura lieu le 20 mars à 11 h 30.

**Travaux
Projet de transformation**

Billets disponibles :
Sainte-Perpétue : Fabrique,
pharmacie, municipalité.
Médiathèque : 418 359-3689
Christine : 418 359-3457.

Saint-Pamphile : Boutique La Pagaille
inc.

TRAVAUX Projet de transformation

www.mediathequeheritage.com
Christine Bélanger (418) 359-3457,
responsable ✉



**SECTEUR
L'ISLET-SUD**

Prendre note :

· À partir de 2022 les célébrations dominicales dans tout le secteur auront lieu comme suit:

1er dimanche : Saint-Adalbert à 9 h,
Sainte-Perpétue à 10 h 30

2e dimanche : Saint-Marcel à 9 h,
Saint-Pamphile à 10 h 30,
Tourville à 10 h 30

3e dimanche : Saint-Omer à 9 h,
Sainte-Perpétue à 10 h 30

4e dimanche : Sainte-Félicité à 9 h,
Saint-Pamphile à 10 h 30,
Tourville à 10 h 30

SAINT-ADALBERT

Il y aura une Assemblée des paroissiens et paroissiennes le dimanche 6 mars 2022 AVANT la messe dominicale.

**Lucie Pelletier,
présidente d'assemblée**

Loterie 2022 au profit de la transformation de l'église de Sainte-Perpétue 10 000\$ en prix

Premier prix : 600 \$ et deux prix de 200 \$.

Tous les mois pendant 10 mois = 30 chances de gagner

Billets en vente au bureau de la Fabrique (418 359-2951), de la municipalité, de la pharmacie, auprès des marguilliers et de la responsable Mme Bélanger que vous pouvez rejoindre au 418-359-3457

MERCI de votre encouragement !

APPEL D'OFFRES pour l'entretien des cimetières Bellevue et du Parc. (voir la publicité à la page 40)

FEUILLET PAROISSIAL

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

Vous pouvez également le consulter sur le site WEB de l'Unité missionnaire Ouest <http://www.unite22.com>

Un grand MERCI aux personnes qui le reçoivent par Internet 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.

COVID-19... Voici les mesures sanitaires en vigueur

a. Limite d'accueil fixée à 50 % de la capacité du lieu, avec un maximum de 250 personnes. Le passeport vaccinal est obligatoire. Le port du masque, la distance d'un mètre et l'hygiène des mains demeurent.

b. Ces règles valent pour les services réguliers, pour les baptêmes, les mariages, les funérailles ou toute autre célébration.

c. Depuis le 21 février, il n'est plus nécessaire d'exiger le passeport vaccinal dans les lieux de culte. ✉

**Marie-Claude Chouinard, Ag. Adm.
Fab. Paroisse Saint-Pamphile.**



CERCLE MARIA CHAPDELAINE

La prochaine réunion aura lieu mardi le 8 mars 2022 à 19 h 30 toujours à la salle municipale de Ville Saint-Pamphile.

Dernier rappel pour le renouvellement de votre cotisation annuelle

Toutes les mesures sanitaires seront respectées ! ✉

**Marlène Bourgault rédactrice
Cercle Maria-Chapdelaine des
Filles d'Isabelle, conseil 794 de Saint-
Pamphile**

Des nouvelles de vos associations...



Chers membres

Nous espérons que vous profitez au maximum de votre saison hivernale.

Nous avons le plaisir de vous annoncer que nous revenons avec notre classique randonnée nocturne.

Cette dernière se tiendra le samedi 12 mars 2022.

Départ 18 h 15 du Restaurant Chez Réjean (Saint-Pamphile) en direction de L'OTJ de Sainte-Perpétue où la municipalité nous accueillera.

N'oubliez pas que le Tipi est toujours disponible pour vous offrir un lieu d'arrêt et la possibilité de vous réchauffer lors de vos randonnées.

N'hésitez pas à joindre notre conseil d'administration pour questions, commentaires ou suggestions.

Rendez-vous à la page 41 pour consulter notre publicité.

Suivez-nous ici et sur Facebook : Les Défricheurs de L'Islet Sud. ✂



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 31 mars, de 11 h à 17 h.

Plus LES SAMEDIS en après-midi de 13 h à 16 h.

