



# L'ÉCHO DE LA PINIÈRE

LE JOURNAL DE SAINTE-HÉLÈNE-DE-KAMOURASKA

DÉCEMBRE 2021 – VOLUME 23 – NUMÉRO 3



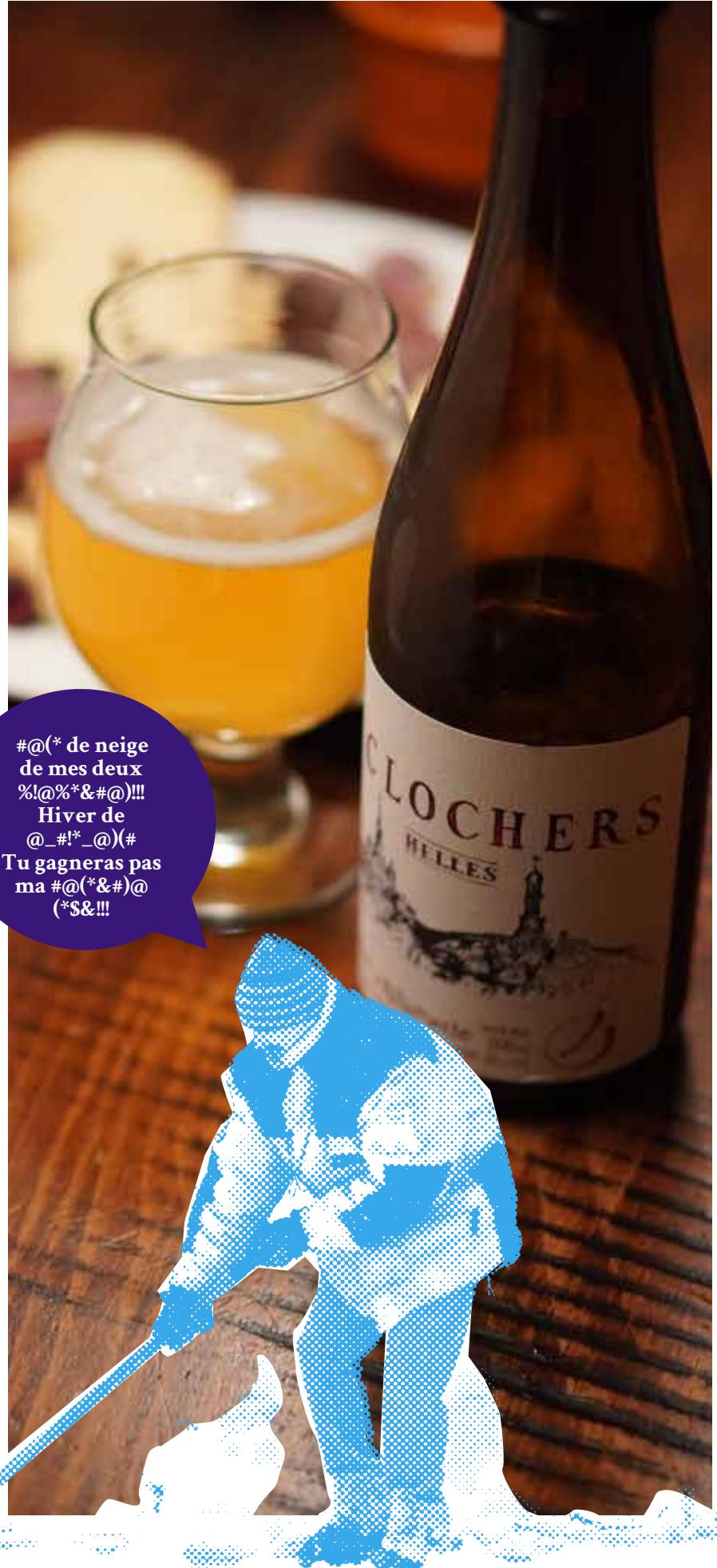
Amélie  
et Julien de  
A+J Métissage.  
Nouveaux  
visages créatifs  
de notre  
village.

# L'ÉQUIPE DU JOURNAL DE SAINTE- HÉLÈNE-DE- KAMOURASKA

L'ÉQUIPE DU JOURNAL EST COMPOSÉE DE KATHLEEN SHEA À LA RÉVISION DES TEXTES (DANS LE DOMAINE, C'EST L'OEIL DE LYNX), JULIE CHÉNARD À LA LECTURE DES TEXTES ET L'ENVOI AUX COMMANDITAIRES EXTERNES, HUGO BÉRUBÉ, À LA COMPTABILITÉ ET RESPONSABLE DES COMMANDITAIRES ET LA MISE EN PAGES À SYLVIE PELLETIER (MIEUX CONNU SOUS LE NOM DE MADAME SYLVIE) ET FLORENT DUFORT (DANS LA LANGUE AUTOCHTONE, CELUI QUI SENT LE BOIS). SI VOUS DÉSIREZ COMMUNIQUER AVEC NOUS, DONNER VOTRE IMPRESSION, VOTRE OPINION SUR CERTAINS SUJETS, NOUS SUGGÉRER UNE IDÉE OU SIMPLEMENT NOUS SOUHAITER UNE BELLE JOURNÉE, ÉCRIVEZ-NOUS À ECHO.PINIERE@GMAIL.COM.

## DATES DE TOMBÉE ET DE SORTIE DU JOURNAL POUR 2022

DATES DE TOMBÉE	DATES DE SORTIE
10 janvier 2022	20 janvier 2022
14 février 2022	24 février 2022
14 mars 2022	24 mars 2022
11 avril 2022	21 avril 2022
6 juin 2022	16 juin 2022
8 août 2022	18 août 2022



# MOT DE L'AGENT DE DÉVELOPPEMENT ET DE LOISIRS



Ces temps-ci, les années se concluent avec plus de hâte que de nostalgie. Je fais partie de celles et ceux que la pandémie a épargnés cette année encore, et je mesure mon privilège. 2022 sera pour de nombreuses personnes et, à bien des égards, une année cruciale, qui, espérons-le, ramènera un peu d'équilibre dans les quotidiens qui en demeurent dépourvus!

