

# L'ÉCHO<sup>📶</sup> D'EN HAUT

JOURNAL COMMUNAUTAIRE

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

[www.echodenhaut.org](http://www.echodenhaut.org)

Vol. 41 N° 09 | JUILLET 2025 | MENSUEL GRATUIT



*Jocelyne Morin*

## Prendre soin de soi... et des autres ♥

Chères lectrices, chers lecteurs,

L'été est enfin là, avec sa lumière éclatante, ses journées qui s'étirent et cette douce invitation à lever un peu le pied. J'aime croire que cette saison nous offre la permission de nous accorder du temps, un luxe que nous oublions trop souvent dans le tourbillon du quotidien.

Ces dernières semaines m'ont particulièrement rappelé à quel point la vie peut, parfois, nous bousculer sans prévenir. Sans entrer dans les détails, j'ai traversé une épreuve qui m'a fait mesurer toute l'importance de la santé, de la famille, et de ces liens précieux qui nous tiennent debout lorsque tout vacille. Plus que jamais, je ressens l'urgence de savourer chaque petit bonheur, de semer la joie autour de moi et de dire à ceux que j'aime combien ils comptent.

J'ai envie de vous transmettre ce message aujourd'hui : **prenez soin de vous**. Accordez-vous ces moments de répit que sont les vacances pour respirer plus profondément, pour rire, pour vous entourer des personnes qui vous font du bien. Il n'y a pas de petites joies : un repas partagé sous le soleil, une soirée à regarder les étoiles, une promenade dans la nature, une conversation sincère... Tout cela constitue le vrai trésor de notre existence.

Au cœur de L'Écho d'en Haut, notre mission est aussi de contribuer à ce bonheur collectif. Nous espérons que les pages que vous tenez entre vos mains sauront vous informer, bien sûr, mais aussi vous inspirer et vous rappeler que même dans les moments plus sombres, il y a toujours de la lumière à trouver.

Je vous souhaite un été rempli de douceur, de découvertes et de moments précieux. Prenez soin de ceux que vous aimez... et de vous-même.

Avec toute ma bienveillance,

*Anick Labonté*

## Compte-rendu de la 42e assemblée générale annuelle

Le conseil d'administration du *Journal l'Écho d'en Haut inc.* a tenu sa 42e assemblée générale annuelle le 18 juin dernier à la salle municipale de Saint-Pamphile.

Cette rencontre annuelle nous a permis de faire un compte-rendu de la dernière année et de répondre aux questions des personnes présentes.

Nous vous présentons donc les membres du conseil d'administration pour 2025-2026

Mme Raymonde Bourgault

Mme Jeannette Leclerc

Mme Marjolaine Bourgault

Mme Angèle Cloutier

M. Sylvain Bourdeau

**Nous remercions chaleureusement M. Daniel Bélanger pour le travail accompli dans la dernière année.**

## Les Habitations Saint-Pamphile, 20 nouveaux logements!

Par Anick Labonté

Une avancée majeure dans le domaine du logement social et abordable a été célébrée aujourd'hui à Saint-Pamphile, avec le lancement officiel de la phase III des **Habitations Saint-Pamphile**. Ce projet ambitieux prévoit la construction de **20 nouveaux logements** destinés à des aînés en légère perte d'autonomie, représentant un investissement de plus de **9,4 millions de dollars**.



Ce jalon important a été souligné en présence de plusieurs dignitaires, dont le député de Côte-du-Sud, M. Mathieu Rivest, qui représentait la ministre responsable de l'Habitation, Mme France-Élaine Duranceau, ainsi que le maire de Saint-Pamphile, M. Mario Leblanc, et le président des Habitations Saint-Pamphile, M. Clermont Gagnon.

**Le gouvernement du Québec contribue à hauteur de près de 4,3 M\$** au projet par l'entremise de la *Société d'habitation du Québec* (SHQ), qui garantit également le prêt hypothécaire de l'organisme. Pour sa part, **le gouvernement du Canada investit plus de 3,4 M\$ grâce à la Troisième Entente Canada-Québec** visant la création rapide de logements. **La Ville de Saint-Pamphile verse quant à elle une aide de 125 000 \$** et offre un **crédit de taxes sur 30 ans**.

Jusqu'à 16 ménages pourront profiter du Programme de supplément au loyer Québec, limitant ainsi leur contribution au loyer à 25 % de leur revenu. Avec cette nouvelle phase, le complexe immobilier comptera désormais 49 logements sociaux et abordables pour aînés, renforçant la mission de l'organisme de permettre aux personnes âgées de demeurer dans leur communauté, dans un milieu adapté et abordable.

Les intervenants ont unanimement salué une « réussite collective » qui témoigne de la solidarité et de la détermination des partenaires locaux, provinciaux et fédéraux à répondre aux besoins grandissants en matière de logement pour les aînés.

## Murale collective Au fil du temps : des œuvres grandioses exposées au CHSLD de Sainte-Perpétue

Par Karina Bilodeau



Pour une deuxième année, le comité des résidents du CHSLD de Sainte-Perpétue a approché l'École secondaire de La Rencontre pour un projet qui allait agrémenter la vie des bénéficiaires des deux maisons du CHSLD. Après la demande de créer des cadres en bois pour y

insérer les photos des résidents près de chaque chambre en 2023-2024, projet alors réalisé par les élèves de la classe de persévérance, le comité a cette année approché l'enseignante d'arts plastiques, Emy Boucher, avec un projet de peinture. Après une visite des lieux par l'enseignante et ses élèves et un échange avec Marjolaine Leblanc, présidente du comité des résidents, il a été décidé qu'une murale composée de 4 tableaux de 5 pieds par 3 pieds chacun serait réalisée.

Intitulée *Au fil du temps*, cette murale illustre avec talent les quatre grandes étapes de la vie au fil des saisons : le printemps représentant l'enfance; l'été, l'adolescence; l'automne, l'âge adulte avec la famille et l'hiver, la vieillesse et sa sagesse. Ces œuvres d'envergure garniront très prochainement les murs des



deux maisons du CHSLD de Sainte-Perpétue : un tableau sera à l'entrée de la maison #1, un autre dans la salle à dîner de la maison #1, un autre dans l'entrée de la maison #2 et un



dernier dans le corridor reliant les unités cognitives et physiques de la maison #2. Accompagnés par leur enseignante de la planification à la réalisation, ces œuvres sont le fruit du travail acharné d'Ève Beaudoin, de Thomas Chassé, de Laurianne Roy-Gauthier et de Gabrielle Thibault avec une participation exceptionnelle de Chloé Landry et de Sandrine Lebel pour terminer les œuvres dans le dernier droit de l'année scolaire.

