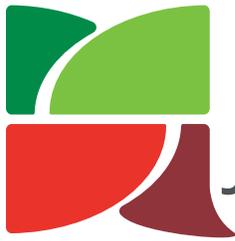


JUIN 2020



JOURNAL  
LE **SUPER**  
Sainte-Perpétue

# À L'AVENTURE CET ÉTÉ



**INFO**LETTRE

**ABONNEZ-VOUS!**

[www.ste-perpetue.qc.ca](http://www.ste-perpetue.qc.ca)

**VOUS VOULEZ  
AFFICHER VOTRE  
ENTREPRISE?**

Communiquer au  
**819 336-6740**  
ou rendez-vous sur la  
**page web** dans la section  
Journal Le Super pour obtenir  
les tarifs publicitaires.

# LE SUPER ÉDITORIAL

## Chers lecteurs et lectrices,

Avec la venue du mois de juin, la chaleur et l'été font leur arrivée. Malgré la pandémie, nous rêvons à nos vacances. Chaque jour, notre gouvernement nous déconfiner un peu plus. L'ouverture des sentiers de vtt et des réunions de famille font souffler un vent de liberté.

Mais ne soyons pas dupe, le virus est toujours là. Quoique nous ayons peu de cas il faut rester vigilant et ne pas baisser les bras.

Un jour viendra où nous pourrons partir sur les routes. Que ce soit pour aller au camping ou pour l'aventure, comme dans notre portrait de ce mois-ci. Dans les deux cas, les conseils de Mélanie vous seront d'un grand secours.

N'oubliez pas de donner beaucoup d'amour à vos papas. Certains ne parlent pas beaucoup mais ils s'inquiètent toujours pour leurs enfants.

## Bonne lecture à tous!

Renée Sirois

## SOMMAIRE

Des nouvelles de la municipalité.....	3
Rapport du Maire.....	4
Portrait - Laura Bouthillette.....	5
Sondage camp de jout.....	5
Taxe municipale.....	6
Mini-Gym.....	8
Trousse de secours naturelle des voyageurs.....	9
Bibliothèque.....	10
Zone jeunesse.....	11
Calendrier.....	12

## COMITÉ DU JOURNAL

Mireille Dionne  
Joanie Côté  
François Pinard  
Guillaume Fournier et Isabelle Lemire (graphisme)  
Rosilda Dionne (correction)

**Pour nous joindre**  
lesuper@ste-perpetue.qc.ca

*Le journal est fait bénévolement  
par des gens de Sainte-Perpétue.*

# DES NOUVELLES DE LA MUNICIPALITÉ

## RÉSUMÉ DU PROCÈS-VERBAL D'AVRIL 2020

### Décisions municipales

Sont présents : M. Richard Baril, M. François Brodeur, Mme Lucie Lavictoire, Mme Marie-Pier Bourassa, M. François Pinard et M. Luc Laplante.  
Formant quorum sous la présidence du maire monsieur Guy Dupuis.  
Madame la directrice générale et secrétaire-trésorière, Mireille Dionne, est présente.