La municipalité accueille en la personne de Nathalie Picard une nouvelle mairesse qui, j'en suis certain, marquera d'une belle empreinte notre horizon collectif. Félicitations par ailleurs à Louise Hémond et Vital Morin qui tirent leurs révérences après toutes ces années consacrées au service des citoyens et citoyennes!

Côté loisirs, nous travaillons à l'élaboration de nos activités et projets futurs: notre inventaire de skis de fond adultes s'est enrichi de plusieurs paires, et nous souhaitons plus que jamais encourager les activités extérieures! D'ailleurs, nous préparons le balisage des pistes des Pentes-Ouf afin qu'elles soient répertoriées sur l'application Kamouù, que nous vous recommandons vivement de télécharger.

Autre nouvelle qui ne manquera pas de nous rendre fiers: la «2 Clochers», bière commémorative de notre 175<sup>e</sup> et du 100<sup>e</sup>

de Saint-Joseph est fraîchement brassée! Il s'agit d'une Pale ale (4,9%) que vous pouvez d'ores et déjà vous procurer dans les points de vente habituels de La Tête d'Allumette. J'adresse à ce sujet mes plus sincères remerciements à Martin, Catherine et à toute leur équipe pour la superbe visibilité (et la saveur) que leur travail donne à nos «paroisses». S'il fallait une raison de plus d'insister sur l'importance de l'achat local, la voici!

Je vous souhaite, sur cette note houblonnée, une agréable lecture et de merveilleuses fêtes!

## Damien

Agent de développement



**Transport Scolaire 3 M Inc.**

259, Rue Principale  
Sainte-Hélène  
418.492.6062

**CERCLE DE FERMIÈRES SAINTE-HÉLÈNE**

Vous êtes intéressées ? Contactez :  
Liette Gingras, présidente : 418 492-9582  
Hélène Otis, vice-présidente : 418 868-5630



**Municipalité de Sainte-Hélène-de-Kamouraska**

531, rue de l'Église Sud

418.492.6830

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



## MOT DE LA MAIRESSE – NATHALIE PICARD

---



**Je suis très heureuse d'emprunter et de faire perdurer le parcours, si paisible et intéressant, que Louise et nos conseillers ont su tracer ces dernières années. Le tout accompagné d'une équipe hors pair à mes yeux : Solange, Cédric, Damien, Mathieu et Germain.**

Je serai là pour vous à tout moment, même si je suis une entrepreneuse depuis plus de 30 ans dans la municipalité. Je reste disponible à vos demandes et vos solutions, car pour moi, la vieille politique de partisanerie est chose du passé et je souhaite poursuivre le climat de coopération déjà en place. Nous voulons tous un village où il fait bon vivre, un milieu respectueux et que la famille soit au cœur de Sainte-Hélène-de-Kamouraska.

Je suis honorée de représenter les héléninois et hélénaises. J'ai toujours pensé que notre devoir en tant que citoyen.nes est de s'impliquer dans son milieu de vie à différents niveaux et je suis très motivée à relever ce nouveau défi.

Car ensemble, fierté nous guide.

Joyeuses Fêtes à tous!

**Nathalie Picard**



# AFFAIRES MUNICIPALES

---



## Mot de départ – Louise Hémond

Il est maintenant temps d'écrire la dernière page de cette merveilleuse aventure qui aura duré 12 ans. Après plus de 144 conseils et autant de plénières, 2 maires, 15 conseillers, 5 directeurs généraux et 8 agents de développement, pas besoin de vous dire que j'ai appris à m'adapter aux changements. Des séances de travail au cours desquelles des larmes... il en a coulé parfois de découragement, mais beaucoup plus souvent de joie parce que, oui on a beaucoup ri ensemble, quel bonheur.

Des projets il y en a eu, des beaux, des grands, des petits. Quelques erreurs de parcours ont semé ce travail, mais combien elles nous ont fait grandir. Quand je regarde ce qu'est devenue notre municipalité, je suis fière de ce que nous avons accompli, tous ensemble.

À vous citoyens et citoyennes qui m'avez accueillie et fait confiance, MERCI!

À Nathalie qui a eu le courage et la volonté de s'investir pour sa municipalité, MERCI!

À vous chers employés et conseillers, vous qui êtes devenus ma famille du Kamouraska, MERCI!

À Cédric, Mathieu, Germain et Damien qui ont amené un souffle nouveau, une belle dynamique d'équipe, MERCI!

À SOLANGE, notre doyenne, bientôt 20 ans, qui est là depuis le début, qui a vu passer autant les tempêtes que les journées ensoleillées, mais sur qui on a toujours pu compter, MERCI!

À PAUL, le sage qui remettait le train sur les rails quand il disait : « On ne se laissera pas abattre juste pour ça, il y a des choses bien pires que ça dans la vie! », MERCI!

À CLAUDE, le grand frère qui me disait tout le temps « une vraie mère pour nous », MERCI!

À STEEVE qui a été « mes jambes » des dernières années, toujours prêt à rendre service, MERCI!

À MARCO, avec toute sa franchise et son authenticité, MERCI!

À JOËL, notre petit nouveau. Merci pour ton implication.

À VITAL, MON Vital (comme dit l'annonce) que j'ai gardé pour la fin, Vital mon tuteur, mon guide. Vital avec son calme et sa façon bien à lui d'analyser le pour et le contre, sans jamais me donner la réponse et encore moins ce que je devais faire. Dans nos maisons, nous avons tous le livre du 150<sup>e</sup> pour nous rappeler l'histoire de Sainte-Hélène. Au conseil, nous avions Vital, avec sa mémoire phénoménale, ses connaissances et sa droiture. Quand Vital nous disait « faut pas oublier une chose »... oh là là, c'était du sérieux.

Mais quand Vital se lâchait lousse, on en riait un coup, du plus profond de mon cœur, MERCI Vital. Maintenant, prends soin de toi.

De vous tous, je garde des souvenirs heureux de nos années passées ensemble.

Je quitte le cœur gros de vous laisser, mais le cœur léger de savoir la municipalité entre bonnes mains, VOS mains.

MERCI et joyeuses Fêtes!

Louise

# AFFAIRES MUNICIPALES

---



## EXTRAIT DE LA SÉANCE DE NOVEMBRE 2021

Lors de la séance ordinaire du 9 novembre 2021, laquelle a eu lieu en public, le conseil municipal a autorisé la fermeture du bureau pendant les Fêtes, a nommé des élus responsables de la sécurité incendie et des matières résiduelles, a permis la modification de signataire à la caisse populaire Centre-Est du Kamouraska et Monsieur Claude Lévesque a été nommé maire suppléant pour les six prochains mois.