## **Fête annuelle des résidents**

L'inauguration officielle des murales a eu lieu le 9 juillet dernier lors de la fête des résidents, laquelle prend la forme d'un dîner hotdog où chaque résident reçoit des membres de sa famille à l'extérieur dans une ambiance conviviale et festive. Cet événement rassembleur pour les 32 résidents du CHSLD et leur famille est offert gratuitement à tous grâce à de nombreux commanditaires et est le fruit de la collaboration des bénévoles du comité des résidents, du comité Milieu de vie et de l'ensemble des employés de l'établissement.



Sur la photo : Marjolaine Leblanc, Francine Thériault, Simone Bourgault et Madame Raymonde, une résidente.

## Bilan des cinq dernières années de l'organisme Transport adapté L'Islet-Sud

Par Transport adapté L'Islet-Sud

Au cours des cinq dernières années, l'organisme Transport adapté L'Islet-Sud a connu une progression remarquable de ses services, répondant aux besoins croissants de mobilité de la population locale.

En 2020, le nombre total de déplacements réalisés s'élevait à 4 746. Cette donnée, en contexte pandémique, marque une base modeste. Dès 2021, l'organisme a observé une hausse significative avec 8 807 déplacements, soit presque le double, illustrant un retour progressif à la normale.

L'année 2022 a marqué un tournant majeur, avec un total de 12 342 déplacements, révélant un accroissement soutenu de la demande. Ce rythme s'est poursuivi en 2023, atteignant un sommet de 13 761 déplacements. Bien que l'année 2024 affiche un léger recul à 12 155 déplacements, ce chiffre demeure largement supérieur aux niveaux d'avant-pandémie, ce qui témoigne de la confiance renouvelée de la population envers ce service essentiel.

En analysant la répartition géographique, trois municipalités se démarquent : Saint-Pamphile (37 % des déplacements), Sainte-Perpétue (25 %) et Saint-Adalbert (22 %), représentant ensemble plus de 80 % de l'activité totale. Les autres localités, telles que Tourville, Saint-Omer, Sainte-Félicité et Saint-Marcel, comptent pour une plus faible part, tandis que seulement 1 % des déplacements ont été effectués hors territoire.

Ce bilan met en lumière l'importance grandissante de T 1-844-651-5500 'Islet-Sud comme pilier de mobilité inclusive, notamment pour les personnes à mobilité réduite ou sans accès à un véhicule personnel. L'organisme confirme ainsi son rôle de proximité, de soutien à la communauté et d'acteur clé dans le maintien d'une qualité de vie en milieu rural.

## Match amical de Dek hockey entre les employés municipaux et la Sûreté du Québec

Par Anick Labonté



Samedi dernier, dans le cadre du tournoi de Dek hockey organisé par la Ville de Saint-Pamphile, un match amical a opposé les employés municipaux à des membres de la Sûreté du Québec. Cet événement sportif avait pour but d'amasser des fonds pour un organisme local.



Grâce aux inscriptions des joueurs, fixées à 20\$ chacune, un montant de 400\$ a été récolté. Ce montant a été bonifié par un don généreux de 500\$ de l'APPQ – Fonds humanitaire, ainsi qu'une contribution additionnelle de 100\$ de la part de la municipalité, portant le total remis à 1000\$.

La remise officielle du don a eu lieu lors de la présentation du match, en présence des équipes participantes, et a été faite à la Maison de la famille, un organisme local œuvrant auprès des familles de la région.



La Ville de Saint-Pamphile remercie chaleureusement tous les participants, partenaires et donateurs ayant contribué à la réussite de cette activité rassembleuse ainsi qu'aux spectateurs qui étaient présents pour l'occasion.

## Un vent de renouveau souffle sur le Gala Méritas

Par Josée-Ann Anctil

Le 13 juin dernier avait lieu un événement annuel attendu de plusieurs : le Gala Méritas de l'école secondaire de la Rencontre.



*Membres de la direction ainsi que  
Mme Kathleen Thibodeau, Présidente d'honneur*

Cette année, le comité a travaillé d'arrache-pied pour apporter des changements majeurs à la structure et aux catégories de prix. C'est une version améliorée qui a été présentée aux parents, élèves, commanditaires et membres du personnel présents ce soir-là. Les objectifs de ce remaniement étaient d'offrir une répartition plus équilibrée des prix entre les différents niveaux et matières, d'assurer une uniformité afin de garantir l'équité, d'établir des critères clairs et de récompenser un plus grand nombre d'élèves.

Ce sont donc 64 prix qui ont été remis lors de cette soirée, soit 13 de plus que l'an dernier, en plus de 10 prix supplémentaires remis hors gala. Ce fût le cas des prix Amus'Art, des bourses du Cégep de la Pocatière et des prix Rayonnement.

La soirée a débuté par le traditionnel discours de la présidente d'honneur, qui était cette année Madame Kathleen Thibodeau, coordonnatrice à la Maison des Jeunes des Frontières du Sud.

Ce fût ensuite la remise des prix *Excellence* par matière, suivi des prix *Personnalité*. Les prix *Mérite* ont par la suite été remis aux élèves ayant obtenus les meilleurs résultats académiques, ayant fourni des efforts constants et ayant conservés une bonne attitude tout au long de l'année. Les lettres du mot *Mérite* désignent chacune un élément faisant partie des étapes de la réussite,



soit la **M**éthode de travail, l'**É**panouissement, le **R**ésultat, l'**I**mplication, la **T**énacité et l'**E**ffort. La soirée s'est poursuivie avec la remise des prix spéciaux et s'est terminé en beauté avec la remise des prix prestige. Parmi ceux-ci, Madame **Léonie Deschênes** a reçu la *Médaille du Lieutenant-gouverneur pour la jeunesse* pour son engagement bénévole, sa détermination et son dépassement de soi.

Madame **Nelly Leblanc**, ancienne élève de l'école secondaire de la Rencontre a de son côté reçu la *Médaille académique du Gouverneur général*, pour avoir eu la meilleure moyenne générale en secondaire 5 pour l'année scolaire 2023-2024.