### SÉANCE ORDINAIRE • 4 MAI 2020 — 19 h 30

### À huis clos - visioconférence (mesure spéciale pendant la pandémie)

#### Le conseil adopte les points suivants :

- Le total des dépenses du mois s'élève à 93 659,29 \$.
- Adopte le rapport des revenus et dépenses au 30 avril 2020.
- Fixe le taux d'intérêt et pénalités sur les créances impayées à 0 % soit du 5 mai au 6 juillet inclusivement.
- Accepte les conditions de l'emprunt à long terme pour le règlement 2017-03 relatif au raccordement en eau potable.
- Accepte l'offre de FINANCIÈRE BANQUE NATIONALE INC. pour son emprunt par billets en date du 11 mai 2020 au montant de 1 990 000 \$ effectué en vertu des règlements d'emprunts numéros 2017 03.
- Accepte le dépôt du rapport du maire sur les faits saillants du rapport financier 2019.
- Accepte les états financiers 2019 de l'Office municipal d'habitation de Sainte-Perpétue, portant un déficit total de 2 921 \$.
- Appuie la demande subvention de Groupe Maskatel pour le déploiement d'une couverture internet à large bande dans un secteur visé, sans nuire au déploiement annoncé par la MRC Nicolet-Yamaska sur l'ensemble du territoire.
- Autorise le paiement de la compagnie Inspecvision 3D pour le nettoyage sanitaire au montant de 25 059,59 \$.
- Autorise un contrat d'entretien en location pour une partie du lot # 5 230 346 au client # 349.
- Procède à la réouverture du bureau municipal aux citoyens, mais priorise les contacts par téléphone ou courriel lorsque possible, afin d'éviter les contacts au maximum ;
- Adopte le règlement # 2020-03 relatif à l'abrogation du taux d'intérêts 2020 détaillé à l'article 11 du règlement # 2020-01 pour dorénavant le définir par résolution.
- Approuve la reddition de compte des ateliers Minigym pour obtenir un remboursement de la subvention accordée par Priorités-enfants Nicolet-Yamaska, et remercie spécialement la responsable Émilie Turmel de son dévouement et aux familles ayant participées aux ateliers.
- Autorise d'émettre 4 certificats-cadeaux de 25 \$ aux résidents ayant participé au concours spécial Covid-19, avec la bonification de 4 commerces de Sainte-Perpétue.



## PERMIS DE FEU OBLIGATOIRE

Pour tout feu à ciel ouvert, vous devez obligatoirement obtenir un permis de feu auprès de la municipalité, en communiquant au 819-336-6740 #3. Demandez-le, c'est GRATUIT. Sinon, vous êtes passibles d'amendes et des frais relatif à l'intervention du service incendie.

Si vous possédez un foyer muni d'un pare-étincelles (avec ouvertures maximales de 1 cm par 1 cm), disposé sur un pavé ou sur un sol dégagé en terre battue ou en gravier, vous pouvez continuer à profiter de la chaleur d'un bon feu de foyer, et ce, même lors d'une interdiction de faire des feux à ciel ouvert.

### INTERDICTION DE FEUX À CIEL OUVERT



FEUX DE CAMP



FEUX D'ARTIFICE



INSTRUMENTS PRODUISANT DES FLAMMÈCHES



LANTERNES VOLANTES



INSTALLATIONS AVEC PARE-ÉTINCELLES ET DISPOSÉES SUR SOL DE TERRE BATTUE OU DE GRAVIER SONT PERMISES



## PROCHAINE SÉANCE DU CONSEIL

LE CONSEIL MUNICIPAL AURA LIEU  
LE LUNDI 1<sup>er</sup> JUIN À 19 H 30.

(vérifier sur le site web  
si elle se tiendra à huis clos).

Pour voir les originaux des procès-verbaux,  
veuillez vous rendre sur le site web

[www.ste-perpetue.qc.ca](http://www.ste-perpetue.qc.ca)

Conformément à l'article 176.2.2. du code municipal du Québec, je vous présente les faits saillants qui ressortent des états financiers de la Municipalité de la Paroisse de Sainte-Perpétue pour l'exercice financier terminé le 31 décembre 2019, lesquels ont été déposés à la séance ordinaire du 7 avril 2020.

## ÉTATS FINANCIERS 2019 AUDITÉS

Revenus de taxes	1 079 232 \$
Compensation tenant lieu de taxes	6 090 \$
Transferts de fonctionnement	149 081 \$
Transfert d'investissement	897 924 \$
Services rendus	44 441 \$
Imposition de droits/amendes/ autres revenus	79 640 \$
<b>TOTAL DES REVENUS</b>	<b>2 256 408 \$</b>
Dépenses de fonctionnement	1 495 481 \$
Frais de financement	123 892 \$
<b>TOTAL DES DÉPENSES</b>	<b>1 619 373 \$</b>
Excédent (déficit) de l'exercice	637 035 \$
Moins : revenus d'investissement	(897 924 \$)
Excédent (déficit) de fonct. de l'exercice avant conciliation	(260 889 \$)
Conciliation : Amortissement des immobilisations	461 747 \$
Remboursement de la dette à long terme	(204 910 \$)
Affectation des activités d'investissement/excédent accumulé	(17 939 \$)
Autres éléments de conciliation	29 386 \$
<b>EXCÉDENT DE FONCTIONNEMENT DE L'EXERCICE À DES FINS FISCALES</b>	<b>7 395 \$</b>
Excédent (déficit) de fonctionnement non affecté	298 230 \$