Par ailleurs, le conseil a entériné la dépense pour l'installation des lampadaires au parc Adélard-Lapointe, le calendrier des séances ordinaires 2022 a été adopté, la location du terrain de la Fabrique ainsi que la participation au feuillet paroissial ont été acceptées et la demande de compensation pour la route Ennis a été validée.

En outre, un projet de règlement, 2021-08, ainsi que son avis de motion a été déposé en lien avec la tarification des biens et services municipaux, le conseil a autorisé le blocage partiel de certaines rues dans le cadre de la parade des Fêtes du 175<sup>e</sup>, le dépôt d'une demande d'exclusion de la zone agricole et certains documents ont été déposés par le directeur général, soit les déclarations d'intérêt pécuniaires des membres du conseil municipal et la lettre de démission de monsieur Vital Morin, conseiller n° 6.

Finalement, le conseil a fait des dons à l'unité Domrémy Saint-Pascal inc., Centraide Bas-Saint-Laurent et à Guillaume Morin dans le cadre du Movember.

Enfin, la prochaine séance du conseil aura lieu le mardi 7 décembre 2021, à 20h à la salle municipale (531, rue de l'Église Sud). Elle se tiendra avec public, dans le respect des mesures de distanciation sociale et du port du masque (le masque peut être retiré lorsqu'on est assis).

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

**[www.sainte-helene.net](http://www.sainte-helene.net)**

## RAPPEL DU RÈGLEMENT SUR LES ANIMAUX – 10-05

Nous avons reçu récemment quelques appels en lien avec les chats domestiques. Rappel aux propriétaires, les chats sont soumis au même règlement que les chiens en ce qui concerne le contrôle et l'errance :

### Article 6: contrôle

Tout chien ou chat gardé à l'extérieur de l'unité d'occupation de son propriétaire ou ses dépendances doit être tenu ou retenu au moyen d'un dispositif (attache, laisse, clôture, etc.) l'empêchant de sortir de ce terrain.

### Article 7: errance

Il est défendu de laisser en tout temps un chien ou un chat errer dans un endroit public ou sur une propriété privée autre que l'unité d'occupation et les dépendances du propriétaire de l'animal.

Le règlement intégral peut être consulté sur notre site Internet.

Merci de votre compréhension.

# PAROISSE DE SAINTE-HÉLÈNE

---

## Message pour la messe de Noël

Compte tenu des restrictions sanitaires et du nombre restreint de places dans l'église de Sainte-Hélène, les personnes qui désirent assister à la messe du 24 décembre à 22 h sont invitées à faire une réservation en téléphonant au secrétariat pendant les heures d'ouverture (418 492-2061). Prière de ne pas laisser de message. Veuillez indiquer le nombre de personnes dans votre réservation.

Heures d'ouverture du secrétariat : les lundis, mardis et jeudis de 9 h 30 à 11 h et de 13 h 30 à 15 h 30.

Merci beaucoup.

**Pierre Jobin,**  
président de l'assemblée de Fabrique

## NOURRIR NOTRE FOI

### Formation à la vie chrétienne pour toutes et tous

le monde change et il est parfois très difficile de s'y retrouver. Nous avons peu d'occasions pour réfléchir sur notre relation avec lui et approfondir notre foi. Celle-ci représente une attitude précieuse pour nous guider, mais encore faut-il l'éclairer!

Nous avons tenté de profiter de la pandémie pour repenser notre façon de proposer la foi. Nous nous sommes demandé : « Comment rendre Jésus et la foi désirables ? » Voici les principales propositions auxquelles nous sommes arrivés.

D'abord, l'approfondissement de la foi sera offert, non seulement aux enfants et leurs parents, mais à toute personne qui a un désir sincère de suivre Jésus et de vivre selon son Esprit. C'est pourquoi, dès cet automne, nous souhaitons offrir des ateliers intergénérationnels de réflexion croyante. Toutes et tous, peu importe votre âge, vous y êtes invité.e.s et même attendu.e.s ! Bienvenue !

Aussi, nous souhaitons offrir ces ateliers de foi par secteurs, c'est-à-dire pour un groupe de communautés. En vérité, nous n'avons plus les ressources humaines et monétaires (exemple : pour chauffer les églises) permettant d'offrir la formation chrétienne dans toutes les paroisses. Mais nous croyons, puisque nous nous déplaçons assez facilement vers des centres pour faire les commissions ainsi que pour différents rendez-vous ou rencontres

sociales, qu'il est aussi possible de le faire pour approfondir notre foi. Nous vous invitons donc à nous suivre et à venir rejoindre le groupe des croyants en ces occasions.

Finalement, « l'obtention » des sacrements ne sera plus le but à atteindre au terme d'un parcours catéchétique. Concrètement, les personnes qui souhaiteront vivre un sacrement de l'initiation chrétienne (communion, pardon ou confirmation) pourront en faire la demande en respectant l'âge minimum requis et, après un discernement et une préparation immédiate, elles seront invitées à le célébrer selon les dates et endroits prévus. Il va sans dire que tous seront les bienvenus à la formation chrétienne quand ils le désireront.

Voici, en gros, les orientations retenues pour la vie de notre Église face à l'approfondissement de la foi de chacun d'entre nous. Encore une fois, il faut insister, cette formation est offerte, à toute personne, peu importe son âge, soucieuse de vivre et d'approfondir sa foi chrétienne en ce monde. Être chrétien.ne, ce n'est pas nominalement « être baptisé.e – confirmé.e »; c'est surtout vivre avec le Seigneur Jésus en ce monde et continuer sa mission de faire advenir le Royaume de justice et de paix.

