



L'Écho de La Pinière

531, rue de l'Église Sud • Sainte-Hélène-de-Kamouraska • (Québec) G0L 3J0

Janvier 2020

La chorale de Noël

Volume 21, numéro 4



Veuillez nous faire parvenir
vos textes AVANT le 18 février 2020
pour la prochaine parution.

echo.piniere@gmail.com

Dépôt légal: Bibliothèque nationale du Québec

Mot de la présidente



Bonne année 2020 à vous tous et toutes!

J'espère que le début d'année 2020 se passe pour le mieux pour vous. La neige est finalement au rendez-vous. Et les activités à Sainte-Hélène aussi! N'hésitez pas à feuilleter le journal pour découvrir toutes les activités hivernales offertes ici et au Kamouraska.

De plus, le journal L'Écho de la Pinière a 20 ans! Beaucoup d'implication depuis toutes ces années, des bénévoles bien engagés, des collaborateurs et collaboratrices précieux. Nous souhaitons vous inviter à venir souligner cet anniversaire avec nous, le 15 février, pour un 5 à 7 à la salle municipale. Si vous êtes intéressés à venir lever votre verre aux 20 ans du journal, n'hésitez pas à communiquer avec moi (418 492-1487), afin de réserver votre place.

Kathleen Shea

Quincaillerie J.E. Desjardins Enr.
Sainte-Hélène-de-Kamouraska
418.492.3702
SICO Distributeur de peinture **SICO**



Domaine Des Pivoines

6000, rue Adélar-Lapointe
Sainte-Hélène QC G0L 3J0
Téléphone : 418 492-6006

TRAIT D'UNCRE
Services linguistiques
Révision Correction Rédaction
Kathleen Shea
Sainte-Hélène-de-Kamouraska
418 492-1487
sheak@videotron.ca



Municipalité de Sainte-Hélène-de-Kamouraska

531, rue de l'Église Sud

418.492.6830

dg@sainte-helene.net



Desjardins

Caisse des Champs et des Bois

Siège Social

487, avenue de l'École
Saint-Alexandre-de-Kamouraska
G0L 2G0

Centre de service de Sainte-Hélène

700, rue du Couvent
Sainte-Hélène-de-Kamouraska
G0L 3J0

Téléphone : 418.495.2420
Sans frais : 877.636.2737

Mot de l'agent de développement et de loisirs



Bonne année à tous les Hélénois et Hélénoise!

Nous commençons l'année en grand en ce qui concerne les activités en janvier!

Le 25 janvier, venez vous initier à deux sports en plein essor depuis quelques années : la Slackline et le Spikeball! Nous invitons grands et petits à cet événement, en collaboration avec Kamouraction, afin de vous faire découvrir de nouveaux sports hivernaux. C'est gratuit!

Venez tester votre équilibre avec les pros de Slackline Québec, plusieurs lignes seront disponibles autant pour les débutants que les avancés. Les animateurs feront aussi une démonstration de leur talent!

Trois jeux de Spikeball, aussi appelé Roundnet, seront disponibles sur place dont un qui sera sur la patinoire, un bon défi patin pour les hockeyeurs. Les ambassadeurs Roundnet du Bas-Saint-Laurent seront présents sur place pour vous initier aux différentes techniques du sport et vous donner des conseils.

Le 31 janvier, venez essayer les Vendredis cinéma québécois. Nous vous proposons une occasion de visionner des productions québécoises très variées, du long métrage au documentaire, pour jeunes et adultes. Une occasion parfaite pour découvrir ou revoir des réalisations bien de chez nous. Nous vous offrons trois projections qui se tiendront les derniers vendredis des mois de janvier, février et mars.

L'objectif derrière ce projet est de promouvoir la

culture cinématographique québécoise pour les Hélénois et Hélénoises, mais aussi pour la population Kamouraskoise. Ces trois projections se veulent une période d'essai qui, nous l'espérons bien, nous permettra d'établir une programmation annuelle sous le même format.

31 janvier : Jeune Juliette de la réalisatrice Anne Émond - Général

Prix d'entrée : 5 \$ - Gratuit pour les 12 ans et moins - maïs soufflé et breuvages fournis!

Nous sommes présentement en train de préparer la 3e édition du tournoi de ballon-balai qui se tiendrait le 22 février et pour que cela fonctionne, il faut des équipes! Si vous êtes intéressé à participer, vous n'avez qu'à appeler au bureau municipal, 418 492-6830, poste 23.

Petite modification aussi en ce qui concerne les heures d'ouverture du bureau municipal. Désormais, nous serons ouverts les mercredis de 17 h à 20 h jusqu'à la fin de l'année scolaire, excepté pour le paiement des taxes. N'hésitez pas à venir me voir pour jaser de projets!

Au plaisir de se voir bientôt!

Cédric

Affaires municipales



Chers citoyens, chères citoyennes,

En 2020, l'horaire de collecte des matières résiduelles sera différent de celui auquel vous êtes accoutumés. En effet, le nombre de collecte de déchets sera réduit et il n'y aura plus qu'une seule collecte d'encombrants.

Cette décision a été prise par les municipalités de Saint-Alexandre-de-Kamouraska, de Saint-Joseph-de-Kamouraska, Saint-André et Sainte-Hélène-de-Kamouraska qui se sont réunies, il y a déjà quelques années, pour gérer ensemble de manière plus efficace et plus économique, vos matières résiduelles.

Nous sommes conscients que, pour certains d'entre vous, la réduction des collectes de déchets implique des changements d'habitudes significatifs. Nous croyons cependant qu'il est nécessaire de mettre en place des mesures qui nous permettront de réduire collectivement notre production de déchets pour des raisons environnementales, bien sûr, mais aussi économiques.