Le dernier prix, la *Bourse Gaétan-Godbout*, a été remis à **Mahée Bourgault**, élève de 5<sup>e</sup> secondaire, pour son engagement exceptionnel sur le plan scolaire et parascolaire, ses résultats, son comportement et ses efforts en classe ainsi que sa motivation à poursuivre ses études et à atteindre ses objectifs de carrière.

Voici les autres récipiendaires des différentes catégories:

**Excellence en français** : Britany Jalbert, Éva-Rose Côté, Audrey-Ann Huard, Camélia Bernard et Julien Pelletier.

**Excellence en mathématiques et en sciences** : Alexandre Pellerin, Éli Thibault, Léonie Gagnon, Émilie Maheux et Zachary Gauthier.

**Excellence en anglais** : Alec Leblanc, Elsie Leblanc, Kate Trottier, Élodie Chouinard et Sandrine Lebel.

**Excellence en univers social** : Marc-Étienne Chabot, Rose Gonthier, Kim Carrier, Rosie Bois et Mathis Chouinard.

**Excellence en culture et citoyenneté québécoise** : Alyson Thibault, Bella Bélanger, Léonie Deschênes et Hannah Leblanc.

**Personnalité sportive** : Nicolas Côté, Élissa-Rose Drolet, Léonie Deschênes et Benjamin Demers.

**Personnalité artistique** : Océane Fortin, Arianne Ouellet, Mahée Bourgault et Sandrine Lebel.

**Prix Mérite** : Britany Jalbert, Léa Bolduc, Océane Fortin, Éva-Rose Côté, Audrey-Ann Huard, Léonie Gagnon, Noémie Litalien, Émilie Maheux, Julien Pelletier, Mahée Bourgault, William Fortin et Samuel Giroux.

**Bourse de persévérance du CSS Côte-du- Sud** : Justin Joncas, Samuel Bois, Émy Caron, Charles-Ély Leblanc et Leyanne Lemieux.

**Bourse Alphonse-Pelletier** : Jade Hayfield

**Participation citoyenne** : Mathilde Pelletier, Hannah Leblanc, Sandrine Lebel, Zachary Gauthier et Chloé Landry.

**Bourse Frédéric-Vaillancourt** : Krystopher Bélanger et Alicia Coulombe.

**Prix « Admission dans un domaine lié à la santé »** : Émilie Chouinard.

**Finalistes Bourse Gaétan-Godbout** : Hannah Leblanc et Chloé Landry.

**Coup de cœur culturel Amus'Art** : Nicolas Côté, Rosalie Pellerin, Raphaël Ouellet, Évelyne Bernier, et Mahée Bourgault.

**Bourse d'accueil du Cégep La Pocatière** : Julien Pelletier.

**Bourse de bienvenue de Cégep La Pocatière** : Laurianne Roy-Gauthier.

**Rayonnement**: Loïc Gauvin, Hannah Leblanc et Noémie Litalien.



## Une 1<sup>ère</sup> édition réussie pour la course des Jaguars

Par Josée-Ann Anctil

Le 7 juin dernier avait lieu la 1<sup>ère</sup> édition de la course des Jaguars. Cet événement a pris naissance sous l'initiative de l'enseignant d'éducation physique de l'école secondaire de la Rencontre, Monsieur Gabriel Boulet, qui trouvait dommage que la course familiale annuelle, autrefois organisée par le gym-action, n'ait pas lieu cette année.

Enseignant à l'école depuis l'année scolaire 23-24, Monsieur Boulet a démarré cette année un club de course. Dès le début de l'année, tous les élèves intéressés pouvaient s'y inscrire. Ceux-ci courraient ensemble tous les mercredis après l'école. L'enseignant avait l'objectif que ses élèves puissent terminer l'année scolaire en participant à la course de leur municipalité. Voyant que l'événement n'était pas de retour cette année, il a décidé de prendre le relais et d'organiser la première course des Jaguars.

Malgré une température incertaine ce matin-là, ce sont 18 coureurs qui se sont présentés avec le sourire sur le terrain de l'école secondaire pour dépasser leurs limites. Ils avaient le choix entre trois distances : 2 km, 5 km et 10 km.



Au son de la musique et des encouragements des spectateurs et des bénévoles sur place, les coureurs ont effectué leur départ, sillonnant les rues de la ville de St-Pamphile. Station de ravitaillement, personnel de secours et policier étaient sur place pour s'assurer du bon déroulement de l'événement.

À leur arrivée, les sportifs ont pu reprendre des forces en dégustant des boules d'énergies cuisinées par les élèves de la classe de persévérance en continu. Des bourses en argent ainsi que des plaques souvenirs ont été remis aux gagnants et plusieurs prix de participation ont été tirés au sort. Tous les coureurs ont également pu repartir avec une médaille.

### **Au podium pour le 10 km :**

- 1<sup>ère</sup> place : Daniel Pelletier
- 2<sup>e</sup> place : Léonie Deschênes
- 3<sup>e</sup> place : Sébastien Carrier



### **Pour le 5 km :**

- 1<sup>ère</sup> place : Pascale Bourgault
- 2<sup>e</sup> place : Noémie Litalien
- 3<sup>e</sup> place : Audrey-Ann Huard et Maélie St-Amant (exæquo)



**Bravo à tous les coureurs  
pour vos performances.  
C'est un rendez-vous  
pour l'an prochain!**

## Les oiseaux de niohirs, leurs nids et leurs habitudes.

Par Yoland Bélanger

À l'automne, vous aviez nettoyé vos niohirs en espérant qu'encore le printemps prochain, les oiseaux viendront y installer leur nichée. Vous espérez que les parents et les oisillons reviendront utiliser vos niohirs dans la région où ils sont nés et c'est habituellement le cas...Lorsque vous y avez fait le « grand ménage » vous avez possiblement constaté que chaque variété d'oiseau aménage et entretien son nid à sa manière.



Comme je veux en ce mois de juillet vous entretenir des nids, vous avez possiblement constaté que certains nids comme ceux des hirondelles bicolores sont faits de tout ce qu'elles peuvent trouver et garnis de beaucoup de plumes. Et à leur départ, elles laissent un nid assez malpropre avec plein de fientes « crottes » partout sur le fonds et les murs mais elles sont toujours très propres de leurs plumes. J'ai, chaque année,

dans un plus grand niohir aussi une nichée d'étourneau sansonnet et comme les hirondelles ils laissent un nid très sale...

