



Fierté me guide

# L'Écho de La Pinière

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

Septembre 2019

Volume 21, numéro 1

# FORÊT DE L'HORREUR À SAINTE-HELÈNE DE-KAMOURASKA

SURVEILLEZ LE FACEBOOK DE LA MUNICIPALITÉ

DÉTAILS À VENIR

SECTION POUR ENFANTS ET ADULTES



Veuillez nous faire parvenir  
vos textes AVANT le 15 octobre 2019  
pour la prochaine parution.



[echo.piniere@gmail.com](mailto:echo.piniere@gmail.com)

Dépôt légal: Bibliothèque nationale du Québec



# Mot de la présidente

Chères Hélénaises et chers Hélénais,

L'équipe du journal veut souligner la participation de Nicola Demers à la mise en pages. Il est important de savoir que c'est un dépannage pour le moment et que nous sollicitons toujours votre aide si parfois vous étiez intéressé à participer à la création de notre journal!

## PHOTOS

Si vous avez des photos de notre village, des photos d'activités ayant eu lieu à Sainte-Hélène, il serait bienvenu que vous nous les envoyiez à notre adresse courriel. N'hésitez pas! On pourra les utiliser pour les futures parutions du journal. Ça nous serait vraiment utile.

Nous vous souhaitons un merveilleux automne, rempli de magnifiques couleurs, de doux moments contemplatifs, de belles marches en forêt et de bons petits plats réconfortants!

Bonne lecture!

### **Gîte des P'tites Madames**

513, Rte de l'Église Nord  
Sainte-Hélène (Qc) G0L 3J0  
Téléphone : 418.492.3971  
Cellulaire : 418.860.1653



## Tombée des articles pour la prochaine année

- 15 octobre
- 26 novembre
- 14 janvier



### **Coiffure Expression enr.**

282, Principale Est  
Ste-Hélène QC G0L 3J0  
418 492.9236  
Ginette Landry, prop.



### **Transport Scolaire 3 M Inc.**

259, Rue Principale  
Sainte-Hélène  
418.492.6062



### **Érablière Ferme Berlégo**

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



### **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



## Affaires municipales

### Mot du conseil

Chères citoyennes, chers citoyens,

L'automne est déjà arrivé, paraît-il! Votre conseil municipal et son équipe d'employés sont cependant toujours très actifs. Des travaux d'asphaltage auront lieu dans les prochaines semaines, sur la route Ennis et dans le 4<sup>e</sup> rang Ouest. Nous vous remercions d'avance pour votre compréhension durant ces travaux.

Par ailleurs, il y a eu une confusion pour certains citoyens, suite à la parution, dans la dernière édition de l'Écho de la Pinière, de la lettre de démission de la conseillère Marie-Ève Blache-Gagné. Cette lettre était adressée au conseil et à la directrice générale, Maude Pichereau. Certains ont cru que c'était madame Pichereau qui démissionnait. Nous voulons donc spécifier que la directrice générale de la municipalité est toujours bel et bien en poste!

En passant, je vous invite à la **prochaine séance du conseil** qui aura lieu le **mardi 8 octobre** à 20 h, à la salle municipale (531, rue de l'Église Sud).

Louise Hémond, mairesse

### Extrait de la séance d'août 2019

Lors de la séance du 11 juin 2019, un avis de motion a été donné concernant le règlement 2019-04. Ce règlement viendra amender le règlement 09-5 décrétant les limites de vitesse, en ajoutant la route du Pont-de-Broche (au sud du club de motoneige Les Loups) comme zone à 30 km/h. La lettre de démission de la conseillère Marie-Ève Blache-Gagné a aussi été déposée.

Du côté de la voirie, le conseil municipal a octroyé à Guillaume Bouchard services conseils le contrat pour la réalisation du devis pour l'asphaltage du 4<sup>e</sup> rang Ouest.

Des achats ont été entérinés, soit du gazon roulé pour le terrassement de l'Espace de jeu familial au parc Adélard-Lapointe et un ordinateur au bureau municipal, afin de doter le directeur des travaux publics d'un poste de travail complet. Le conseil municipal a de plus signifié son appui à la Semaine de la sécurité ferroviaire. Enfin, messieurs Marcel Lajoie et Normand Millette ont accepté de renouveler leur mandat sur le Comité consultatif d'urbanisme (CCU).

Le procès-verbal intégral est disponible sur le site de la Municipalité <http://www.sainte-helene.net>.