L'exercice financier consolidé de 2019 s'est donc terminé avec un excédent de fonctionnement à des fins fiscales de 7 395 \$, terminant ainsi l'année avec un excédent de fonctionnement non affecté de 298 230 \$ au 31 décembre 2019.

## RAPPORT DU VÉRIFICATEUR EXTERNE

La vérification externe des livres de la Municipalité de la Paroisse de Sainte-Perpétue a été effectuée par la firme Groupe RDL Drummondville inc.

Le vérificateur externe est d'avis que les états financiers donnent, dans tous leurs aspects significatifs, une image fidèle de la situation financière au 31 décembre 2019, ainsi que des résultats de nos activités, de la variation de notre dette nette et de nos flux de trésorerie pour l'exercice clos à cette date, conformément aux normes comptables canadiennes pour le secteur public.

## RÉMUNÉRATION DES ÉLUS

Conformément à l'article 11 de la Loi sur le traitement des élus municipaux, le rapport financier fait mention de la rémunération et de l'allocation de dépenses que chaque membre du conseil reçoit de la municipalité. La rémunération est établie conformément au règlement numéro 2019-02 ainsi que par résolution annuelle lors du budget.

	RÉMUNÉRATION (excluant charges sociales)	ALLOCATION DE DÉPENSES
<b>Maire (Municipalité et MRC Nicolet-Yamaska)</b>	13 021 \$	6 510 \$
<b>Conseiller # 1</b>	3 074 \$	1 537 \$
<b>Conseiller # 2</b>	3 074 \$	1 537 \$
<b>Conseiller # 3</b>	3 074 \$	1 537 \$
<b>Conseiller # 4</b>	3 074 \$	1 537 \$
<b>Conseiller # 5</b>	3 074 \$	1 537 \$
<b>Conseiller # 6 (Municipalité et Régie des déchets)</b>	3 377 \$	1 537 \$

## RÉALISATIONS DE L'ANNÉE 2019

- Vente de 1 terrain résidentiel.
- Fin des travaux de raccordement en eau potable avec la Ville de Nicolet.
- Démolition des infrastructures des puits municipaux
- Étude de mise aux normes des équipements de traitement des eaux usées.
- Nettoyage et inspection du réseau sanitaire.
- Élaboration d'un plan d'intervention des infrastructures municipales.
- Achat d'un tracteur de voirie.
- Achat d'une saleuse pour les trottoirs
- Achat de 8 cylindres pour appareils respiratoires pour le service incendie.
- Achat d'une scie mécanique pour les interventions d'urgence.
- Mise en place d'une desserte du Service d'urgence en milieu isolée pour le territoire de la MRC Nicolet-Yamaska (effectif 2020).
- Mise en place d'une plateforme d'alertes municipales aux citoyens.
- Début de la formation de 1 pompier (cours P1).
- Achat et remplacement de lumières de rues aux LED.
- Formation d'un opérateur pour réseau de distribution en eau potable.
- Réfection d'un ponceau - rang Saint-Edmond.
- Nettoyage de cours d'eau municipaux avec la MRC.
- Instauration d'ateliers Minigym pour les enfants de 6 ans et moins.
- Organisation de la Fête glacée 2019
- Participation aux jeudis en chansons de la Société St-Jean-Baptiste
- Organisation du passage de la Boucle du Défi Pierre Lavoie.