Les merles bleus quant à eux font leur nid que de brindilles, il n'y a jamais de plumes ni d'autres matériaux et durant tout l'élevage de la couvée, les parents sortent à l'extérieur tous les déchets et au départ des petits, tout est propre.





Les mésanges quant à elles font leurs nids de mousses vertes récoltées dans les endroits humides. Elles ont aussi un nid qui reste propre. Le troglodyte, ce très petit oiseau gris qui chante beaucoup et très fort fait son nid que de brindilles de bois et il remplit le nichoir jusqu'à l'entrée. C'est un nid

très spécial et cet oiseau a aussi l'habitude de remplir plusieurs nichoirs afin d'avoir le moins de voisins possible...

Faire une tournée des nichoirs dans les champs et les abords de cours d'eau peut aussi amener de belles surprises. Lors du 150e de St-Pamphile, j'avais planté un pin blanc que mon petit fils avait reçu à l'école. Lorsque je l'ai planté il avait environ 2 pieds, aujourd'hui



il a plus de 6 pieds et à chaque année, je désherbe autour. Il y a quelques jours en l'approchant, un canard s'est envolé et il y avait sous l'arbre une bonne douzaine d'œufs, j'espère qu'ils ont pu éclore...

Pour moi, faire ma tournée des nichoirs m'amène à découvrir tellement de beauté que la nature nous offre; comme d'arriver à l'improviste sur un « siffleu », lever une nichée de perdrix et

récemment une nichée de dindons sauvages incluant la femelle et le gros mâle. Dans les clôtures qui séparent les champs, c'est fou la variété de fleurs sauvages que l'on ne voit pas autour de nos résidences sans oublier les « petites fraises », les framboises et les bleuets et aussi des mûres...

Il y a tellement à voir lorsque l'on se donne la peine de faire une marche en dehors des sentiers battus... La période des vacances c'est la meilleure période pour vous les parents et grands-parents de faire profiter à vos enfants et petits-enfants des effets « calmants » de ce que peut être une randonnée dans la nature sans cellulaire...

Bonnes vacances !

## Bienvenue à M. Pierre Daigle, nouveau chroniqueur!

Par Anick Labonté

C'est avec grand plaisir que nous accueillons aujourd'hui **M. Pierre Daigle** au sein de l'équipe du Journal L'Écho d'en Haut. Passionné de cyclisme et véritable spécialiste de l'univers du vélo, M. Daigle mettra désormais sa plume au service de nos lecteurs en signant une chronique régulière.

Ses articles aborderont des thèmes aussi variés que la sécurité routière à vélo, les règles à respecter pour pédaler en toute tranquillité, les nouveautés technologiques dans le domaine cycliste, sans oublier ses conseils

pratiques pour profiter pleinement de ce mode de transport à la fois écologique et sain.

Nous sommes convaincus que son expertise saura intéresser tant les amateurs de balades du dimanche que les cyclistes aguerris, soucieux de rouler en toute sécurité et d'en apprendre davantage sur leur passion.

Bienvenue dans l'équipe, M. Daigle ! Nous avons hâte de vous lire et de découvrir, à travers vos chroniques, tout ce que le monde du vélo a à nous offrir.



# Rouler à vélo en toute sécurité : les étapes essentielles dès l'achat !

Par Pierre Daigle



Pratiquer le vélo, qu'il soit de loisir, de sport ou de transport, procure un immense plaisir et de nombreux bienfaits pour la santé. Toutefois, la sécurité débute bien avant de poser la première pédale : elle commence dès l'achat du vélo et la sélection des équipements adéquats. Voici les principales étapes à suivre pour pédaler en toute confiance.

## 1. Bien choisir son type de vélo

Le choix du vélo dépend avant tout de l'usage que vous souhaitez en faire. Opterez-vous pour un *vélo de montagne*, conçu pour affronter les sentiers accidentés ? Préférez-vous un *vélo de route*, parfait pour la vitesse et les longues distances sur l'asphalte ? Ou encore un *modèle hybride*, polyvalent et adapté autant à la ville qu'aux promenades en nature ? L'option du *vélo électrique* séduit également de plus en plus de cyclistes, notamment pour les trajets quotidiens ou les personnes désirant réduire l'effort physique sur de longues distances.

## 2. Choisir la bonne taille de cadre

Une fois le type de vélo déterminé, la sélection de la grandeur du cadre est une étape cruciale. Les cadres se déclinent en différentes tailles : XS, S, M, L ou XL. Avec l'aide d'un conseiller en boutique, il est important de choisir la taille adaptée à votre grandeur et à votre morphologie. Un cadre mal ajusté peut engendrer douleurs, fatigue excessive et risque accru de blessures.

### **3. Sélectionner les accessoires essentiels**

La sécurité passe également par un équipement adéquat. Le casque est évidemment incontournable pour protéger la tête en cas de chute. Ajoutez-y un cuissard rembourré, qui augmente le confort sur la selle, et un maillot respirant qui facilite la régulation de la température corporelle. D'autres accessoires comme des gants, des lunettes de soleil ou des lumières de signalisation peuvent compléter votre équipement et améliorer votre sécurité sur la route ou les sentiers.

### **4. Effectuer un positionnement personnalisé**

Rouler en toute sécurité implique d'être bien positionné sur son vélo. Cette étape est souvent négligée, mais elle est essentielle pour prévenir les douleurs musculaires ou articulaires et pour optimiser vos performances. Plusieurs réglages doivent être effectués :

- Longueur et hauteur de la potence : la potence, qui relie le guidon au cadre, influence la distance entre votre corps et le guidon. Une potence trop courte ou trop longue peut créer une posture inconfortable ou inefficace.
- Hauteur de la selle : elle doit être ajustée de manière à permettre une extension presque complète de la jambe lors du pédalage, sans pour autant verrouiller complètement le genou.
- Longueur des deux jambes : il est essentiel de vérifier qu'aucune différence notable n'existe entre vos deux jambes, afin d'éviter un déséquilibre qui pourrait entraîner des douleurs ou des blessures à long terme.
- Position sportive ou confortable : selon vos objectifs, vous pouvez opter pour une position plus sportive, inclinée vers l'avant, ou plus relevée, favorisant le confort lors des balades plus tranquilles.