# Affaires municipales



PROVINCE DE QUÉBEC  
MUNICIPALITÉ DE  
SAINTE-HÉLÈNE-DEKAMOURASKA

## AVIS PUBLIC RÔLE TRIENNAL 2<sup>e</sup> ANNÉE

AVIS PUBLIC est, par les présentes, donné par la secrétaire-trésorière de la Municipalité de Sainte-Hélène-de-Kamouraska.

Le sommaire reflétant l'état du rôle d'évaluation foncière pour la deuxième année du rôle triennal d'évaluation 2019, 2020 et 2021 de la Municipalité de Sainte-Hélène-de-Kamouraska a été déposé au bureau de la soussignée, au 531, rue de l'Église Sud, le 11 septembre 2019;

QUE pour l'exercice financier 2020 du rôle d'évaluation foncière 2019, 2020 et 2021 de la Municipalité de Sainte-Hélène-de-Kamouraska, une demande de révision prévue par la section 1 du chapitre X de la Loi sur la fiscalité municipale, au motif que l'évaluateur n'a pas effectué une modification qu'il aurait dû y apporter en vertu de l'article 174 ou 174.2, peut être déposée en tout temps au cours de l'exercice financier pendant lequel survient un événement justifiant une modification du rôle ou au cours de l'exercice suivant, si l'évaluateur n'effectue pas cette modification;

La demande de révision doit être faite sur le formulaire prévu à cet effet et être accompagnée du montant d'argent prescrit par le règlement numéro 201-2017 de la MRC de Kamouraska, à défaut de quoi elle est réputée ne pas avoir été déposée. Le formulaire, ainsi que le règlement numéro 201-2017 de la MRC de Kamouraska, sont disponibles à la MRC de Kamouraska située au 235, rue Rochette, à Saint-Pascal.

Le dépôt de la demande est effectué par la remise du formulaire dûment rempli ou par son envoi par courrier recommandé à la MRC de Kamouraska, à l'attention du secrétaire trésorier de la MRC de Kamouraska, au 235, rue Rochette, à Saint-Pascal (Québec), G0L 3Y0;

Dans le cas où la demande est effectuée par la remise du formulaire dûment rempli, elle est réputée avoir été déposée le jour de sa réception. Dans le cas où elle est envoyée par courrier recommandé, la demande est réputée avoir été déposée le jour de son envoi.

Donné à Sainte-Hélène-de-Kamouraska, ce 16<sup>e</sup> jour de septembre 2019.

Maude Pichereau  
Directrice générale et secrétaire-trésorière  
Sainte-Hélène-de-Kamouraska

# Taxes municipales



Psst ! L'échéance du 4<sup>e</sup> paiement de taxes municipales  
est le 10 octobre 2019. À mettre à votre agenda!

LE 10 NOVEMBRE PROCHAIN, des élections partielles se tiendront dans la municipalité.



En effet, 1 poste de conseiller est à combler. L'une des premières étapes de ce processus démocratique consiste à recevoir des candidatures. Si vous êtes intéressé ou intéressée ou souhaitez en savoir plus, vous pouvez me joindre au **418 492-6830** ou à [dg@sainte-helene.net](mailto:dg@sainte-helene.net) et je vous donnerai les informations les plus claires possible.

Pour ce qui est de la période de **dépôt des candidatures**, elle aura lieu du lundi 30 septembre au jeudi 10 octobre 2019, durant les heures d'ouverture normales du bureau municipal, ainsi que le vendredi 11 octobre où le bureau sera exceptionnellement ouvert de 9 h à 16 h 30 sans interruption. L'adresse où déposer votre candidature est le bureau municipal, situé au 531, rue de l'Église Sud.

Maude Pichereau, présidente d'élection

## Collecte des feuilles d'automne



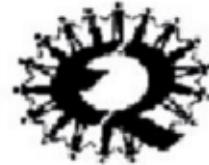
Du 1<sup>er</sup> octobre au 30 novembre, vous pouvez déposer vos sacs de feuilles fermés au garage municipal. Attention : les roches et les branches sont à éviter, merci de votre collaboration!



**Garage Picard Enr.**

214, Principale Ouest  
Sainte-Hélène-de-Kamouraska

418.492.2099



**Club des 50 ans et plus**

Sainte-Hélène-de-Kamouraska

# Collecte des encombrants



## collecte d'ENCOMBRANTS

Sont acceptés dans la collecte d'encombrants les gros rebuts non récupérables.