#### Pour plus d'information :

[www.unitecentre.com/formation-à-vie-chrétienne](http://www.unitecentre.com/formation-à-vie-chrétienne)

[www.facebook.com/Unité missionnaire du Centre](http://www.facebook.com/Unité missionnaire du Centre)

Nadia Pelchat ([kanawima@hotmail.com](mailto:kanawima@hotmail.com))

Marielle Gamache ([marielle\\_gamache@videotron.ca](mailto:marielle_gamache@videotron.ca))

Yeisson Cortès (418 856-2896 poste 222)

Christian Bourgault (418 856-2896 poste 229)

# BABILLARD

---

## VENTE DE NOËL DE L'ATELIER DU PARTAGE

Méga vente de Noël de l'Atelier du partage à la salle Robert-Côté de Saint-Pascal, les samedi et dimanche 4 et 5 décembre 2021, de 9 h à 17 h.

Vente de jouets, décos de Noël, bibelots et vaisselle.

Bienvenue à tous!

**Odette Sirois,**  
bénévole

## L'ATELIER D'ALICE CHÉNARD OUVRE SES PORTES

Comme Noël approche et qu'il n'y a pas d'exposition d'artisans à Sainte-Hélène, j'exposerai toutes mes réalisations dans mon atelier situé au 301, rue Principale Est, les 3, 4 et 5 décembre, et ce, de 13 heures à 17 heures et la semaine suivante sur rendez-vous. Vous y trouverez lampes, veilleuses, murales et une foule d'objets décoratifs pour Noël et autres.

Pour visiter ou vous gâter, vous êtes les bienvenus. S'il vous manque un cadeau, vous le trouverez certainement ici.

**Alice Chénard**  
[morinyvon@videotron.ca](mailto:morinyvon@videotron.ca)  
418 492-5935



Le comité des fêtes du 175e  
de Sainte-Hélène-de-Kamouraska tient  
à remercier sincèrement  
**L'ÉPICERIE CHAREST et son équipe**  
pour la commandite  
du souper spaghetti.  
C'est 124 repas qui ont été servis !  
**MERCI !**

# EN ROUTE AVEC LA SQ

---

## LOI SUR LES VÉHICULES HORS ROUTE (LVHR) Nouvelles exigences à venir

La nouvelle LVHR vient d'élargir la gamme des types de véhicules qui lui sont assujettis. En effet, le VHR est défini ici comme étant une motoneige, une motoquad, un autoquad et une motocyclette tout terrain, y compris un motocross.

Le port du casque protecteur avec visière ou lunettes de sécurité conforme est bien sûr toujours obligatoire. Les amendes ont augmenté et le montant de la peine serait de 250 \$ à 350 \$, selon le cas. La règle concernant les systèmes d'échappement modifiés a aussi été resserrée. Il est maintenant interdit de mettre en vente, d'installer, de faire installer et bien sûr de circuler avec une motoneige dotée d'un système d'échappement qui n'est pas conforme à la norme SSCC/11 (qui est inscrite sur le silencieux). Les motoneiges fabriquées avant 2011 bénéficient par contre d'un droit acquis.

Il est également obligatoire de détenir un permis de conduire valide pour circuler sur un sentier, sur une route, sur une terre publique ou sur toute terre privée appartenant à une municipalité. Par permis valide, on entend tout permis autorisant la conduite d'un véhicule routier délivré en vertu du code de la sécurité routière qui est valide. Autre nouveauté, les dispositions du code de sécurité routière encadrant la conduite avec les capacités affaiblies par l'alcool et la drogue s'appliqueront en sentier et dans tout autre lieu de circulation visé par la LVHR. Par exemple, un conducteur dont le permis de conduire automobile est visé par la mesure zéro alcool devra aussi respecter cette condition pour la conduite d'un VHR. Pour les personnes mineures, il n'y a aucun changement. Elles doivent être âgées d'au moins 16 ans et celles-ci doivent détenir un certificat de formation qui atteste la réussite d'un examen ou d'une formation obligatoire prévus par règlement. La nouvelle loi prévoit aussi une sanction pour toute personne qui permet ou qui tolère qu'un mineur sur qui il a l'autorité conduise un VHR sans respecter cette réglementation. Rien ne s'applique présentement en ce qui a trait à la perte de points d'inaptitude, mais il y a des discussions en ce sens qui pourraient être modifiées dans un futur rapproché.

Selon des statistiques du gouvernement du Québec, durant les années 2009 à 2019, ce sont 25 décès en motoneige et 28 décès en VTT qui sont survenus en moyenne chaque année. Cela représente des centaines de décès et des milliers d'hospitalisations. Nous devons travailler tous ensemble pour rendre cette activité la plus sécuritaire possible. En terminant, nous vous souhaitons une bonne saison et soyez prudents.

## RAPPEL PNEUS D'HIVER

Quand poser ses pneus d'hiver au Québec.

Au Québec, la loi a changé en 2019 et exige que tous les véhicules soient chaussés de pneus d'hiver obligatoire au plus tard le 1<sup>er</sup> décembre et jusqu'au 15 mars. Seuls les pneus d'hiver affichant un pictogramme de montagne surmontée d'un flocon de neige sont permis sur les routes du Québec. À défaut de vous y conformer, l'art. 440 prévoit une amende de 200 \$ plus les frais.

## POUR CE QUI EST DES PNEUS À CRAMPONS ET CHAÎNES, ILS SONT AUTORISÉS ENTRE LE 15 OCTOBRE ET LE 1<sup>ER</sup> MAI INCLUSIVEMENT.

### LES PNEUS À CRAMPONS (OU PNEUS CLOUTÉS) SONT AUTORISÉS POUR :

- les véhicules de promenade,
- les taxis ou automobiles assimilés à un taxi,
- les véhicules de commerce dont la masse totale en charge n'excède pas 3000 kg.

### LES CHAÎNES SONT AUTORISÉES SUR LES PNEUS :

- des véhicules d'urgence,
- des tracteurs de ferme,
- des véhicules routiers utilisés pour le déneigement et l'entretien hivernal.

Le code de la sécurité routière oblige également les conducteurs à réduire leur vitesse lorsque les conditions de visibilité sont insuffisantes en raison de la neige. En cas de non-respect, l'article 330 prévoit une amende de 60 \$ plus les frais et deux points d'inaptitude.

Vous devez également bien déneiger le pare-brise ou les vitres du véhicule, article 281.1 prévoit une infraction de 100 \$ plus les frais.

Soyez vigilants en tout temps durant la période hivernale.