En suivant ces étapes avec rigueur, vous vous assurez non seulement de pratiquer le vélo en toute sécurité, mais également de vivre une expérience agréable, adaptée à votre corps et à vos ambitions sportives ou récréatives. Investir du temps dans le choix et le réglage de votre vélo, c'est investir dans votre santé et votre plaisir sur deux roues.

**Si vous avez besoins de conseils spécialisés vous pouvez me  
contacter au 581-992-8222**

## Les jardins collectifs dans L'Islet-Sud sont en pleine expansion

Par Mélanie Desrosiers

Les jeunes démarrent la saison des Jardins collectifs de L'Islet-Sud avec beaucoup de plaisir et de passion.

Ça bouge dans tous les Jardins collectifs de L'Islet-Sud : que ce soit ceux dans le parc de la Fraternité, à la Maison de la Famille, chez Yoan ou aux écoles Saint-Joseph et des Hauts-Sommets, les jeunes se sont activés dans les dernières semaines pour que la saison de jardinage puisse bien prendre son envol. Voici la liste de leurs réalisations :



- Des bacs à patates ont été construits et démarrés par les élèves de la maternelle 4 ans et les 6e années à l'école de Sainte-Perpétue.
- Des jardinières de fleurs ont été préparées et suspendues par les amis du préscolaire, pour bonifier l'offre aux papillons.
- La serre chez Yoan a été ouverte par les membres de la communauté, les familles ainsi que les élèves de 4e et 5e année.
- Les bacs jardins et la serre de l'école ont été débuté par les élèves de 1ère et 2e année via entre autres l'accompagnement du Semoir.
- Les bacs, garde-manger, des abeilles ont quant à eux reçu une grosse dose d'amour des amis de la maternelle qui y ont planté des fleurs, des courges et des carottes.
- Les bacs à la Maison de la Famille ont été démarrer par les amis de 0 à 5 ans du secteur, tout comme ceux du Parc de la Fraternité le seront très prochainement.

Et tout ne s'arrête pas à l'arrivée des vacances estivales. Des animations littéraires et pédagogiques auront lieu autour de ces endroits tout au long de l'été pour mettre de l'avant la saine alimentation de proximité et aussi assurer un certain entretien des jardins. Il ne faut toutefois pas oublier que les jardins collectifs sont cultivés de manière collective. Les espaces sont communs et l'entretien ainsi que les récoltes sont divisés avec la collectivité. Alors ne craignez pas de mettre la main dans la terre si vous passez près de l'un des jardins cet été.

Lors de la prochaine rentrée scolaire, une partie des récoltes pourra être transformée en collation à saveur locale!

D'ici là, si vous souhaitez plus d'informations, contactez l'agente de développement de L'ÉcoRéussite, Audrey Pelletier au 418 356-3737, poste 115 ou par courriel : [audrey.pelletier@abcsud.org](mailto:audrey.pelletier@abcsud.org).



**Rappelons que L'ÉcoRéussite est un regroupement de partenaires qui veulent agir en collaboration entre l'école, la famille et la communauté pour favoriser la réussite éducative des enfants de 0-12 ans.**

**Les actions du regroupement se développent sur le territoire de l'école Saint-Joseph.**

Une présentation de  
**Desjardins**

# UN ÉTÉ «SHOW»

Spectacles extérieurs  
• **GRATUITS** •

Place Montel  
MONTMAGNY



centre ville  
montmagny



## LAURENCE ST-MARTIN

1<sup>RE</sup> PARTIE **Chloé Leclerc**

11 JUILLET - 20 H

Wood Man  
ENTRETIEN DE PELOUSES

Le meilleur du country féminin en compagnie de jeunes autrices-compositrices-interprètes de grand talent. Des étoiles montantes de la scène musicale québécoise à découvrir.



## THE WILD PALOMINOS

1<sup>RE</sup> PARTIE **Fred Dionne**

12 JUILLET - 20 H

Cégep  
La Pocatière  
Campus de Montmagny

Après s'être produite sur les plus grandes scènes country du Québec, la formation The Wild Palominos revient au bercail. Elle sera précédée du charismatique auteur-compositeur-interprète Fred Dionne.



## HOMMAGE À BRYAN ADAMS

Par Run to you

25 JUILLET - 20 H

Lessard  
Clinique du sommeil

Les plus grands succès du légendaire rockeur canadien, Bryan Adams, revisités avec une énergie débordante et une fidélité remarquable par le groupe Run to you.



## HOMMAGE À BOB BISSONNETTE

Par William Bisson et son band

1<sup>ER</sup> AOÛT - 20 H **MALLETTE**

À travers des chansons festives et énergiques qui font vibrer le cœur des Québécois(es), William Bisson vous plongera dans l'univers singulier du célèbre joueur de hockey devenu chansonnier, Bob Bissonnette.



## SWING D'LA PATTE

8 AOÛT - 20 H

Mathieu  
RIVEST  
DÉPUTÉ DE CÔTE-DU-SUD  
ASSEMBLÉE  
NATIONALE  
DU QUÉBEC

Composé de Mario Veillette (accordéon diatonique), Martine Billette (piano), Érick Tarte (os) et de Gino Matte (violin), ce groupe de musique traditionnelle vous fera assurément taper du pied et même danser avec son répertoire énergique. Swing d'la Patte, c'est la tradition qui danse!



## HOMMAGE À GREEN DAY

Par American Minority

1<sup>RE</sup> PARTIE **Eternal Bastard**

15 AOÛT - 20 H

PROMUTUEL  
ASSURANCE  
CÔTE-SUD

Hommage ultime à Green Day, le groupe punk-rock qui a marqué plusieurs générations partout sur la planète. La jeune formation locale et fort prometteuse, Eternal Bastard, assurera la première partie.



PROGRAMMATION COMPLÈTE

**eteshow.com**

Un été show à Montmagny



## CINÉMA EN PLEIN AIR

22 AOÛT - 20 H



Une occasion de regarder un bon film en famille au grand air.