Le coût de traitement des déchets a augmenté cette année et est appelé à augmenter encore au cours des prochaines années. La réduction des collectes de déchets nous permettra de limiter l'impact de ces hausses sur vos factures. Autour de 70 % des matières organiques qui transitent par nos services de collecte de matières résiduelles sont déposées dans les poubelles et se retrouvent donc au dépotoir. De plus, on peut encore observer la présence de matières de toute évidence recyclables sur les lieux d'enfouissement, comme du papier et des bouteilles de plastique. Ensemble, il est possible de faire beaucoup mieux.

En début d'année, des séances d'information seront organisées dans chacune des municipalités du regroupement afin de vous outiller le mieux possible pour vous adapter à ce changement. Il y sera notamment question de l'utilisation optimale que vous pouvez faire de vos bacs bleus et de vos bacs bruns, du compostage domestique et des services des écocentres.

D'ici là, n'hésitez pas à contacter votre municipalité pour plus d'information.

Anita Castonguay,
maire de Saint-Alexandre-de-Kamouraska

Nancy St-Pierre,
maire de Saint-Joseph-de-Kamouraska

Gervais Darisse,
maire de Saint-André

Louise Hémond,
maire de Sainte-Hélène

Bibliothèque municipale

NOTRE NOUVELLE EXPOSITION : LES POLARS



Ayant remarqué le grand intérêt que portent nos lectrices et lecteurs au polar, nous avons demandé au Réseau Biblio de nous faire parvenir une exposition portant sur le sujet. Au menu, tout plein de romans d'autrices et d'auteurs connus ou moins connus. Vous y trouverez des livres de Martin

Michaud, Jussi Adler-Olsen, Jacques Savoie, Michaël Connelly, Maryse Rouy, Belinda Bauer, Louise Penny, Kent Harrington... Il y a même un dictionnaire des personnages principaux des romans policiers et d'espionnage. Bref, de quoi s'amuser pendant de longues heures. L'exposition sera disponible jusqu'au 8 avril.



SUGGESTIONS DE LECTURE



Autopsie d'une femme plate de Marie-Renée Lavoie

Une histoire qui semble banale au point de départ : une femme est quittée par son mari pour une femme plus jeune. Elle souffre de cet abandon qui la ramène à qui elle est sans lui et à ses fragilités.

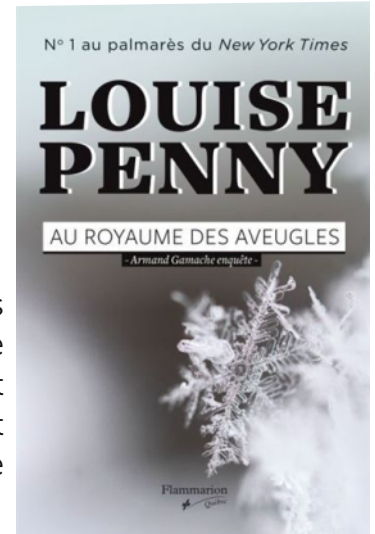
Contrairement à ce qu'on pourrait penser, ce n'est pas trop lourd. En effet, l'héroïne a le secret des comportements inattendus et des petites vengeance savoureuses. Marie-Renée Lavoie se renouvelle

de romans en romans. Si vous ne l'avez pas lu, son La petite et le vieux est très attendrissant.

Au Royaume des aveugles de Louise Penny

Cette quatorzième enquête d'Armand Gamache ne vous décevra pas : plusieurs intrigues se superposent et nous tiennent sur le bout de notre chaise.

Une femme désigne Armand, Myrna et un jeune homme comme liquidateurs de sa succession, mais aucun d'eux ne la connaissait. En plus, le testament prévoit des sommes faramineuses pour les héritiers : c'était pourtant une bien modeste femme de ménage. Un des fils de cette femme est assassiné. Pourquoi l'avoir tué? De plus, la Sûreté du Québec cherche à retirer le poste de chef de la Sûreté du Québec à Gamache. Beauvoir le trahira-t-il? Jusqu'où Gamache ira-t-il pour remettre la main sur la drogue perdue lors de la dernière opération que son équipe a menée (Maisons de verre)? Quelques belles heures de pur délice.



Thérèse Ouellet

Communiqués divers

Rhume ou grippe : quelle différence ?

Dans la culture populaire, rhume et grippe sont souvent synonymes. Revoyons ensemble ces causes fréquentes et évitables de visite à l'urgence.

De quoi on parle ?

Le rhume est un terme générique pour désigner une infection virale des voies respiratoires supérieures, souvent dû à des rhinovirus. Les symptômes sont essentiellement la congestion nasale, le nez qui coule, un mal de gorge ou la sensation d'avoir la gorge irritée et une toux sèche (sans crachats). La fièvre (température corporelle supérieure à 38,0°C ou 101 °F) est fréquente chez les jeunes enfants, mais rare chez l'adulte ou l'enfant plus âgé.

La grippe désigne plutôt une infection virale due à diverses souches d'influenza. Elle se caractérise surtout par un début rapide de fièvre, de douleurs musculaires diffuses et d'une sensation de malaise. Une perte d'appétit et une sensation de faiblesse importante sont possibles. Les symptômes classiques du rhume peuvent être aussi présent dans la grippe. Les jeunes enfants peuvent présenter des vomissements ou de la diarrhée dans 10 à 20 % des cas. L'influenza présente plus souvent des complications que le rhume, généralement des pneumonies.

Est-ce fréquent ? Qui est plus à risque ?

Le rhume est de loin le plus fréquent. Certaines études rapportent une moyenne de trois rhumes/an pour un adulte et jusqu'à sept/an chez les jeunes enfants. Les enfants en garderie et les adultes qui vivent un stress psychologique sont plus susceptibles d'en contracter un. Un rhume dure en moyenne 7 à 10 jours, mais les fumeurs ont tendance à avoir des symptômes qui durent plus longtemps. L'exercice physique modéré réduit le risque d'attraper un rhume.