## CAPITAINE TÅRÏS VOUS INTERROGE!

### ENTREVUE AVEC AMÉLIE ET JULIEN

**Hélenois depuis quatre mois maintenant, Amélie, Julien et leurs enfants, Flavie et Arthur, incarnent la dynamique qu'insufflent en campagne les talents qui quittent la ville.**

**La première tourne, le second souffle: pas surprenant, donc, que leur bonheur soit fait d'équilibre et d'effort! Découvrez cette belle famille d'artisans qui, au sens propre comme au sens figuré, met les petits plats dans les grands!**

**Amélie:** On s'est rencontrés à Montréal durant nos DEC respectifs. Julien étudiait le verre soufflé, moi la céramique et on faisait tous les deux partie d'un collectif de métiers d'arts dont l'idée était de mélanger les matières. On a créé notre entreprise (A+J Métissage) aussitôt nos études terminées et c'est à cette même époque qu'on s'est mis ensemble! Maintenant, on propose de la vaisselle locale et versatile, avec des produits standards et du sur-mesure. L'atelier a connu plusieurs formes et lieux: au départ, notre approche était axée sur la multiplication de contrats, mais on a réalisé que ça impliquait souvent d'en accepter qui ne nous tentaient pas réellement. Notre moment décisif a été d'opter pour le second modèle d'entreprise, plus «romantique», dans lequel se mêlent vie personnelle et professionnelle avec une production à plus petite échelle, mais tout aussi viable financièrement. On ne compte pas nos heures, mais on se sent beaucoup plus libres, et c'est la découverte de cet équilibre qui nous a rendus heureux.

**Est-ce que le fait d'être à la fois une famille et une entreprise a complexifié votre choix de déménager, compte tenu de la conjugaison des enjeux que cela amène?**

**Julien:** Déménager était un rêve abstrait, on ne faisait aucune recherche active, donc la décision s'est prise sans réelle discussion préalable. C'est une fois que tout était enclenché qu'on a réalisé qu'on partait à l'aventure!

**Amélie:** On avait un désir de changer de rythme. À Montréal, on était «la pédale dans le tapis», pris dans la cadence ambiante qui valorise la suroccupation.

**Julien:** C'est comme sauter dans une rivière dont le courant nous emmène. Ici à l'inverse, la nature laisse plus de place aux variations d'horaires, pour aller se baigner quand la marée est haute par exemple!

**Amélie:** On est passés par le Kamouraska en partant en vacances aux Îles-de-la-Madeleine, et on s'est demandé, dans l'auto, comment s'y prendre pour concrétiser un projet de déménagement aussi vague que le nôtre. On ne savait pas par quel bout commencer! Une fois là-bas, j'ai regardé les maisons à vendre dans la région, et j'en ai trouvé une. On l'a visitée sur le chemin du retour, et c'est maintenant la nôtre!

**Julien:** Du point de vue de l'entreprise, l'impact est mineur. Notre distribution se fait en grande partie en ligne et l'approvisionnement est similaire bien qu'un peu moins flexible. Par contre, nos recettes de glaçures, qui sont essentiellement des réactions chimiques issues de l'interaction de matières brutes doivent être adaptées à la composition de l'eau de Sainte-Hélène. Pour avoir le temps de s'ajuster en arrivant ici et éviter de mauvaises surprises, on a fait des provisions avec l'eau de Montréal!

Il faut être à l'écoute de ce qu'on a envie de faire et travailler avec les forces de chacun.





### Et comment s'est passée votre adaptation à ce nouvel environnement?

**Julien:** On a probablement vécu les choses différemment. J'ai très souvent déménagé en étant plus jeune et l'adaptation n'a jamais été un problème. Avant même d'arriver ici, je m'y sentais plus chez moi qu'à Montréal. Je suis très rapidement rentré dans mes pantoufles. Après, il y a eu les émotions des enfants, pour qui le processus a été un peu plus difficile et les changements plus marquants.

**Amélie:** De mon côté, j'ai pris un peu plus de temps à renouer avec le « connu », notamment à cause du contexte pandémique qui chamboulait toutes nos habitudes. Avec l'aventure du déménagement et l'été, c'est comme si on avait vécu nos plus longues vacances!

### Et vous ?

**Flavie (8 ans):** J'ai trouvé que c'était un beau défi, mais j'aurais aimé rester à Montréal avec mes amis. Au début de l'été, je trouvais le temps long parce que je ne connaissais personne, mais avec la rentrée je me suis fait beaucoup d'amis et maintenant, après les classes, je vais souvent jouer avec eux.

**Arthur (12 ans):** J'ai trouvé que les gens étaient très gentils et accueillants.

### Quelles différences voyez-vous entre la ville et la campagne?

**Arthur:** En ville tout est près de ta maison, tandis qu'à la campagne, il y a moins d'activités à faire tout près. Il y a beaucoup plus d'espace pour vivre en général par rapport à un appartement à Montréal, et on peut faire plus d'activités extérieures. J'aime le fait que la nature est beaucoup plus accessible ici.

**Flavie:** Il y a plus d'espace où aller, mais un peu moins d'activités à faire. J'aime beaucoup aller à la plage et faire de la randonnée, on le faisait moins à Montréal.

### Quelle est la formule, selon vous, pour qu'une entreprise d'artisanat familiale fonctionne?

**Amélie:** Il faut être à l'écoute de ce qu'on a envie de faire et travailler avec les forces de chacun. On a des rôles relativement bien définis et des expertises complémentaires!

**Julien:** La vision commune est aussi très importante. Il faut savoir faire des compromis, mais pas trop!

### Finalement, que peut-on vous souhaiter pour l'avenir?

**Amélie et Julien:** De maintenir et améliorer l'équilibre « business-famille ». C'est un domaine dans lequel le stress est très présent, soit parce qu'on manque de temps quand beaucoup de contrats rentrent, soit au contraire parce qu'on manque d'argent faute de contrats. Le plus gros défi est de manœuvrer intelligemment entre ces deux extrêmes pour continuer d'aimer notre métier longtemps!

**MOT DE LA FIN:** La marée est haute à 16 h, on va se baigner ?



# Travailleur de rang

Au cœur des familles agricoles

450-768-6995

info@acfareseaux.qc.ca

## Un réseau d'aide pour les familles agricoles



Depuis maintenant un peu plus d'un an, les familles agricoles du Bas-Saint-Laurent ont accès à des services psychosociaux offerts par l'organisme Au cœur des familles agricoles (ACFA).