Titre à confirmer - Apportez votre chaise

Chaises interdites lors de ces spectacles

Les spectacles ont lieu beau temps, mauvais temps  
(à moins de conditions extrêmes). Consultez la page



**18 JUILLET**  
**11 H À 23 H**

**VERRE ET ACCÈS AU SITE**

**15 \$ PRÉVENTE 20 \$ À L'ENTRÉE**

**La Grand  
messe**

MONTMAGNY

**PLACE MONTEL MONTMAGNY**



bière



bouffe



band



braderie



jeux



**lagrandmesse.com**

## Une soirée en deux temps à la Roche à Veillon – entre traditions bien ancrées et quelques fausses notes

Par Anick Labonté



Le 19 juin dernier, j'ai eu le plaisir de retourner à la Roche à Veillon, lieu emblématique de St-Jean-Port-Joli où se rencontrent patrimoine culinaire et théâtral du Québec. Fidèle à sa réputation, le souper fut un réel régal.

Nous avons débuté avec deux soupes réconfortantes, orge et pois, riches et parfaitement assaisonnées, rappelant les recettes de ma grand-mère Rachel. Le boudin à l'ancienne, onctueux et bien poivré, était un classique maîtrisé. Le pâté au saumon nappé de sauce aux œufs marie tradition et gourmandise avec brio.

Les desserts, beigne au sirop d'érable et tarte au sucre, servis avec crème fraîche étaient tout simplement décadents.

Seule déception : la salade verte au saumon. Si la vinaigrette maison était délicieuse, le saumon manquait de goût et de fraîcheur, ce qui aurait pu apporter une légèreté bienvenue.

Côté théâtre, la pièce du soir s'est révélée intéressante malgré un début un peu lent, trouvant ensuite son rythme et captivant notre attention jusqu'à la fin.

Bref, une belle soirée dans un décor chaleureux où la tradition demeure bien vivante, malgré quelques petites fausses notes. Nous avons le cœur léger... et bien nourris !

## SALON DES PATENTEUX - AVIS DE RECHERCHE

Le Conseil 3454 des Chevaliers de Colomb de L'Islet est à planifier la 7<sup>ème</sup> édition de son **Salon des Patenteux** qui se tiendra le samedi 13 septembre 2025. Nous sommes à la recherche de patenteux et de leurs inventions fonctionnelles. Ça vous tente de montrer votre « invention du siècle », inscrivez-vous d'ici le 10 août. Pour informations :

Jean-Edmond Caouette (418) 247-5283

Madeleine Gagnon (418) 247-5368.



## Les « Forestiers », de retour à Saint-Pamphile dès cet automne!

Par Jean-Marc Jean



En février dernier, voyant le vide à combler au niveau du hockey compétitif adulte et l'intérêt des amateurs et amateurs de hockey lors des différents événements présentés à l'aréna, quatre passionnés du milieu dont trois jeunes hockeyeurs (Joey Pelletier, Gabriel Lizotte et Bryan Pellerin) ont pris l'initiative de mettre sur pied un projet de ramener une équipe de hockey sénior dans la région. Cette équipe serait principalement composée de joueurs locaux comprenant des jeunes qui ont terminé leur niveau junior ou encore des joueurs plus expérimentés ne pouvant jouer ce calibre sans s'expatrier du milieu.

Le projet a été déposé aux autorités de la ligue du KRTB (Kamouraska- R-D-L-Témiscouata- Les Basques) et c'est le vendredi 21 juin que nous avons reçu la confirmation que la demande a été acceptée. **C'est donc avec un immense plaisir que nous vous annonçons qu'une équipe de hockey sénior reverra le jour dès l'automne prochain à St-Pamphile et que cette équipe joindra les activités du circuit du KRTB.** Un comité travaille actuellement à peaufiner certains aspects de l'organisation et nous vous informerons des développements au fur et à mesure. En attendant, nous tenons à souligner l'apport important de la ville de St-Pamphile par sa direction des loisirs ainsi que nos premiers commanditaires qui assureront le bon fonctionnement d'un tel projet.

Alors, que vous soyez joueuses ou joueurs, amateurs, amateurs, entrepreneures, entrepreneurs, nous vous lançons une invitation à nous suivre sur notre page Facebook « Les Forestiers de St-Pamphile » pour connaître le développement du projet. Et oui, l'équipe reprendra le nom des « **Forestiers de St-Pamphile** ». Ce choix s'est fait dans le respect de

la tradition des équipes précédentes et du fort sentiment d'appartenance que ce nom évoque quand on parle de hockey sénior à St-Pamphile. Par ailleurs, nous remercions l'administration précédente des Forestiers qui a bien voulu nous transférer ses droits pour l'utilisation du nom et de sa page Facebook (Les Forestiers de St-Pamphile) afin que nous puissions y diffuser nos activités.

Toutefois, nous arborerons un nouveau logo ainsi qu'un nouveau style de chandails. Les détails relatifs à leurs dévoilements seront diffusés sur notre page Facebook. De plus, en nous suivant, vous aurez accès à plusieurs autres informations telles que le calendrier des rencontres, comment vous procurer des billets de saison, comment s'impliquer, ... Pendant que vous profitez de l'été, suivez-nous et embarquez dans cette belle aventure qui nous mènera vers cette prochaine saison de hockey qui s'en vient.

En attendant de se voir à l'aréna,

Le comité organisateur :

Jean-Marc Jean

Joey Pelletier

Jean-François Robichaud

Élie Ouellet

Guy Joncas





*Bel été à vous!*

**C BERNARD GÉNÉREUX**  
DÉPUTÉ | CÔTE-DU-SUD—RIVIÈRE-DU-LOUP—  
KATASQMIQ—TEMISCOUATA

**BERNARDGENEREUX.CA**

**Côté & Associés**  
Gestion Financière



Optimisation financière, fiscalité  
et transfert d'entreprise.

Nous joindre  
418 356-5364  
203-35 rue Principale, Saint-Pamphile

Louis-Philippe Côté  
B.A.A., Pl. Fin,  
Candidat M.Fisc.

[sfcote.com](http://sfcote.com)



Bonne saison *Estivale!*

**MATHIEU RIVEST**  
DÉPUTÉ DE CÔTE-DU-SUD  
À L'ASSEMBLÉE NATIONALE

418 234-1893 | (Sans frais) 866 774-1893  
Mathieu.Rivest.CDS@assnat.qc.ca

CRÉER  
DYNAMISER  
SOUTENIR



◀ Déménagement  
◀ Entreposage  
◀ Transport spécialisé

482, boulevard Taché Est  
Montmagny (Québec) G5V 1E2  
418 248-9353 | 1 866 448-9353  
[bomontexpert.com](http://bomontexpert.com)

*Conscient de vos besoins*

Groupe d'entraide  
pour les personnes  
vivant avec un  
problème de santé  
mentale dans la  
MRC de L'Islet.