L'influenza est moins fréquent et dure généralement moins d'une semaine. Le risque de complication de la grippe est plus élevé chez les jeunes enfants, les gens de plus de 65 ans, les personnes en CHSLD, les femmes enceintes et les membres des Premières Nations. Certaines conditions comme : les maladies pulmonaires

(MPOC, asthme), cardiaques (infarctus, angine, insuffisance cardiaque), les cancers, le SIDA ou l'obésité sévère sont aussi plus à risque. (Liste non-exhaustive)

Quoi faire ?

D'abord, évitez de le donner ou de l'attraper. Qu'il s'agisse d'un rhume ou d'une grippe, c'est un cadeau de Noël plutôt indésirable. La transmission de ces virus se fait essentiellement par la toux et les éternuements ainsi que le contact direct (poignées de mains, accolades, baisers). Pensez à vous laver les mains fréquemment, toussiez ou éternuez dans votre coude ou portez un masque pour éviter de transmettre le virus à autrui. Un vaccin gratuit contre l'influenza existe et est recommandé chaque année pour les gens de plus de 75 ans ou les gens avec une des conditions mentionnées plus haut. Il est aussi recommandé pour les gens en bonne santé qui vivent avec des personnes à risque. Son efficacité est variable d'une année à l'autre selon les souches utilisées pour fabriquer le vaccin.

Si vous pensez avoir le rhume : se moucher fréquemment, une toilette nasale fréquente avec eau salinée (Sinus Rinse, Hydrasense ou équivalent) et l'acétaminophène (Tylenol, Atasol, Temptra) peuvent soulager l'inconfort dû à la congestion. Le miel est efficace pour la toux et le mal de gorge, davantage que certains sirops et plus sécuritaire. L'usage d'échinacée est quant à lui controversé et mal étudié. Pour la grippe, l'acétaminophène ou l'ibuprofène (Motrin, Advil) - si vous n'avez pas d'interdiction d'en prendre - permettent de soulager les douleurs musculaires et de contrôler la fièvre. Toutes ces mesures visent un soulagement, la guérison viendra toute seule. Aucun produit ne réduit significativement la durée des symptômes. Seul le repos, une bonne hydratation et la patience en viendront à bout.

Si vous pensez être à risque de complications de l'influenza, que vos symptômes durent depuis plus de 2 semaines ou que vous avez une forte fièvre, pensez à consulter votre pharmacien, votre médecin de famille ou la ligne téléphonique 811 (Info-Santé). Ils pourront bien souvent régler votre problème. Gardez l'urgence pour les urgences.

Bonne année 2020 !

Maxime Ouellet

Info-Santé 811

Communiqués divers



LE CENTRE-FEMMES LA PASSERELLE DU KAMOURASKA VOUS INVITE À SES DIVERSES ACTIVITÉS



- Jeudi 23 janvier 9 h : « **Réduction du stress et pleine conscience** » Venez expérimenter et démystifier quelques techniques de méditation et d'exercice de pleine conscience avec Christine Pelletier c.o. et enseignante du programme.

- Mardi 4 février 13 h 30: **La boîte à mots** Venez jouer avec les mots en toute simplicité et avec plaisir avec Élizabeth Beaulieu. Ça se passe tous les mois!

- Jeudi 6 février 9 h 30 et 13 h 30: **Café bricole** Venez chanter, pour vous amuser ou pour vous faire du bien! Ça se passe tous les mois!

- Mardi 11 février 13 h 30: « **Jeu sur l'autonomie financière** » avec Annick Mercier, agente socio-politique.

- Vendredi 14 février 11 h 30: **Dîner de la St-Valentin** Soulignons la bienveillance du cœur! Restaurant à déterminer. Date limite d'inscription le 12 février. Possibilité de covoiturer, départ du Centre-Femmes.

- Mardi 18 février 13 h 30: **Thé-Enchanté** Venez chanter, pour vous amuser ou pour vous faire du bien! Ça se passe tous les mois!

*À moins d'avis contraire, toutes les activités se tiennent dans les locaux du centre, au 710, rue Taché, à St-Pascal. Veuillez vous inscrire au **418 492-1449**.

Nos heures d'ouverture sont les suivantes :

Lundi, mercredi, jeudi et vendredi: 8 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h 30

Mardi: 11 h à 16 h 30

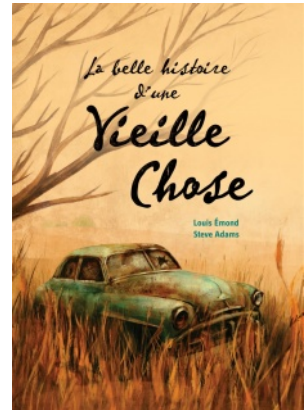
Vous pouvez venir dîner avec nous les mardis et mercredis de 12 h à 13 h.

Communiqués divers

Activité d'écriture à l'école Sainte-Hélène

La belle histoire d'une vieille chose

Madame Mélanie a lu à ses élèves un magnifique album « La belle histoire d'une vieille chose ». Les élèves de la classe ont ensuite écrit l'histoire d'un objet, à la façon de l'auteur de l'album. Ils devaient raconter la vie d'un objet, l'objet étant le narrateur principal. Voici deux très beaux textes proposés qui nous rappellent à quel point nos jeunes ont du talent!



Salut!

Tu dois peut-être trouver ça bizarre un presbytère qui parle, mais tout objet a une vie et une histoire. Tiens, et si je te racontais la mienne? Mais, ne t'endors pas pendant que je te la raconte parce que je déteste parler à quelqu'un qui dort.