En voici la liste : matelas, futon, mobilier inutilisable, caoutchouc, caoutchouc mousse, styrémousse, laine minérale et autres isolants, tapis, boyaux, toile (abri, piscine, etc.), revêtement de résidence en vinyle (clapboard), pré-lart et tuiles, papier goudronné, plastique rigide (douches, bassins de jardin, etc.) et souches d'arbres

**COLLECTE des ENCOMBRANTS :**  
**mardi 5 octobre**

Pour ce qui est du **métal**, vous pouvez en mettre sur le bord de la route, mais vous devez le séparer des autres types de matériaux. Aussi, bien vouloir empiler vos encombrants de façon à ce que ce soit facile pour les employés de ramasser le tout.

**IMPORTANT:** Vous devez sortir vos encombrants la veille. Merci!

**N.B.** Si vous avez des objets dont vous souhaitez vous départir, il y a deux collectes d'encombrants par année, sinon les écocentres sont là pour vous! Ligne d'information de Co-Éco : 418 856-2628.



## Reconditionnez ou recyclez votre vieil ordinateur trop lent

J'offre mon temps et mes connaissances gratuitement pour faire revivre votre vieil ordinateur abandonné parce qu'il est rendu trop lent. J'installerai un autre système facile à utiliser qui saura le faire fonctionner plus rapidement. L'ordinateur vous donnera accès à de nouveaux logiciels (pour vos textes, images et vidéos).

F-Nicola Demers  
418-905-7592 — [fndemers@gmail.com](mailto:fndemers@gmail.com)



# Campagne de la capitulation 2019



« MA PAROISSE, JE LA GARDE VIVANTE! »

La capitulation est le don demandé par l'Évêque à chaque personne catholique adulte ayant la capacité financière de le faire pour soutenir financièrement sa paroisse. Cette campagne de financement est la principale source de revenus pour la Fabrique. Nous sollicitons votre contribution annuelle afin qu'elle puisse assurer l'entretien et la maintenance des immeubles (église et cimetière), conserver notre patrimoine religieux, sans oublier les services de pastorale : messe dominicale, célébration de la Parole, baptême, mariage, funérailles, éducation de la foi, etc.

Cette année, la semaine de la capitulation a été fixée du **6 au 13 octobre 2019**. Vous pourrez apporter votre enveloppe au secrétariat de la Fabrique, la déposer à la quête dominicale ou à la Caisse Desjardins dans la boîte prévue à cet effet. **Si vous êtes dans l'impossibilité de vous déplacer, des bénévoles pourront passer, sur demande de votre part.** Les noms des membres de l'assemblée de fabrique seront indiqués au bas du formulaire ainsi que leurs numéros de téléphone et celui du bureau de la fabrique.

Merci à l'avance de ce que vous accepterez de donner à la mesure de vos moyens et de la générosité de votre cœur pour que la vie chrétienne continue chez nous.

## *L'assemblée de Fabrique*

### Message de l'assemblée de Fabrique

Veuillez prendre note que les célébrations auront lieu à la chapelle à partir du **dimanche 6 octobre 2019**, sauf événements spéciaux. Les membres de l'assemblée de Fabrique ont pris cette décision afin de réduire les coûts de chauffage et, ainsi, diminuer la pression sur les finances de la Fabrique.

À venir en novembre: notre brunch annuel.

**CERCLE DE FERMIÈRES SAINTE-HÉLÈNE**

Vous êtes intéressées ? Contactez :

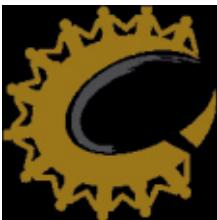
Liette Gingras, présidente : 418 492-9582  
Hélène Otis, vice-présidente : 418 868-5630



### Prochaine réunion mensuelle

**Mardi 8 octobre 2019, 19 h 30**, au local des Fermières de Sainte-Hélène, situé en haut du centre municipal.  
Vente de tartes au sucre à l'éryable, le 13 novembre 2019, au centre municipal de Sainte-Hélène.

Bienvenue à toutes et à tous!  
Hélène Otis, vice-présidente



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

## Prochains dîners du Club

Veuillez noter que le prochain dîner du Club aura lieu le jeudi 3 octobre.

Comme l'an dernier, les dîners auront lieu le premier jeudi du mois d'octobre à mai, sauf en janvier, où le dîner sera le deuxième jeudi du mois (3 octobre, 7 novembre, 5 décembre, 9 janvier, 6 février, 5 mars, 2 avril et 7 mai).