**Les  
Nouveaux  
Sentiers de  
la MRC de  
L'Islet**

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

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

## Petit historien » et reprise de l'atelier d'aquarelle au Musée de la mémoire vivante

Le 3 août, le Musée de la mémoire vivante fera porte ouverte et offrira l'activité Petit historien. Cette visite familiale sera donnée à 14 h et amènera les participants dans l'ensemble des expositions.

Cette activité prendra la forme d'un « cherche et trouve » destiné aux plus jeunes. Mélangeant atelier ludique et visite culturelle, ce sera

l'occasion de s'amuser tout en apprenant plus sur **Philippe Aubert de Gaspé**, les **boîtes à chansons** et les **vergers du Québec**.

De plus, l'activité découverte d'aquarelle du mois dernier, qui a été annulé en raison d'une panne d'électricité, sera reprise également le 3 août à 10 h. Les portes ouvertes donnent accès à l'ensemble du Musée. Ses expositions, tout comme sa collection de témoignages et les ateliers, seront donc accessibles à tous sans frais d'entrée. Une contribution volontaire est toujours appréciée.

Dépêchez-vous ! Les places sont limitées ! Pour réserver, communiquez avec le Musée au 418 358-0518 ou à [info@memoirevivante.org](mailto:info@memoirevivante.org).



## Loterie Médiathèque - Tirage de juin

Par Christine Bélanger

Pour le tirage qui a eu à la sacristie:

Prix de 600 \$

Murielle St-Pierre, Gilles Bois et Stéphane Francoeur

Billet no 0231 tirage par Colette Cloutier

Prix de 200 \$

Eric Pelletier et Marie-Josée Gagnon Ste-Perpétue

Billet no 0068 tirage par Murielle St-Pierre

Prix de 200 \$

Claude Blier de Tourville

Billet no 0137 tirage par Stéphane Cloutier

Félicitations!

## Prochain tirage le 20 juillet



L'endettement,  
**C'EST TERMINÉ**

**ROY MÉTIVIER ROBERGE**  
SYNDIC AUTORISÉ EN INSOLVABILITÉ

**1-844-651-5500**

A woman with long, wavy brown hair, wearing a light blue button-down shirt, is smiling and holding a light blue piggy bank with both hands. The background is dark grey with white text and a red brushstroke underline under the main headline.

## 🌱 AUTONOMIE ALIMENTAIRE À SAINTE-PERPÉTUE 🌱

Vous aimeriez jardiner mais vous manquez d'espace? Envie de cultiver quelques fruits et légumes pour gagner en autonomie alimentaire?

👨‍👩‍👧‍👦 Que ce soit en famille, en groupe communautaire ou en solo, vous pourriez avoir accès à une parcelle de jardin gratuite à Sainte-Perpétue! Formation incluse au besoin!

🌿 Seule condition : pratiquer l'agriculture biologique.

**Une belle occasion de vous rapprocher de la terre, d'apprendre et de vous nourrir sainement!**

**Intéressé(e)?** Communiquez avec Mme Françoise à Sainte-Perpétue au 418-359-0075

**Faites partie du mouvement vers une alimentation plus locale, plus saine, plus solidaire!**



# DÎNER THÉÂTRE



60 ans  
**La Roche à Veillon**  
RESTO THÉÂTRE

PRÉSENTE LA COMÉDIE

**Été 2025**  
OFFRES AUX GROUPES

**VOLEURS  
D'OCCASION**  
\*\*\*

LA ROCHE À VEILLON

TEXTE  
CLAUDE MONTMINY

MISE EN SCÈNE  
SÉBASTIEN DORVAL

**Une expérience complète et unique au Québec**

*Samedi le 2 août 2025*

*Départ de St-Pamphile à 10h45*

*Inscription : Lina Pouliot 418 356-3934*

*Membre : 70.00 \$*

*Non-membre : 80.00 \$*

## Et si vous pouvez enfin dormir sur vos deux oreilles?

Par José Roberge, Président, syndic autorisé en insolvabilité

L'endettement pèse lourd sur vos finances... et vos nuits.

Chez Roy Métivier Roberge, on le voit souvent : dès qu'un plan est en place, les nuits sans sommeil laissent place à la tranquillité.

***Vous avez du mal à dormir à cause de vos dettes?***

***Il est temps de retrouver la paix d'esprit.***

Consultation **gratuite** et **confidentielle** : 1 844 651-5500

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



**Un appel suffit pour faire  
toute la différence.**



**ROY MÉTIVIER ROBERGE**

SYNDIC AUTORISÉ EN INSOLVABILITÉ

# L'EXPÉDITION

## L'hommage le plus festif des Cowboys Fringants



418-359-3689

L'EXPÉDITION  
HOMMAGE AUX COWBOYS FRINGANTS

Régulier: 30\$

Membre-Étudiant  
24\$

12 ans et moins  
Gratuit

*Les plus grands succès des Cowboys Fringants de l'album  
Sur mon canapé (1997) à Pub Royal (2024)*

**27 septembre 2025 - 20 H**

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



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



**GARDER LES YEUX SUR LA ROUTE,  
POUR EN AVOIR PLEIN LA VUE.**

**Un service pratique, abordable et durable.  
Trois offres adaptées à vos besoins :**

Taxibus | Transport interrégional | Transport adapté

**BIENVENUE À BORD !**



**Pour réserver : 1 844 598-8950**  
Achetez vos billets au [acceslislet.com](https://www.acceslislet.com)

## Remerciements sincères à nos partenaires

Nous désirons remercier les entreprises et organisations qui ont acheté des espaces publicitaires chez nous.

M. Bernard Généreux, député fédéral  
M. Mathieu Rivest, député provincial  
Côté et Associés, Gestion financière  
Clinique d'hygiène dentaire Johanne Rousseau  
Club Lions de Ste-Perpétue  
La Médiathèque L'Héritage de L'Islet-Sud  
Godend'Art  
Caisse populaire Desjardins  
Les Doyens de Ste-Perpétue

Service offert aux personnes admissibles ayant une déficience significative et persistante qui limite leur mobilité.