Tout a commencé lorsque je n'étais encore qu'un amas de briques et de planches de bois qu'un curé avait demandé de transformer en maison. Des jeunes hommes vaillants me clouèrent, me ruant de coups de marteaux et me vissèrent. Peu à peu, je commençais à prendre forme. Un jour, je fus toute construite et agencée. Celui qui m'avait fait construire est venu me visiter. Je sentais ses pas fouler mon plancher. Le curé m'a habitée plusieurs années. Mais le temps venu, je fus vendue. Tu ne peux pas savoir à quel point j'étais triste. Ils prirent presque tous les meubles et les objets qui m'aménageaient. Je me sentais dénudée, vidée et la seule chose qui m'habitait était la déception.

Je me rappelle avoir été habitée par plusieurs personnes, mais ceux que j'ai le plus aimés héberger sont certainement les membres de la famille Fortier. Ils étaient doux et attentionnés. C'est vrai que Benjamin m'a déjà cassé une vitre et a failli me faire brûler, mais ce sont les risques du métier! J'ai passé mes plus belles années avec cette famille. Lorsqu'ils pensaient que je vieillissais, ils me réparaient ou changeaient mes meubles. J'espère que je serai immortelle et que je ne serai pas vendue pour revivre les peines du passé.

*Benjamin Fortier
5e année
Classe de Mme Mélanie*

Communiqués divers

La fameuse vie d'un livre

Je menais une mauvaise vie à déperir, cloué sur mon présentoir et voir tous les autres livres repartir avec un lecteur motivé à le lire. À la longue, je m'y faisais mais ça me rendait triste. Tout à coup, un client est entré. Je l'ai entendu dire qu'il venait d'emménager ici et il voulait un livre sur les légendes du village. J'ai sursauté de joie en entendant cette dernière phrase, car j'étais le seul livre sur les légendes. Quelques secondes se sont écoulées avant que je sente une chaleur sur ma couverture écaillée. Ensuite, il y a eu le bruit de la tirelire du vendeur et ce bruit a été suivi de la clochette de la porte. J'ai senti le vent sur ma page couverture, j'étais libre. Le chemin entre la librairie et la maison de Jack était très long, mais ça me plaisait. En arrivant à ma nouvelle demeure, il a fallu moins de deux minutes avant que Jack me prenne pour aller me lire. C'était la même routine. À tous les jours, il lisait un chapitre en se levant le matin, un l'après-midi et un le soir dans son lit. Un beau jour, Jack a tourné ma dernière page. Ensuite, il m'a pris et a monté les marches. Rendu à la fin, j'ai entendu un grincement de porte. J'ai tout de suite compris, il m'amenait dans le grenier. J'ai repensé à la vie que je menais dans la librairie. J'allais la revivre mais seul et dans le noir. Tout à coup, j'ai entendu un bruit qui me semblait familier. J'ai remarqué que c'était la porte du grenier. Il y avait une voix que je n'avais jamais remarquée et j'entendais des boîtes de carton se faire ouvrir. Le bruit était de plus en plus fort. Il lui a fallu quelques minutes avant qu'il n'ouvre ma boîte et qu'il me prenne. Ce n'était pas Jack! Cela m'a pris plusieurs minutes avant de comprendre que Jack avait vendu la maison. J'étais de nouveau content, car j'avais un nouveau lecteur. Non pas un, mais des lecteurs car j'entendais des voix d'enfants. Les années ont passé et je me faisais lire autant que je voulais. J'étais le livre le plus chanceux.

Tristan Chénard

5e année

Classe de Mme Mélanie



C.G. Thériault
Puits artésiens - Excavation
RBQ : 1861-6508-69

*Nous sommes
une entreprise familiale.
3e génération de puisatiers
DEPUIS 1920.*

- Scellement de puits
- Pompes à eau
- Vente-Installation-Service
- Hydro-fracturation
- Nettoyage &
- Approfondissement de puits.



Tél.: 418 492-3777
Sans Frais : 1 888 492-3777
Fax : 418 492-5455
Cell.: Danny : 418 866-0079
Guillaume : 418 866-9078
Courriel : info@puitstheriault.com
site web: www.puitstheriault.com

Puits artésiens C.G. Thériault inc.
206, Principale
Ste-Hélène, Qc
G0L 3J0



Club de motoneige « Les Loups »
5201, Route du Pont de Broche
Sainte-Hélène (Qc) G0L 3J0

Chalet : 418.492.1369
Information : 418.492.2541

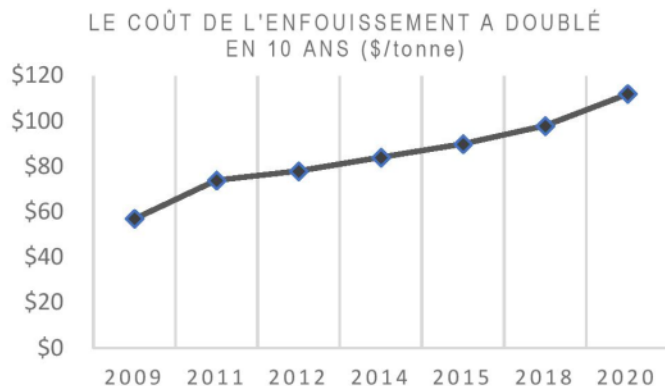
Communiqués divers

EST-CE QUE ÇA PEUT ALLER AILLEURS QU'À LA POUBELLE ?