## Coût des dîners

Compte tenu de l'augmentation des coûts liés à la préparation des repas, veuillez prendre note que les dîners du Club seront à 11 \$ à partir du mois d'octobre.

## Location de la salle

Pour louer la salle du Club, vous devez vous adresser à Diane Lavoie (492-5371) ou à Nicole St-Pierre (492-3758). Le coût de la location de la salle est de 65 \$ pour les membres du club et les résidents de Ste-Hélène et de 80 \$ pour les autres personnes ou organismes de l'extérieur.

## Photographie des membres du Club

Le Club désire réaliser une mosaïque avec les photographies de ses membres. Vous êtes toutes et tous invités à venir vous faire photographier par monsieur Jacques Lévesque les 4, 5 et 8 octobre, entre 13 h 30 et 16 h, au local du Club des 50 ans et plus de Ste-Hélène au 529 B, rue de l'Église Nord.

Pierre Jobin, secrétaire-trésorier



### Club de motoneige « Les Loups »

5201, Route du Pont de Broche  
Sainte-Hélène (Qc) G0L 3J0

Chalet : 418.492.1369  
Information : 418.492.2541

## Le Comité De Développement De Sainte-Hélène

Moïra Malenfant, responsable

### Garage Alain Ouellet

MÉCANIQUE – DÉBOSSELAGE – PEINTURE  
*Remorquage jour et nuit*

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



LES SERRES ST-ALEXANDRE (2005) inc.  
495-2757  
564C, RTE 230  
St-Alexandre de Kamouraska  
DOLORÈS DUMONT  
Propriétaire



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



Garon, Lévesque, Gagnon, St-Pierre  
506, rue Taché, Bureau 101 Saint-Pascal G0L 3Y0  
Claude Gagnon, notaire 418.492.1441  
Doris St-Pierre, notaire 418.492.7294

# Sécurité incendie

## Foyers extérieurs et visites de prévention

Deux événements consécutifs d'incendie de forêt ayant comme origine un feu de joie nous portent à réitérer les normes et conseils concernant les foyers extérieurs.

Premièrement, les feux de camp sont interdits en tout temps et tout lieu sur le territoire de la MRC du Kamouraska. Seuls les feux contenus dans un foyer extérieur conforme sont autorisés.

Un foyer conforme est construit de matière incombustible, telle la brique et le métal.

Tous les côtés doivent être fermés, soit par des matériaux incombustibles ou par un pare-étincelles à ouverture d'un centième ou moins. Les âtres ouverts ne sont pas autorisés.

Il est uniquement permis d'y brûler du bois naturel ou des résidus de bois de construction, mais non peint, non verni, ni traité, ni les agglomérés de fibres de bois.



Le dispositif doit être muni d'une cheminée qui possède également un pare-étincelles.

Le feu doit être surveillé constamment et être éteint avant de quitter. Conservez à proximité une réserve d'eau ou un boyau d'arrosage pour être prêt en cas de débordement des flammes. Le foyer doit être installé à plus de 3 mètres de tout bâtiment, structure, arbres, arbustes, haies et autre matériau combustible. Cette distance doit être doublée à 6 mètres pour éloigner le foyer d'un réservoir de propane ou de tout liquide inflammable.

Ayez la même vigilance avec les cendres qu'avec celles des appareils de chauffage résidentiel. Elles peuvent être suffisamment chaudes pendant 72 heures pour déclencher un incendie.

Exemple d'un foyer extérieur conforme :



## Visites de prévention et suivis des correctifs...

Le début septembre sera le moment où nos visites de prévention reprendront. Afin de s'assurer que vous êtes en sécurité, les pompiers valideront le fonctionnement de vos avertisseurs de fumée, la présence d'un avertisseur de monoxyde de carbone si exigé, la périodicité des entretiens de vos extincteurs et la mise à jour des informations concernant la résidence. Ces visites s'effectuent les samedis, entre 9 h et 16 h.

Lorsque les pompiers constatent des anomalies à votre matériel de protection, ils vous remettent un bilan de visite en guise d'aide-mémoire. N'oubliez pas de communiquer les correctifs au Service de la prévention pour actualiser votre dossier. Nous nous attendons à avoir un suivi de votre part dans les 30 jours suivant notre visite.