Comme travailleuse de rang, je me déplace sur le territoire du KRTB pour offrir de l'écoute, de l'accompagnement ou du support aux producteurs agricoles ainsi que les membres de leurs familles âgés de 15 ans et plus. Plusieurs problématiques sont touchées, telles que le stress, la surcharge de travail, les conflits, les remises en question professionnelle, etc. Mon objectif est d'outiller les producteurs afin qu'ils améliorent leur bien-être et prennent soin de leur santé psychologique. Mon rôle est également de référer, au besoin, la personne vers les ressources nécessaires à son bien-être, autant personnel que professionnel. De plus, j'agis en collaboration avec diverses organisations et ressources sur le territoire afin de les sensibiliser aux réalités agricoles. Si nécessaire, l'organisme offre aussi un service de répit à la maison ACFA de Saint-Hyacinthe.

Enfin, plusieurs travailleuses de rang sont disponibles à travers le Québec et notre force repose sur la compréhension des réalités agricoles. Nous sommes donc flexibles et surtout sensibles aux enjeux que vivent les producteurs agricoles.

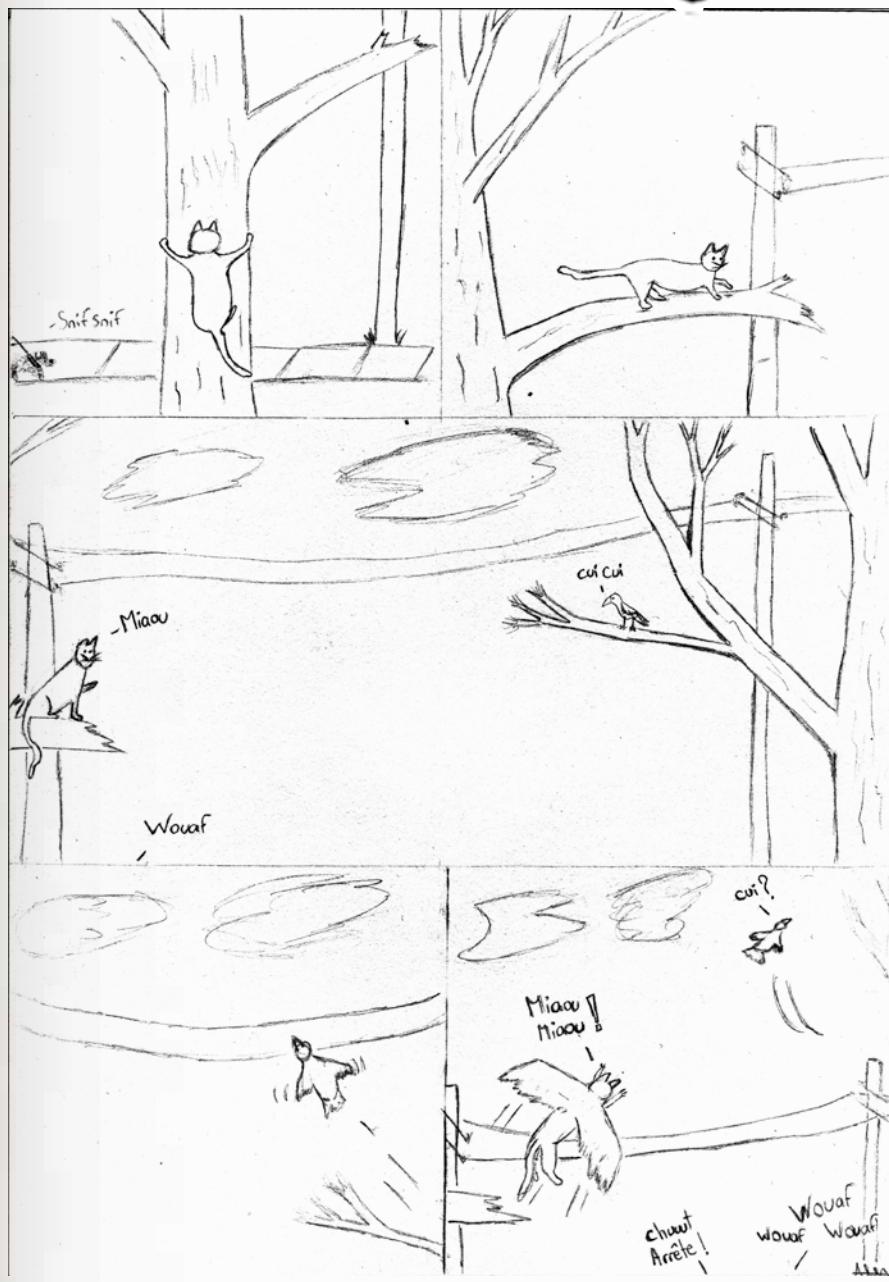
N'hésitez pas à me contacter pour de l'information, une demande d'aide ou une référence d'un de vos proches. Nos services sont gratuits et confidentiels.

Nous sommes là pour vous.

Sabrina Roy, Travailleuse de rang au Bas-Saint-Laurent

# LES CHRONIQUES INSOLITES DU CHAT

ALEXANDRE-OLIVIER L'ARCHEVÈQUE



# DU CÔTÉ DE LA BIBLIOTHÈQUE MUNICIPALE



## Un des gagnants au concours Ma biblio : Une histoire de famille

Léo Garant-Forgues, 9 ans, fils de l'enseignante Mélanie Garant, a remporté un des prix du concours organisé par le Réseau Biblio du Bas-Saint-Laurent. Il s'est mérité deux documentaires : Mon grand livre des qui et Bizarre, mais vrai! Bonne lecture, Léo!



## Félicitations Lucie

En septembre dernier, lors de la deuxième partie de son assemblée générale annuelle, le Réseau Biblio du Bas-Saint-Laurent a remis un prix de reconnaissance à madame Lucie Bérubé qui a été responsable de la bibliothèque municipale pendant 20 ans, reconnaissant ainsi le nombre incalculable d'heures qu'elle y a consacré. Bien qu'elle ne soit plus responsable, elle est toujours très active à la bibliothèque et veille à ce qu'elle soit accueillante et vivante.