Dès 2020, cette question devrait faire partie de notre quotidien

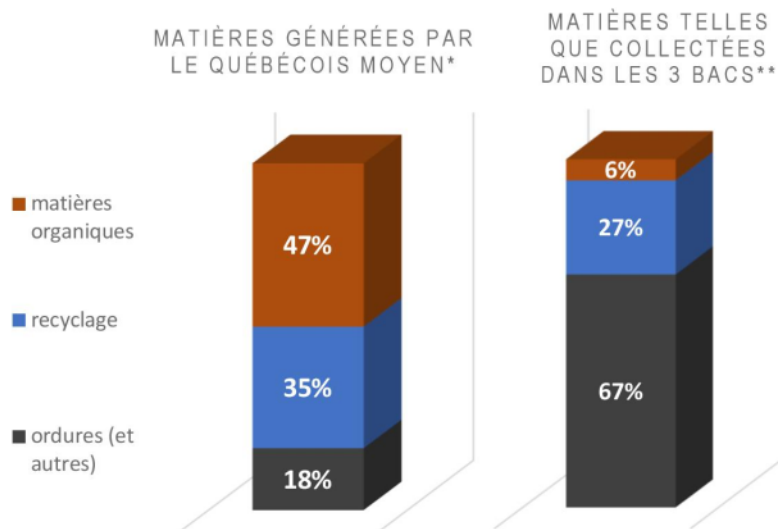
Les coûts de traitement des matières résiduelles augmentent constamment.

Plusieurs facteurs y contribuent : La diminution de l'espace pour enfouir, des critères plus stricts sur le marché du recyclage et le faible taux d'utilisation du bac brun, entre autres.



UN COUP DE MAIN À L'ENVIRONNEMENT ET AU CONTRÔLE DES COÛTS,
JUSTE EN CHOISSANT LE BON BAC ?

PENSES-Y, PLUS DE 80% DES RÉSIDUS GÉNÉRÉS À LA MAISON NE SONT PAS DES DÉCHETS !



*Note : le 47% québécois inclut une partie de feuilles et branchaillles que les citoyens du Kamouraska ne peuvent pas mettre dans leur bacs bruns.

**Par le regroupement Est : Saint-Alexandre, Saint-André, Saint-Joseph, Sainte-Hélène

Communiqués divers



L'éco-bulletin

LES RÉSIDUS ORGANIQUES

Plus de **la moitié** des **résidus** produits par une famille **sont des matières organiques**.

L'enfouissement de ces matières organiques dans les dépotoirs est **responsable de plus de 6% des émissions de GES** au Québec et de la production de liquides toxiques... **en plus de coûter très cher!**

Le Québec prévoit interdire l'enfouissement des matières organiques dès 2022

MATIÈRE ORGANIQUE
DEVANT ÊTRE
VALORISÉE EN 2022



MATIÈRE ORGANIQUE
VALORISÉE EN 2018
(KAMOURASKA)



Si on s'y met tous, on peut y arriver!

- ✓ Bac brun
- ✓ Compostage domestique
- ✓ Donner les restants de table à vos poules...

Toutes ces façons de faire sont bonnes!

Pour alimenter vos idées en gestion de résidus, contactez Co-Éco

418 856-2628 poste 0
www.co-eco.org



L'éco-bulletin

OUI, LES SACS COMPOSTABLES VONT DANS LE BAC BRUN !

« Mon seau de cuisine à résidus organiques, je n'ai pas le temps de le laver... »

« Je n'aime pas transvider mon seau de cuisine dans mon bac brun... »

« Je n'ai pas envie de gérer des petits vers blancs dans mon bac en été... »

... il y a des solutions pour répondre à ces préoccupations légitimes!

UTILISEZ DES SACS EN BIOPLASTIQUE COMPOSTABLES

Recherchez des certifications comme celles-ci



Attention!

- Biodégradable n'est pas synonyme de compostable
- Remisés pendant plusieurs mois, les sacs compostables peuvent se dégrader

Vous voulez d'autres trucs et solutions?



Ligne-info :

418-856-2628 #0
1-888-856-5552 #0
Info@co-eco.org
www.co-eco.org

Communiqués divers



DOMAINE DES PIVOINES

Sainte-Hélène de Kamouraska

Bingo spécial

au profit du cancer

Lundi 17 février 2020 à 13 h 30



Horaire de la patinoire 2019-2020

Municipalité de Sainte-Hélène-de-Kamouraska



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Patinage libre	18 h à 19 h	18 h à 19 h	18 h à 19 h	18 h à 19 h	18 h à 19 h
Hockey	19 h à 22 h	19 h à 22 h	19 h à 22 h	19 h à 22 h	19 h à 22 h

	SAMEDI		DIMANCHE
Patinage libre	13 h à 15 h	Patinage libre	13 h à 15 h
Hockey	15 h à 16 h 30	Hockey	15 h à 16 h 30
Patinage libre	18 h à 19 h	Patinage libre	18 h à 19 h
Hockey	19 h à 22 h	Hockey	19 h à 22 h

Caisse Desjardins



RAPPEL

À la suite du regroupement des caisses Desjardins des Champs et des Bois et du Centre de Kamouraska le 1er janvier 2020, votre Caisse Desjardins Centre-Est-du-Kamouraska ajustera ses systèmes informatiques. En raison de cette fusion informatique, les cartes d'accès (de guichet) émises par la Caisse Desjardins des Champs et des Bois seront temporairement inactives à partir du samedi 8 février 2020, à compter de 18h30 jusqu'au dimanche 9 février 2020, vers 10 h. Vous ne pourrez pas utiliser les guichets automatiques, le paiement direct chez les marchands et le service AccèsD durant cette période. Pour pallier cette interruption temporaire de service, nous vous suggérons d'utiliser une carte de crédit, des chèques ou de faire un retrait dans les jours précédents.

Merci de votre compréhension.

Caisse Desjardins Centre-Est-du-Kamouraska

Le siège social est à St-Pascal et l'adresse est :

620 rue Taché,

Saint-Pascal (Qc), G0L 3Y0

Et les centres de services sont : Mont-Carmel, Saint-Alexandre et Ste-Hélène



Services de déneigement au tracteur

Cour résidentielle et commerciale

William Nadeau

418-863-3233



Garage Picard Enr.