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



VENTE DE PAINS DES CHEVALIERS DE COLOMB CONSEIL 3075 DE SAINT-PAMPHILE

Du mercredi 2 mars jusqu'au 6 mars prochain, des Chevaliers de Colomb passeront de porte en porte dans la région de L'Islet-Sud pour vous offrir des pains tranchés: soit du pain de blé entier et du pain blanc. Le but de cette activité est d'amasser des fonds pour financer les œuvres du Conseil # 3075 de Saint-Pamphile. Une partie des profits sera remise à la Maison de la Famille de la MRC de L'Islet et à la Maison d'Hélène. L'activité aura lieu seulement si les conditions sanitaires le permettent.



Nous vous invitons à être généreux.

Pour réservation :

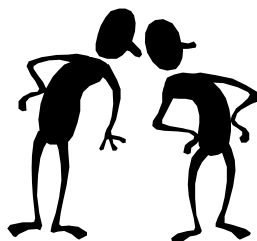
Jean-Yves Thiboutot, responsable de l'activité, tel :418-356-2659

Jacques Guillemette, Grand Chevalier Conseil 3075, Tel : 418-356-3916

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

Seulement 16 \$.

S.V.P. Aidez-nous à conserver en bonne santé financière votre journal et procurez-vous-la...



Carte de membre Écho d'en Haut Inc.

Carte de membre 16 \$ Don _____ \$

Nom : _____

Tél.: _____

Adresse: _____

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

Des nouvelles de vos associations...



SERVICE D'AIDE
EN IMPÔT
PROGRAMME
DES BÉNÉVOLES
DEPUIS 1988



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

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

Les critères d'admissibilité au programme sont les suivants :

- Une personne seule de 35 000 \$
- Un couple 45 000 \$
- Chaque personne à charge supplémentaire de 2 500 \$

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

INFORMATIONS IMPORTANTES!

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

Pour les nouvelles demandes, communiquer au bureau de l'ALPHIS, 418 356 -2011, pour prévoir votre rencontre avec un bénévole.

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

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

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

ÂGE D'OR SAINT-PAMPHILE

Souper dansant à la salle municipale le 20 mars 2022.

Musique : Denis et Jean-Yves.

Masques obligatoires

Réservations obligatoires : 418-356-1329 ou 418-359-2640 avant le 16 mars. ✍



SALON DE LA FIBROMYALGIE ET DOULEUR CHRONIQUE



**Invitée d'honneur
Guylaine Tanguay**

23 avril 2022

Centre Caztel de Sainte-Marie (905,
Route St-Martin) dès 8 h 30.

Conférence : 15 \$

Journée complète :

Membre : 25 \$

Non-membre : 40 \$

Repas (boîte à lunch inclus)

Invitez un ami et c'est gratuit !

M. Patrice de la Brosse
Maître de cérémonie

La présence aussi de :
Nathalie Bisson
Jean-Yves Dionne. ✍

VIACTIVE SAINTE-PERPÉTUE

C'EST RECOMMENCÉ !

Activité VIACTIVE à Sainte-Perpétue,
**les mercredis en après-midi
à 13 h, à la salle de l'Âge d'Or.**

**Pour informations :
Fernande Miville au 418 359-2985.**

LES DOYENS DE SAINTE- PERPÉTUE INC.

BINGO

Les Doyens de Sainte-Perpétue vous invite à un BINGO qui se tiendra :

Mercredi, le 16 mars 2022 à 19 h 30
à la salle de l'Âge d'Or de Sainte-Perpétue (8, rue des Bouleaux Ouest à Sainte-Perpétue)

Ouverture des portes à 18 h 30.

Les règles sanitaires en vigueur à cette date devront être respectées.

SOUPER DANSANT ET CARTES

Dimanche, le 27 mars 2022, les Doyens de Sainte-Perpétue vous invite à un souper dansant et une activité de cartes qui débutera à compter de 15 h à la salle de l'Âge d'Or de Sainte-Perpétue.

Vous devez **réserver votre place** pour le souper **avant mercredi, le 23 mars 2022** en communiquant avec :
Marie-France Guay : (418) 359-2837
Lucienne Desrosiers : (418) 359-2888

Le coût est de 15 \$ pour les membres et 17 \$ pour les non-membres. Des cartes de membres seront en vente sur place.

Les règles sanitaires en vigueur à cette date devront être respectées.

**Martine Robichaud, secrétaire
Les Doyens Sainte-Perpétue**