**Christian Madore, Pompier/Préventionniste en sécurité incendie**  
418 492-2312, poste 241  
[cmadore@villestpascal.com](mailto:cmadore@villestpascal.com)

**C.G. Thériault**  
Puits artésiens - Excavation  
RBQ : 1841-4589-09

Nous sommes une entreprise familiale.  
3e génération de pionniers  
**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 : 418 666-0079  
Guillaume : 418 566-9078  
Courriel : info@puitstheriault.com  
site web : [www.puitstheriault.com](http://www.puitstheriault.com)

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

# Bibliothèque municipale

## CLUB DE LECTURE D'ÉTÉ 2019

Le club de lecture a connu un franc succès. Vingt-deux jeunes ont fait 99 prêts d'un, deux ou trois livres. Considérant l'importance qu'a la lecture pour limiter les effets négatifs causés par les longues vacances d'été, c'est un résultat dont l'équipe de bénévoles est fière. Voici la liste des gagnantes et gagnants : Benjamin Fortier, Florence Lajoie, Maxence Crettaz, Félix Pelletier, Adèle Chenard et Rose Pelletier.

## UNE NOUVELLE SÉRIE

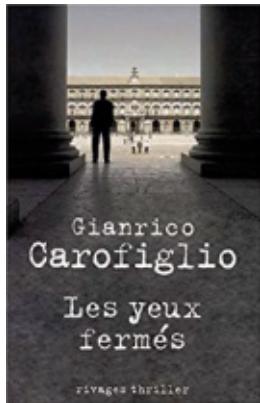


Amateurs et amatrices de séries, nous en avons reçu une toute nouvelle: *Voyageurs de passages*. Cette trilogie raconte l'histoire d'une femme et d'un homme dont le destin se croise à trois époques différentes dans une sorte de voyage temporel. Des romans historiques avec une touche de fantaisie.

## D'AUTRES SUGGESTIONS DE LECTURE

### *Les yeux fermés* de Gianrico Carofiglio

Guido Guerrieri est avocat dans une petite ville du sud de l'Italie. Un jour, une religieuse à l'allure atypique, directrice d'une maison pour femmes battues, vient le rencontrer pour lui demander de prendre comme cliente une jeune femme victime de harcèlement de la part de son ex-petit ami. Guido hésite : en plus de s'attendre à ce que ce soit un cas de la parole de l'un contre la parole de l'autre, le présumé harceleur est le fils d'un



homme très influent. Il finira toutefois par accepter de défendre la jeune femme et c'est avec joie que nous suivrons ce sympathique personnage tantôt tendre, tantôt ironique découvrir ce que cache cette histoire tragique.

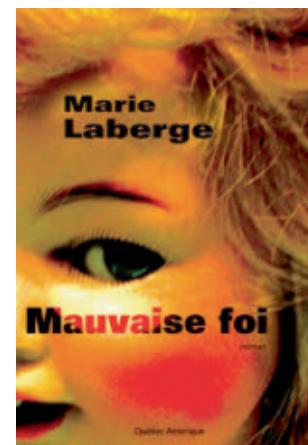
### *La poursuite du bonheur* de Douglas Kennedy

Dans le groupe de personnes qui assistent aux funérailles de sa mère, Kate remarque une femme qu'elle n'a jamais vue auparavant. Cette dernière, lors d'une visite subséquente, lui remettra un récit qui lui fera découvrir qui étaient vraiment ses parents et ce qu'ils ont vécu. En plus d'une histoire captivante, ce roman présente aussi ce qu'était la vie des hommes et des femmes dans les années d'après-guerre : les conditions de travail des femmes, le mariage, le maccarthysme... Les droits des femmes ont grandement évolué : ce roman permet de constater jusqu'à quel point.



### *Mauvaise foi* de Marie Laberge

Pour une deuxième fois dans un roman de Marie Laberge, Patrice, inspecteur français, et Vicky, enquêtrice de la SQ spécialiste des crimes non résolus, travaillent ensemble. Cette fois, ils cherchent à établir si un homme a vraiment commis un meurtre vingt ans plus tôt. Ils découvriront tout plein d'histoires cachées: des liaisons amoureuses, des histoires d'abus, des mensonges... Dans la ligne de mire: des prêtres. L'intérêt du roman repose dans la démarche laborieuse et opiniâtre des enquêteurs pour arriver à trouver ce qui s'est vraiment passé. Et dans les descriptions des paysages bucoliques de Sainte-Rose-du-Nord.