214, Principale Ouest
Sainte-Hélène-de-Kamouraska

418.492.2099

Ce journal a été créé à l'aide du logiciel libre Scribus. L'équipe du journal est composée de Kathleen Shea, Julie Chénard, Stéphanie Sénéchal, Hugo Bérubé, Florent Dufort et F.-Nicola Demers.

Merci à Florent Dufort pour les images.

Nous écrire à echo.piniere@gmail.com



Affaires municipales

Mot du conseil

Chères citoyennes, chers citoyens,

L'hiver est bien entamé maintenant. J'espère que vous profitez de toutes les joies de la neige et de la glace. Notre patinoire n'a pas lâché depuis le début de décembre, grâce au travail de nos employés Mathieu et Germain. N'hésitez pas à en profiter! Même chose pour la glissade sur tubes au parc Adélar-Lapointe. Et n'oubliez pas : au club de motoneige les Loups, vous pouvez aussi pratiquer le ski de fond et la raquette. Pourquoi s'en passer ?

Cet hiver, en plus des activités extérieures, nous avons ajouté des soirées « Vendredi cinéma québécois » chaque mois... De belles découvertes en perspective ! D'autres activités

organisées par la Municipalité seront aussi à l'honneur, suivez notre page Facebook « Municipalité de Sainte-Hélène de Kamouraska ». Ces activités sont organisées pour vous et nous espérons qu'elles vous rejoindront.

Votre conseil municipal, quant à lui, va se pencher dans les prochaines semaines sur les projets à venir à l'été : eh oui, c'est déjà le temps des devis et appels d'offre !

Si vous avez un projet, une question ou souhaitez en apprendre plus sur la vie municipale, je vous invite à la prochaine séance du conseil, qui aura lieu le 11 février 2020 à 20 h à la salle municipale (531, rue de l'Église Sud).

Louise Hémond,
mairesse

Affaires municipales



PROVINCE DE QUÉBEC MUNICIPALITÉ DE SAINTE-HÉLÈNE-DEKAMOURASKA

Extrait des séances de novembre et de décembre 2019

Lors de la séance extraordinaire du 7 novembre 2019, un appui conditionnel a été donné au projet de la MRC d'étude d'opportunité quant à la mise en commun de services et d'équipements en matière de sécurité incendie.

À la séance ordinaire du 12 novembre 2019, le conseil a embauché Cédric Lauzon au poste d'agent de développement et de loisirs. De plus, le calendrier des séances du conseil 2020 a été adopté, et les états financiers comparatifs au 30 septembre 2019 ont été déposés. Monsieur le conseiller Vital Morin a été désigné comme maire suppléant pour les 6 prochains mois. Il y a eu avis de motion et dépôt de projet pour deux règlements à venir : le règlement 2019-05 prolongeant le programme de revitalisation jusqu'en 2022, et le règlement 2019-06 relatif à la tarification pour les biens et les services municipaux (ces deux règlements ont été adoptés à la séance du 8 décembre 2019).

Du côté de l'hygiène du milieu, le conseil municipal a renouvelé son entente avec l'entreprise Éco-l'eau pour l'opération des installations d'eau potable et pour le remplacement ponctuel de Mathieu Landry aux eaux usées. Concernant le bureau municipal, la soumission de Luc Chamberland pour la modernisation des équipements de sécurité informatique a été acceptée.

Qui plus est, le conseil a adopté la Déclaration pour l'inclusion et l'ouverture à la diversité.

Enfin, des dons ont été remis à la Fabrique de Sainte-Hélène (déjeuner annuel de financement), à l'école secondaire Chanoine-Beaudet (Gala des Mérites et équipe Les Voisins du Kamouraska), à la Maison de la Famille du Kamouraska, à Centraide KRTB et à Projection 16-35 (KamourAction).

Lors de la séance ordinaire du 10 décembre 2019, le conseil a

été avisé par la directrice générale de la nécessité d'un recommencement de procédures pour combler le poste de conseiller numéro 2. Deux avis de motion et projets de règlement ont été donnés, pour les règlements 2019-07 (taux de taxation 2020) et 2019-08 (traitement des élus). Ces règlements ont été adoptés à la séance du 14 janvier 2020.

Par ailleurs, le salaire des employés municipaux a été augmenté de 2 % pour 2020. Le conseil a aussi approuvé les prévisions budgétaires 2020 du Service intermunicipal de sécurité incendie de Saint-Pascal.

En ce qui concerne de la sécurité civile, le conseil a accepté que le Plan de sécurité civile élaboré par l'équipe municipale soit mis en place pour la sécurité des citoyens. Des personnes ont été nommées dans l'organisation municipale de sécurité civile, soit Mathieu Landry, Germain Morin et Cédric Lauzon.

Du côté des loisirs, le conseil a autorisé l'agent de développement et de loisirs, Cédric Lauzon, à soumettre deux demandes d'aide financière, soit au Programme de soutien à des projets de garde pendant la relâche scolaire et la période estivale 2020, et au Programme de soutien financier au loisir actif de l'URLS. Le conseil a aussi accepté de prêter gratuitement la salle municipale à madame Johanne Charest pour un repas bénéfice qui aura lieu le 22 février. Enfin, une autorisation a été donnée pour l'achat d'une nouvelle table de billard au Centre des loisirs.

Qui plus est, le conseil a accepté deux autres soumissions, soit pour une porte de garage avec moteur au garage municipal et pour le logiciel d'alerte de masse CITAM.

Des dons ont été remis au Club Les Lynx du Kamouraska (Piste BMX régionale), à la bibliothèque municipale (souper de Noël) et à l'Élan de solidarité pour les sinistrés de La Pocatière.