## Tablettes : Collaboration avec le Club des 50 ans et plus

Vous avez une tablette Android ou un iPad et vous ne savez pas trop comment vous en servir? Vous aimeriez pouvoir en faire plus? La bibliothèque, en collaboration avec le Club des 50 ans et plus, vous offre la possibilité de vous inscrire à une session d'initiation à ces appareils. Afin de permettre à la personne formatrice de répondre à vos questions, les sessions regrouperont au maximum 4 personnes qui possèdent le même type d'appareil. Elles auront lieu en après-midi à la bibliothèque à partir du mois de janvier. Pour vous inscrire, veuillez communiquer avec Thérèse Ouellet au 418 492-5392 ou therese.ouellet@gmail.com.

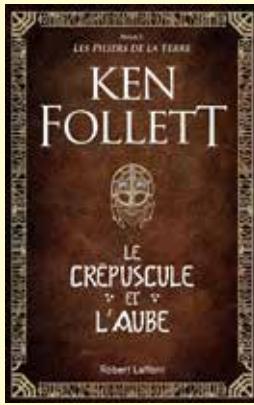
## Merci Jacques

Jacques Laplante a commencé à s'impliquer au CA de la bibliothèque en tant que conseiller municipal, engagement qu'il a poursuivi une fois son mandat de conseiller terminé. Il vient de nous annoncer sa démission. Toute l'équipe de la bibliothèque tient à le remercier pour l'intérêt marqué qu'il a démontré et pour sa participation au développement de la bibliothèque pendant toutes ces années. Nous lui souhaitons beaucoup de succès dans sa nouvelle entreprise.

Passez un bon temps des Fêtes rempli de la joie de voir celles et ceux que vous aimez.

La bibliothèque sera ouverte jusqu'au 21 décembre : venez faire provision de livres. Les activités reprendront le 4 janvier.

**Thérèse Ouellet,**  
Responsable de la bibliothèque



## SUGGESTIONS DE LECTURE

### Le crépuscule et l'aube

DE KEN FOLLETT

Vous avez aimé la trilogie dont le premier roman s'intitulait Les piliers de la terre et racontait la construction d'une cathédrale au Moyen Âge?

Alors vous aimerez cet antépisode (mot français pour prequel). En effet, Ken Follett nous transporte une centaine d'années avant le début du roman Les piliers de la terre et campe son histoire dans la société anglaise très inégalitaire de l'époque. Invasions des Vikings, intrigues, trahisons, amitiés, relations amoureuses, place des femmes dans la société... Comme tous les autres romans de cet auteur, ce long roman, plus de 800 pages, se lirait d'une traite si on s'écoutait.

Disponible par demande spéciale ou en livre numérique.



## La dernière tempête

DE RAGNAR JONASSON

Suivez-moi. Ragnar Jonasson a écrit une trilogie en commençant par la fin. La dernière tempête se déroule 25 ans avant La dame de Reykjavik et dix ans avant L'Île au secret. Mais si vous avez suivi l'ordre de parution, vous les avez lus dans l'ordre chronologique inverse, ce qui n'est pas idéal

à mon avis. En effet, La dernière tempête campe bien l'enquêtrice et donne accès à un pan de sa vie qui aide à comprendre ses réactions. Tous les ingrédients d'un bon polar sont réunis : une ferme isolée, la tempête, un homme qui dit avoir perdu ses compagnons de chasse... À vous de vous y retrouver dans les motivations et les secrets des uns et des autres.

Disponible par demande spéciale et en livre numérique.

### HEURES D'OUVERTURE

La bibliothèque est  
ouverte les mardis et  
jeudis de 19 h à 20 h.



# CLUB DES 50 ANS ET PLUS DE SAINTE-HÉLÈNE-DE- KAMOURASKA

## Bonjour à tous,

Encore une année qui s'achève sans avoir eu la chance de se rencontrer. Nous espérons que nous pourrons reprendre nos activités l'année prochaine. De notre côté, nous n'avons pas chômé. Nous avons reçu 15 000 \$ pour la rénovation du local. Après toutes les autorisations accordées et le fait que notre contracteur ne pouvait nous garantir les travaux pour 2021, nous avons décidé de remettre à 2022 les rénovations. Espérons que nous pourrons obtenir un prolongement de contrat avec le Programme Nouveaux Horizons pour les Ainés.

Le renouvellement des cartes de membres approche. Le prix fixé par le Carrefour cette année est de 25 \$. Nous nous sommes réunis pour voir ce qui pouvait être fait pour baisser le coût. Nous sommes conscients qu'aucun service ne vous a été offert en 2021, pas de diners ni d'activités. Nous avons donc décidé lors de dernière réunion le 17 novembre dernier, de vous offrir la carte de membre pour l'année 2022 à 15 \$, la différence payée par votre Club. Nous vous la livrerons dans les prochaines semaines. Pour toute personne qui voudrait devenir membre, la carte sera aussi à 15 \$. Vous pouvez joindre Louis Théoret au 418 308-0686. Une liste des escomptes est disponible sur demande. Pour la location de salle, joindre Diane Lavoie au 418 492-5371 ou Louis Théoret.

C'est avec regret que nous avons appris la démission de monsieur Jacques Boucher, comme administrateur. Nous voudrions vous remercier pour votre implication au sein du Club et votre dévouement en tant que bénévole.

Nous du conseil d'administration, Diane Lavoie, présidente, Lise Pelletier, vice-présidente, Louis Théoret, secrétaire trésorier, Jocelyne Castonguay, Linda Pelletier, Pierre Jobin et Christian Saint-Pierre, comme administrateurs et administratrices, voudrions vous souhaiter un très joyeux temps des fêtes et espérons que le tout redeviendra à la normale et que nous pourrons de nouveau vous accueillir pour partager de très bons moments ensemble. À l'année prochaine.

## Le conseil d'administration



# MESSAGE DU SERVICE INTERMUNICIPAL DE SÉCURITÉ INCENDIE



## Pour un temps des fêtes en sécurité

Vous serez sans doute tentés d'embellir votre résidence aux couleurs de Noël. Si vous optez pour un sapin naturel, assurez-vous de l'arroser tous les jours et que le réservoir d'eau du trépied soit toujours plein. Installez-le de façon à ne pas compromettre l'accès à une issue, placez-le solidement dans un trépied spécialement conçu. Méfiez-vous de vos animaux de compagnie. Ils peuvent renverser votre arbre et causer ainsi un début d'incendie. Ne le laissez pas allumé pendant la nuit ou lors de votre absence : utilisez une minuterie. Éloignez tous les éléments décoratifs des plinthes de chauffage.