# Communiqués divers

## L'éco-bulletin

### COMMENT DISPOSER DES RÉSIDUS DE JARDIN?

#### Premièrement, qu'est-ce qu'un résidu de jardin?

Ce sont des matières issues de l'entretien de votre potager ou de vos platebandes devenues encombrantes pour vous.

- Mauvaises herbes, plantes potagères récoltées, plantes annuelles, branches, terre, feuilles, gazon, etc.

#### Toutefois, les résidus de jardin ne vont pas tous à la même place!

##### Bac brun



- Mauvaises herbes
- Plantes potagères récoltées
- Plantes ou partie de plante non ligneuse (qui n'a pas de bois)

La température atteinte lors de la biométhanisation neutralise la plupart des graines de mauvaises herbes et des toxines (ex. : plant ou feuilles de rhubarbe) qui sont autrement nuisibles au compostage domestique.

##### Écocentre:

- Terre\*
- Détourbage et gazon
- Résidus de coupe d'arbres et d'arbustes
- Branches

\*L'équivalent d'une brouette

##### Lieu d'enfouissement technique :

- Plantes exotiques envahissantes :

Phragmite commun Renouée du Japon (bamboo) Berce du Caucase

##### Traitement sur place:

Pensez à traiter vos résidus de jardins directement sur votre terrain est la solution écologique et économique à la plupart de vos résidus, renseignez-vous sur :

- compostage domestique
- herbicyclage
- feuillicyclage

##### Pour toute information :

418 856-2628 poste 0  
[www.co-eco.org](http://www.co-eco.org)



Services de déneigement au tracteur  
Cour résidentielle et commerciale

William Nadeau  
418-863-3233



Pour l'activité  
«Une naissance, un livre»  
la Bibliothèque aimerait  
connaître les enfants nés en 2017 ou 2018.  
Écrivez à Stéphanie :  
[developpement@sainte-helene.net](mailto:developpement@sainte-helene.net) !  
Je leur transmettrai  
les noms.

## DEVENEZ BÉNÉVOLE CROIX-ROUGE!



Joignez-vous à l'équipe d'intervention  
de la MRC de Kamouraska!

La Croix-Rouge aide les victimes de catastrophes, d'incendies et d'inondations. Ses bénévoles sont présents en tout temps pour apporter réconfort et chaleur humaine aux sinistrés.

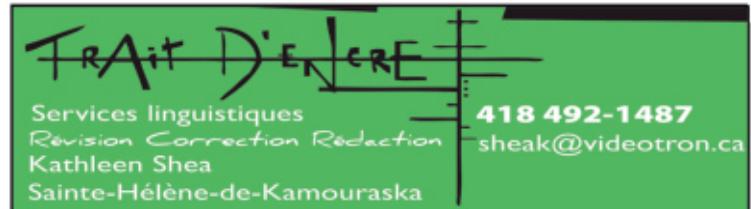
En tant que bénévole Croix-Rouge, vous:

- ferez partie d'une équipe spécialisée, dynamique et motivée
- recevez une formation reconnue en secourisme et en intervention d'urgence.



[www.partenairescroixrouge.ca](http://www.partenairescroixrouge.ca)

1 844 540-5410



## HALLOWEEN 2019 SAINTE-HÉLÈNE-DE- KAMOURASKA

31 OCTOBRE  
17H00 À 19H00

Les enfants seront invités à sonner aux portes des maisons qui auront une décoration ou des lumières orangées pour recueillir sucreries et friandises.

Veillez à ce que vos petits "monstres" soient bien visibles. Il est également important de traverser les rues aux endroits éclairés et sécuritaires. Assurez-vous aussi qu'un adulte accompagne vos enfants.

De la surveillance est prévue , nos pompiers se promèneront dans les rues. De plus, des camions avec des gyrophares seront stationnés aux entrées Est et Ouest du village pour signaler la présence des enfants aux automobilistes  
(Gracieuseté C.G. Thériault).

JOYEUSE FÊTE dHALLOWEEN !

# Comment aider votre enfant à mémoriser ses leçons

Les exigences scolaires sont une préoccupation de beaucoup de parents d'élèves et face aux difficultés scolaires que peut rencontrer un enfant, il n'est pas toujours évident de savoir comment réagir. En effet, certains se sentent coupables, d'autre démunis, et dans tous les cas, rares sont les parents qui se sentent à l'aise devant les difficultés scolaires de leurs enfants. Pourtant, il est important de ne pas enfermer votre enfant dans l'image du « mauvais élève » et il convient de trouver des solutions rapidement pour ne pas laisser l'enfant perdre confiance en ces capacités. Alors comment faire pour aider son enfant à mémoriser ses leçons et réussir à l'école ?