Il est à noter que le budget 2020 et le programme triennal d'immobilisations 2020-2021-2022 ont été adoptés lors d'une séance extraordinaire tenue le 10 décembre 2019 (voir plus bas pour les détails).

Les procès-verbaux intégraux sont disponibles sur le site de la Municipalité :

<http://www.sainte-helene.net>

Affaires municipales



PRÉVISIONS BUDGÉTAIRES 2020 - SAINTE-HÉLÈNE-DE-KAMOURASKA

A) RECETTES :

TAXES	842 869 \$
PAIEMENT TENANT LIEU DE TAXES	7 850 \$
TRANSFERTS	232 013 \$
SERVICES RENDUS	38 333 \$
IMPOSITION DE DROITS	15 000 \$
AUTRES REVENUS	16 800 \$

TOTAL DES REVENUS

1 152 865 \$

B) DÉPENSES :

ADMINISTRATION GENERALE	210 157 \$
SERVICE EVALUATION	22 129 \$
SECURITE PUBLIQUE	147 290 \$
VOIRIE	228 941 \$
AQUEDUC & EGOUT	118 371 \$
MATIERES RESIDUELLES	109 368 \$
COURS D'EAU	4 626 \$
SANTE ET BIEN-ETRE	31 000 \$
AMENAGEMENT, URBANISME ET DEV.	86 989 \$
LOISIRS ET DÉVELOPPEMENT	97 139 \$
FRAIS DE FINANCEMENT	10 964 \$
REMBOURSEMENT CAPITAL	21 700 \$
AFFECTATIONS	8 000 \$
IMMOBILISATIONS	56 191 \$

TOTAL DÉPENSES

1 152 865 \$

PROGRAMME TRIENNAL D'IMMOBILISATIONS 2020, 2021 ET 2022

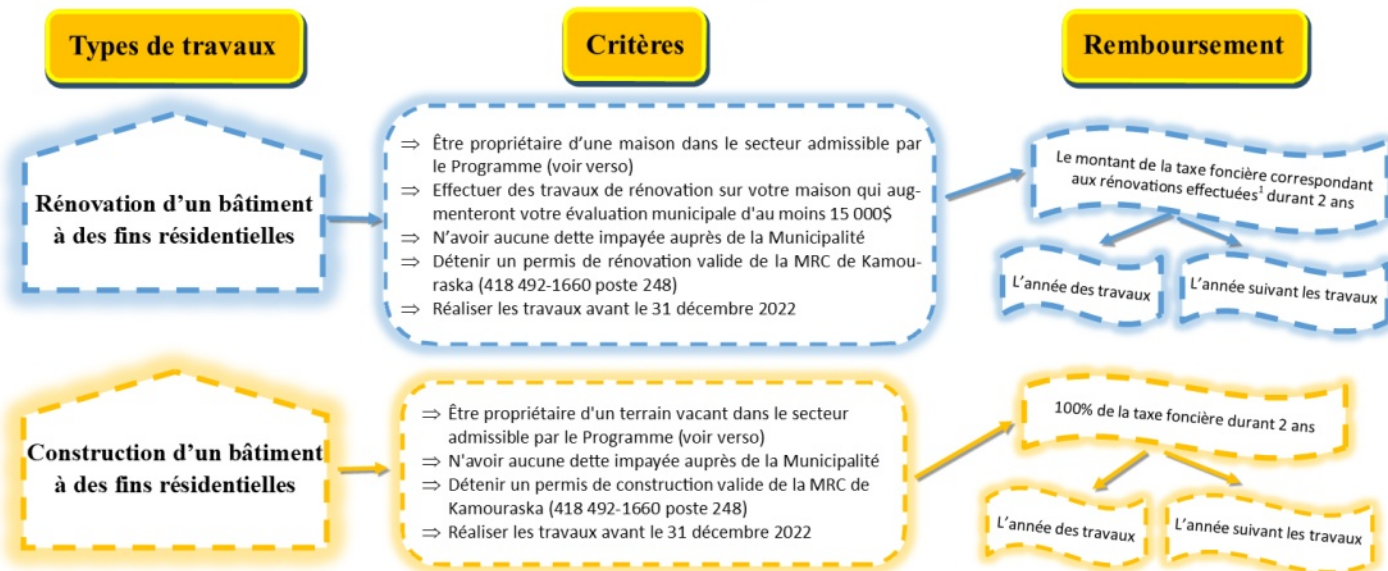
Année	Projet
2020	2 citernes incendie (route 230 Est et au coin du 5 ^e rang et de la route de l'Église Sud)
	Redoublage du Rang de la Pinière (1,650 km)
	Asphaltage du 4 ^e rang Ouest (400 m)
	Plan et devis pour asphaltage de la route de l'Église Sud
	Pompes au Rang du Moulin
2021	Vidange des boues aux étangs aérés
	Analyse de la vulnérabilité des sources d'eau potable
2022	Ponceau du Grand-Bras
	Asphaltage Route de l'Église Sud (du coteau au 4 ^e rang Est, 700 m)
	Redoublage du 4 ^e rang Est (Entre route de l'Église Sud et route Ennis, 2 500 m)



**Vous songez construire une
résidence à Sainte-Hélène-de-Kamouraska?**

Vous pensez rénover votre maison?

**Si c'est votre situation, saviez-vous que vous êtes peut-être admissible
à un remboursement de la taxe foncière durant 2 ans?**



- Nous vous encourageons fortement à venir nous rencontrer au bureau municipal avant le début des travaux afin de valider que vous êtes bel et bien admissible au Programme.
- Vous pouvez consulter ce Programme sur le site Internet de la Municipalité au www.sainte-helene.net (section « Urbanisme » de la page « Règlements municipaux ») pour connaître toutes les modalités.
- Une fois les travaux effectués, vous devrez remplir un court formulaire au bureau municipal afin d'avoir droit au remboursement.