Vérifiez l'état de vos assortiments de lumières : sont-ils secs, craquelés, les fils de cuivre à découvert ? Utilisez-vous bien des assortiments extérieurs pour les décos installées au froid ? Ne brochez pas les fils, fixez-les avec des crochets appropriés. Vérifiez sur les emballages le nombre d'assortiments de lumières

que vous pouvez installer en série. Ne surchargez pas un circuit électrique. Souvenez-vous que la technologie d'ampoules DEL consomme moins d'énergie que les ampoules incandescentes et, par le fait même, produit moins de chaleur.

Faites la tournée de vos avertisseurs de fumée et de monoxyde de carbone avant de recevoir votre parenté afin de valider leur fonctionnement. Avisez vos invités où se trouve votre matériel incendie : avertisseurs de fumée, détecteurs de monoxyde de carbone, extincteurs portatifs, etc. Informez-les de votre point de rassemblement extérieur. Lors de vos réceptions, faites attention aux articles de fumeurs. Si vos invités fument, fournissez-leur des cendriers ou autres contenants ininflammables. Méfiez-vous des cendres jetées aux ordures. Attention également aux centres de table, chandelles et bougeoirs. Privilégiez le sapinage artificiel ignifugé et les chandelles électroniques pour ce genre d'ornementation.

### Pour information :

#### **Christian Madore**

Pompier - préventionniste  
en sécurité incendie  
418 492-2312, poste 241  
[cmadore@villestpascal.com](mailto:cmadore@villestpascal.com)



## **Garage Alain Ouellet**

MÉCANIQUE – DÉBOSSELAGE – PEINTURE

Remorquage jour et nuit

293, rue Principale, Sainte-Hélène

Tél./Fax : 418.492.3811



Votre ordinateur est trop lent et trop vieux?

Attendez avant d'en acheter un autre.

Faites-lui faire une cure de jeunesse!

Service bénévole, contactez-moi!

Nicola Demers fndemers@protonmail.com

418-905-7592



Caisse Centre-Est-du-Kamouraska

Siège social  
620, rue Taché  
Saint-Pascal  
(Québec) G0L 3Y0

Centre de service de Sainte-Hélène  
700, rue du Couvent  
Sainte-Hélène-de-Kamouraska  
(Québec) G0L 3J0

Téléphone: 418 492-4011  
Sans frais: 877 636-2737

**AGIR POUR  
MLKRDL**

Pour joindre le député fédéral :  
[BERNARDGENEREUX.CA](http://BERNARDGENEREUX.CA)



**BERNARD  
GÉNÉREUX**

MONTMAGNY—L'ÎLE-  
KAMOURASKA—RIVIÈRE-DU-Loup

**Émilie Roussel**

Soins infirmiers en podologie

Services à domicile  
418.324.4141



Association des infirmières et infirmiers  
en soins podologiques du Québec

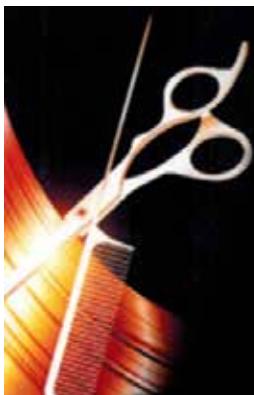


**Club des 50 ans et plus**

Sainte-Hélène-de-Kamouraska

*L'unique* Mélanie Lajoie  
  
*Coiffure Ongles*

418 860-5541  
Ste-Hélène-de-Kamouraska



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



**Herman Picard**  
Propriétaire  
**Garage Picard (2017) inc.**  
Merci de votre confiance!  
TECH-NET Professional  
(418)-492-2099  
216 rue principale  
Sainte-Hélène de Kamouraska



CG Thériault  
Puits artésiens - Excavation  
RSQ - 1881-430548

Nous sommes  
une entreprise familiale.  
De génération de générations.  
**DEPUIS 1920.**

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



**Garon, Lévesque, Gagnon, St-Pierre.  
Services juridiques inc.**  
506, rue Taché, Bureau 101 Saint-Pascal G0L 3Y0  
Claude Gagnon, notaire 418.492.1441  
Dorisse St-Pierre, notaire 418.492.7294  
Marie-Christine Morneau, notaire 418.492.1441

## Le Comité De Développement De Sainte-Hélène Charles-Félix Thiboutot, Président



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



**Club de motoneige « Les Loups »**  
5201, Route du Pont de Broche  
Sainte-Hélène (Qc) G0L 3J0  
Chalet : 418.492.1369  
Information : 418.492.6639



**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



**LES SERRES ST-ALEXANDRE** (1985) inc.  
495-2757  
564C, Rte 230  
St-Alexandre de Kamouraska

**DOLORÈS DUMONT**  
Propriétaire



## Garage N. Thiboutot Inc.

Équipement agricole  
et de construction

[www.nthiboutot.com](http://www.nthiboutot.com)

197 route 132 Ouest,  
St-André-de-Kamouraska  
418-493-2060

Contactez un de nos conseillers:  
**Bruno Thiboutot**, 418-869-4354  
**Bruno Bérubé**, 418-868-4593



A votre  
service  
depuis 1928!

**MAXIME DIONNE**  
TECH MOBILE

Services informatique  
Réseautage & Commerce

581-801-0800

info@maximedionne.ca

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



## Quincaillerie J.E. Desjardins Enr.

Sainte-Hélène-de-Kamouraska

**418.492.3702**

**SICO** Distributeur de peinture SICO **SICO**

## Gîte des P'tites Madames

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

Téléphone : 418.492.3971  
Cellulaire : 418.860.1653



**MARIE-EVE PROULX**  
DÉPUTÉE DE CÔTE-DU-SUD



418 234-1893

Sans frais: **1 866 774-1893**

E-mail: [Marie-Eve.Proulx.CDS@assnat.qc.ca](mailto:Marie-Eve.Proulx.CDS@assnat.qc.ca)



 Coiffure  
signée  
Emmanuelle

Rivière-du-Loup  
418 860-2999

Sainte-Hélène  
418 492-7999