Voici trois conseils pour faciliter l'apprentissage de vos enfants.

## Savoir prendre de la distance

La scolarité d'un enfant est souvent l'objet de beaucoup d'enjeux tant pour l'enfant que pour les parents. En effet, beaucoup de questions peuvent faire surface lorsqu'un enfant rencontre des problèmes d'apprentissage à l'école:

Du côté des parents : Que vont penser les autres parents et les professeurs ? Est-ce de ma faute ? Mon enfant est-il bête ?

Du côté de l'enfant : Est-ce que Maman et Papa m'aiment toujours ? Est-ce que je vais me faire gronder ? Suis-je bête ?

Bien qu'une mauvaise note ne soit

pas une nouvelle réjouissante, il faut se garder de faire des remarques qui pourraient laisser entendre à votre enfant qu'il est stupide. L'important, c'est qu'il puisse comprendre ce qui lui a échappé, et non qu'il a raté son contrôle ou obtenu une mauvaise note. Pour l'aider, il faut donc prendre le temps de regarder où sont ses blocages et le soutenir pour qu'il puisse les dépasser. D'où, le deuxième conseil.

## Rassurez votre enfant

Il faut savoir que le stress ou la peur sont des facteurs qui nuisent à l'apprentissage. Un enfant étant très sensible aux émotions de ses parents, Il est donc important de rassurer votre enfant et de lui montrer que vous l'aimez toujours et que vous allez l'aider à surmonter ses difficultés.

Le simple fait de rassurer votre enfant et de lui montrer qu'il peut compter sur vous l'aidera grandement et sera pour lui un cadeau d'une valeur inestimable. En effet, en adoptant une telle démarche, vous exprimez implicitement que vous avez confiance dans les capacités de votre enfant et cela sera pour lui un moteur qui le fera se surpasser.

Néanmoins, si vous vous apercevez que vous n'arrivez pas à être dans une dynamique positive et que vous avez du mal à prendre de la distance avec la scolarité de votre enfant., n'ayez pas peur d'appliquer le 3<sup>e</sup> conseil.

## Demandez de l'aide si c'est nécessaire

Certains parents ont honte d'avouer qu'ils sont dépassés, ou tout simplement surmenés. Pourtant, il est facile de comprendre qu'après une journée de travail ou simplement faute d'avoir certaines connaissances, l'envie de se plonger dans les cahiers de votre enfant ne soit pas au rendez-vous. Il est préférable alors de demander de l'aide en faisant appel à un ami ou à du soutien scolaire, ou bien encore à un professionnel. Cela vous permettra de souffler et de prendre du recul. Vous avez maintenant des pistes pour aider votre enfant à mémoriser ses leçons et à réussir à l'école : prenez de la distance, rassurer votre enfant et demandez de l'aide si nécessaire.

Attention toutefois à ne pas confondre "demandez de l'aide" et "désinvestir la scolarité de votre enfant". En effet, demander de l'aide ne signifie pas que vous ne soyez plus présent pour votre enfant, mais bien, prendre le temps de souffler, pour être davantage à l'écoute de ses besoins et l'aider à avancer. Dans cette optique, partez à la découverte du fonctionnement de la mémoire de votre enfant pour pouvoir le guider et l'accompagner dans l'exploitation de toutes ses ressources. Vous pourrez ainsi agir avec votre enfant de manière plus éclairée, ce qui rendra à coup sûr votre relation encore plus riche et prometteuse.

Source :

<http://www.secrets-de-comment.com>



*La municipalité de Sainte-Hélène-de-Kamouraska*

VOUS INVITE À LA

# FÊTE DES BÉNÉVOLES

JEUDI 10 OCTOBRE 2019  
DÈS 18H00

*À la salle municipale*

531, RUE DE L'ÉGLISE SUD, SAINTE-HÉLÈNE-DE-KAMOURASKA

MENU RÉCONFORTANT, AMBIANCE ASSURÉE, CONJOINTS  
INVITÉS. NOUS VOUS ATTENDONS!

RSVP AUPRÈS DE STÉPHANIE AU PLUS TARD LE 2 OCTOBRE 2019  
AU 418 492-6830 OU À DEVELOPPEMENT@SAINTE-HELENE.NET.