¹ Exemple : si votre évaluation augmente de 20 000\$ suite aux travaux de rénovation, la taxe foncière de ce 20 000\$ vous sera remboursée durant 2 ans

L'unique M

Mélanie Lajoie
Coiffure Ongles

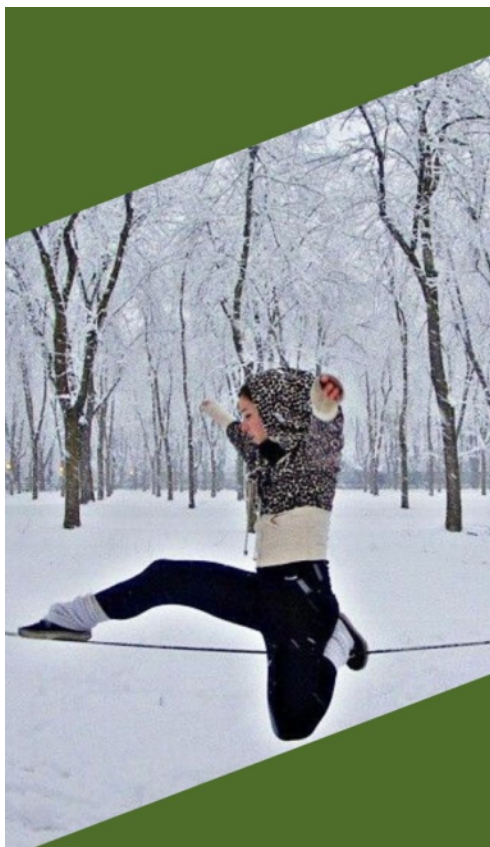
418 860-5541
Ste-Hélène-de-Kamouraska

Club des 50 ans et plus
Sainte-Hélène-de-Kamouraska

marché ami

Épicerie Charest Inc.
257, Principale – Sainte-Hélène – G0L 3J0
Tony Beaulieu à votre disposition
Vidéo – Nettoyeur – Buffet froid
Pâtisserie – Livraison – Agence SAQ
418.492.2935

Communiqués divers



SPIKEBALL X SLACKLINE

25 JANVIER 2020
12H-16H
PARC ADÉLARD-LAPOINTE



Garage Alain Ouellet

MÉCANIQUE – DÉBOSSELAGE – PEINTURE
Remorquage jour et nuit

293, rue Principale, Sainte-Hélène
Tél./Fax : 418.492.3811



Le Comité De Développement De Sainte-Hélène

Moïra Malenfant, responsable



Garon, Lévesque, Gagnon, St-Pierre
506, rue Taché, Bureau 101 Saint-Pascal G0L 3Y0

Claude Gagnon, notaire 418.492.1441
Dorisse St-Pierre, notaire 418.492.7294

Émilie Roussel

Soins infirmiers en podologie

Services à domicile
418.324.4141



Communiqués divers



AVIS AUX PARENTS 2020-2021 — ADMISSION ET INSCRIPTION SCOLAIRE

L'école Sainte-Hélène, l'inscription est le 6 février 2020, de 13 h à 15 h 30 (remis au 11 février s'il y a tempête, à la même heure).

PROCÉDURE D'ADMISSION

- Pour les nouveaux élèves qui fréquenteront le préscolaire 4 ans ou 5 ans en 2020-2021 :
- Pour les nouveaux élèves qui résideront sur le territoire de la commission scolaire :

Les parents doivent se présenter à l'école de leur secteur aux dates et heures mentionnées ci-après.

De plus, les parents doivent présenter l'ORIGINAL du certificat de naissance (grand format) émis par le directeur de l'État civil¹ ou tout autre document reconnu par le Ministère.



Gîte des P'tites Madames

513, Rte de l'Église Nord
Sainte-Hélène (Qc) G0L 3J0

Téléphone : 418.492.3971
Cellulaire : 418.860.1653



Transport Scolaire 3 M Inc.

259, Rue Principale
Sainte-Hélène
418.492.6062

CERCLE DE FERMIERES SAINTE-HÉLÈNE



Vous êtes intéressées ? Contactez :

Liette Gingras, présidente : 418 492-9582
Hélène Otis, vice-présidente : 418 868-5630

L'Écho de La Pinière

Vin, Fromage et chocolat

VENEZ CÉLÉBRER LES
20 ANS DE
L'ÉCHO DE LA PINIÈRE!



15 FÉVRIER 2020
17H-19H
SALLE MUNICIPALE
PRIX : 5\$
RÉSERVER VOTRE PLACE
AVANT LE 8 FÉVRIER
KATHLEEN : 418 492-1487

**VENREDI CINÉMA
QUÉBÉCOIS - 31 JANVIER**

Brevages et Popcorn fournis
Ouverture des portes 18h30

Jeune Juliette

UN FILM DE ANNE ÉMOND

Prix d'entrée : 5\$
12 ans et moins - Gratuit

Salle municipale
531 de l'Église sud - Sainte-Hélène

INFORMATION : 418 492-6830 #23
DEVELOPPMENT@SAINT-HELENE.NET
FACEBOOK : MUNICIPALITE DE SAINTE-HELENE DE KAMOURASKA



Érablière Ferme Berlégo

4174 Rang 4 Est - Sainte-Hélène-de-Kamouraska - 418.492.5060

MES MEILLEURS VOEUX
POUR L'ANNÉE

2020

BERNARD GÉNÉREUX DÉPUTÉ

MONTMAGNY-L'ISLET-KAMOURASKA-
RIVIÈRE-DU-LOUP

CONSERVATEUR

BERNARD.GENEREUX@PARL.GC.CA • BERNARDGENEREUX.CA • 418-248-1211



Coiffure
signée
Emmanuelle

Rivière-du-Loup 418 860-2999
Sainte-Hélène 418 492-7999