 PARLEZ-EN AUTOUR DE VOUS!

Le Transport adapté L'Islet Sud est à votre service chaque jour de la semaine pour vous accompagner dans tous vos déplacements essentiels :

- ✓ Rendez-vous médicaux
- ✓ Épicerie et commissions
- ✓ Visites chez vos proches
- ✓ Activités communautaires



 **Transport Adapté Collectif L'Islet-Sud**

Contactez-nous 

 Par téléphone :  
**418-356-2116**

 Site WEB :  
**[www.transadaptelislet.ca](http://www.transadaptelislet.ca)**

Le journal l'Écho d'en Haut Inc., reçoit un soutien du **ministère de la Culture et Communications Québec** dans le cadre du programme *Aide au fonctionnement pour les médias communautaires*. Sincèrement merci !



Date de tombée 5 août 2025

Date de parution 10 août 2025



## ABONNEZ VOUS!

Restez informé des nouvelles régionales et des activités locales!  
Abonnez-vous dès maintenant à notre page Facebook pour ne rien manquer de ce qui se passe chez nous!



Communiqué



Club Saint-Jean-Port-Joli

Québec et Chaudière-Appalaches

## PROGRAMMATION DE JUILLET

### ACTIVITÉS CULTURELLES

▪ **Souper/Théâtre jeudi le 20 novembre à 20h**, départ de la Maison communautaire Joli dès 15h15 pour se rendre au restaurant Le Momento, le souper est prévu pour 17h.

Inscription : Noëlla Lemieux.

La salle Albert-Rousseau vous présente La Ménopause, un succès mondial qui défie les règles, mettant en vedette les talentueuses Guylaine Tremblay, Claudine Mercier, Geneviève Charest et Catherine Sénart. Cette parodie musicale vous fera rire aux éclats, mais aussi chanter et danser sur des parodies de grands succès musicaux anglophone des années 60-70 et 80 et dont l'adaptation francophone humoristique est signée par la prolifique Danièle Lorain.

▪ **Musique pour aînés** dans les résidences et pour les fêtes spéciales selon la demande.

Informations : Pierre Couture.

### ACTIVITÉS DE MISE EN FORME

▪ **Vie active** : Gratuit et ouvert à tous. Pour toute demande d'informations : Pierre Couture.

▪ **50 ans et en forme** : Pour toute demande d'informations et inscription, contactez Geneviève Caron.

### ACTIVITÉS SANTÉ ET BIEN-ÊTRE

▪ **Viniyoga FADOQ** : Informations et inscription, contactez Geneviève Caron.

▪ **Yoga sur chaise FADOQ** : Informations et inscription, contactez Geneviève Caron.

▪ **Danse orientale pour aînés** : Informations et inscription, contactez Johanne De Kinder ou Pierre Couture.

▪ **Techniques d'apprentissage vocal** : Informations et inscription, contactez Pierre Couture ou Nicole Biron.

Les activités du Club reprendront leurs cours dès septembre. Le Conseil d'administration travaille présentement à planifier sa programmation pour l'automne 2025 qui paraîtra dans le communiqué du mois d'août et sur notre page FACEBOOK. D'ici là, nous vous souhaitons un bel été et profitez de la période estivale pour demeurer actifs. Nous vous donnons rendez-vous à l'automne !

\* Le club FADOQ de Saint-Jean-Port-Joli est une organisation à but non lucratif qui offre à ses membres une multitude d'activités en vue de maintenir les aînés actifs et intégrés dans leur communauté. Pour devenir membre, procurez-vous une carte de membre renouvelable à chaque année ou aux deux ans auprès de Pierre Couture. Votre adhésion au club vous permettra de participer à toutes nos activités et de bénéficier de nombreux rabais dans plusieurs commerces.

### COORDONNÉES :

Noëlla Lemieux: 418-598-3712

Pierre Couture : 418-607-3831

Geneviève Caron : 418-291-6994

Johanne De Kinder : 418-598-1935

Nicole Biron : 418-598-7990

# L'ÉCHO D'EN HAUT

JOURNAL COMMUNAUTAIRE

## Liste de prix des publicités pour les entreprises.

Format	Prix	TPS	TVQ	Total
Carte d'affaire	45,00 \$	2,25 \$	4,49 \$	51,74 \$
1/8 de page	49,00 \$	2,45 \$	4,89 \$	56,34 \$
1/6 de page	54,00 \$	2,70 \$	5,39 \$	62,09 \$
1/4 de page	70,00 \$	3,50 \$	6,98 \$	80,48 \$
1/3 de page	83,00 \$	4,15 \$	8,28 \$	95,43 \$
1/2 page	110,00 \$	5,50 \$	10,97 \$	126,47 \$
2/3 de page	140,00 \$	7,00 \$	13,97 \$	160,97 \$
3/4 de page	155,00 \$	7,75 \$	15,46 \$	178,21 \$
Page pleine	212,00 \$	10,60 \$	21,15 \$	243,75 \$

## Liste de prix pour les publicités sur nos médias sociaux.

Fréquence	Prix	TPS	TVQ	Total
Mensuel	100,00 \$	5,00 \$	9,98 \$	114,98 \$
Bi-hebdomadaire	150,00 \$	7,50 \$	14,96 \$	172,46 \$
Hebdomadaire	200,00 \$	10,00 \$	19,95 \$	229,95 \$

Si vous conjuguez une publicité dans notre journal et une publicité sur nos médias sociaux nous soustrayons 10 % du montant total des deux publicités choisies.

## Liste de prix pour les particuliers.

Format	Prix	TPS	TVQ	Total
Annonces	14,00 \$	0,70 \$	1,40 \$	16,10 \$
Petite prière	14,00 \$	0,70 \$	1,40 \$	16,10 \$
Prière infaillible	24,00 \$	1,20 \$	2,39 \$	27,59 \$
Messe anniversaire	45,00 \$	2,25 \$	4,49 \$	51,74 \$
Remer. sympathies	45,00 \$	2,25 \$	4,49 \$	51,74 \$
Membership	100,00 \$	5,00 \$	9,98 \$	114,98 \$

**Veillez nous contacter par courriel à [info@echodenhaut.org](mailto:info@echodenhaut.org) pour réserver votre place.**