**Émilie Roussel**

Soins infirmiers en podologie

Services à domicile  
418.324.4141



Ce journal a été créé à l'aide du logiciel libre Scribus.

Merci à Annie Martin pour son aide au design du journal.

L'équipe du journal est composée de Kathleen Shea, Julie Chénard, Stéphanie Sénechal, Hugo Bérubé et moi-même, F.-Nicola Demers.

Nous écrire à [echo.pinriere@gmail.com](mailto:echo.pinriere@gmail.com)

# Communiqués divers



Écocentres  
MRC de Kamouraska

## L'éco-bulletin

### Fermeture hivernale des écocentres le 2 novembre à 16 h

\*\* 12 h pour Saint-Alexandre-de-Kamouraska \*\*

La Pocatière	Saint-Pascal	Saint-Alexandre-de-Kamouraska
410, 14 <sup>e</sup> rue Bérubé, GOR 1Z0	236, avenue du Parc, GOL 3Y0	619, Route 289, GOL 2G0
Mardi, jeudi, samedi : 8 h à 16 h	Mercredi, vendredi, samedi : 8 h à 16 h	Jeudi 8 h à 16 h (du 5 sept. au 2 nov.)
		(1 <sup>er</sup> et 3 <sup>e</sup> du mois)

### NOUVEAUTÉ 2019 :

Prolongation de l'écocentre de Saint-Pascal  
les vendredis et samedis

8, 9, 15 et 16 novembre de 8 h à 16 h

\*\* Sauf en cas de tempête de neige \*\*

### Matières acceptées sans frais

Aldez-nous à valoriser nos matières recyclées en triant vos matériaux à l'avance selon les catégories suivantes :



### Des frais s'appliquent pour les déchets ultimes

Matelas et meubles rembourrés, matériaux isolants, plastique rigide (vinyle, PVC, etc.), toile, etc.

Nous acceptons des agrégats comme le béton, l'asphalte, la brique, etc.

Pour toute information :  
418 856-2628, poste 0  
[www.co-eco.org](http://www.co-eco.org)



### Services Forestiers Grand-Portage

Consultants en foresterie

605, Rte 289

St-Alexandre-de-Kamouraska

418.495.2054



### Société Saint-Jean-Baptiste

DIOCÈSE DE SAINTE-ANNE-DE-LA-POCatiÈRE

Assurance vie

Prix avantageux pour les enfants

Section locale de Sainte-Hélène, Marie-Claude Morin, présidente  
Lise Bérubé, secrétaire, 418 492-6163



### Tupperware \*\*\*Tupperware \*\*\*Tupperware

Vous aimez les produits durables et efficaces? J'ai ce qu'il vous faut!! Je m'appelle Hélodie Dionne et je suis conseillère Tupperware. Vous pouvez me contacter si vous désirez acheter des produits ou faire une réclamation de garantie sur un item que vous détenez, car non, ce n'est pas une rumeur, Tupperware est garanti à VIE.

Pour me joindre : 418 866-8736 (messagerie vocale disponible ou texto) ou par courriel : [helodie\\_dionne@hotmail.com](mailto:helodie_dionne@hotmail.com)

N'hésitez pas à aimer ma page Facebook pour ne rien manquer des spéciaux : Tupperware Hélodie Dionne

Au plaisir de vous aider!



### Municipalité de Sainte-Hélène-de-Kamouraska

531, rue de l'Église Sud

418.492.6830

[dg@sainte-helene.net](mailto:dg@sainte-helene.net)



# Marché de l'Avent Sainte-Hélène-de- Kamouraska

**2 NOVEMBRE 2019  
10H À 16H30**

---

29 exposants  
Entrée gratuite  
**DES CRÉATIONS UNIQUES ET  
PERSONNALISÉES**  
SERONT PRÉSENTS POUR LE PLAISIR DES  
PETITS ET DES GRANDS.  
VENEZ LES ENCOURAGER !

---

**LES FERMIÈRES SERONT SUR PLACE POUR  
VOUS OFFRIR UN REPAS OU DES  
GRIGNOTINES  
PRIX DE PRÉSENCE POUR LES VISITEURS**

**Quincaillerie J.E. Desjardins Enr.**

Sainte-Hélène-de-Kamouraska

**418.492.3702**

**SICO® Distributeur de peinture SICO**

**SICO®**



**Domaine  
Des Pivoines**

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



 **Coiffure  
signée  
Emmanuelle**

Rivière-du-Loup  
418 860-2999

Sainte-Hélène  
418 492-7999