## CONCLUSION

En terminant, je tiens à souligner le soutien et l'engagement des élus et de tous les employés qui tiennent à offrir une qualité de service, tout en maintenant une saine gestion financière. De plus, je remercie les nombreux citoyens, les bénévoles et les organismes qui contribuent tout au long de l'année au succès et au développement de la Municipalité de la Paroisse de Sainte-Perpétue.

*Guy Dupuis, Maire*

Dépôt à la séance du 4 mai 2020



## TAXES MUNICIPALES MESURE D'ASSOUPPLISSEMENT

L'ensemble du conseil municipal, de concert avec son équipe, travaille à s'assurer que tous les citoyens soient en sécurité et solidaires afin de passer au travers de cette crise de pandémie COVID 19. Aussi, une mesure d'assouplissement a été votée le 4 mai en ce qui concerne le paiement des taxes municipales.

La Municipalité de Sainte-Perpétue annonce que le taux d'intérêt sera abaissé à 0 % du 5 mai au 6 juillet 2020 inclusivement pour le deuxième paiement des taxes municipales.

**À NOTER :** Les citoyens en mesure de respecter les échéances initiales sont encouragés à la faire. Il est important de se rappeler que c'est avec ces mêmes taxes que sont engagées les dépenses courantes de la municipalité. Il est possible de faire votre paiement par AccèsD, par la poste, ou de déposer vos chèques dans la boîte externe du bureau municipal.

## CAMP DE JOUR ET TERRAIN DE JEUX SAINTE-PERPÉTUE

Vous voulez inscrire vos enfants au camp de jour cet été? Veuillez remplir le court sondage pour mieux adapter le service de camp de jour pour cet été, selon vos besoins. N'ayez crainte, les responsables suivront les procédures exigées en lien avec la pandémie.

Répondez au sondage **AVANT LE MERCREDI 3 JUIN** en allant sur notre page facebook ou sur le site web de la municipalité.



## VOTRE AVIS COMPTE POUR NOUS...

# Laura Bouthillette

Voyageuse de grand chemin ...

Ce mois-ci, nous allons à la rencontre d'une jeune fille de chez-nous qui a relevé un réel défi physique et mental hors du commun. Elle a poussé l'audace jusqu'à vivre l'expérience de la traversée du Canada en vélo et en solitaire. Ce qui ne l'a pas empêchée de rencontrer des personnes intéressantes ayant le même projet qu'elle et donc pour certains d'entre eux resteront à jamais gravés dans sa mémoire.



Ce mois-ci, nous allons à la rencontre d'une jeune fille de chez-nous qui a relevé un réel défi physique et mental hors du commun. Elle a poussé l'audace jusqu'à vivre l'expérience de la traversée du Canada en vélo et en solitaire. Ce qui ne l'a pas empêchée de rencontrer des personnes intéressantes ayant le même projet qu'elle et donc pour certains d'entre eux resteront à jamais gravés dans sa mémoire.

Sa motivation lui vient à la suite des études en foresterie à la Tuque. Comme elle a toujours aimé plonger dans le vide, son expérience d'accomplir un projet vivifiant trottait dans sa tête. C'était son premier départ planifié. Partie le 20 juin 2019 pour ne revenir qu'en septembre, elle a roulé 4 776 Kilomètres sur les routes de notre beau pays, le Canada. Son itinéraire : la route 17 et puis la route 1 jusque dans l'ouest canadien en passant par des petits villages et des villes au gré du moment et des personnes rencontrées. Elle a même travaillé ici et là sur sa route, histoire de connaître davantage les gens et la province ou la région où elle campait.

Laura a tout laissé sauf son unicycle, son kayak et sa guitare pour vivre son aventure. Elle a vendu sa voiture, annulé son appartement et fermé tous ses comptes mensuels et avec l'argent de ses impôts, elle est partie libre comme l'air... Avec un vélo donné par sa tante, un sac à dos, deux imperméables et à l'arrière une bonne tente facile à monter, son périple commence... C'est drôle dit-elle, je n'avais pas peur, j'ai fait comme les pays pauvres qui ne font qu'espérer que ça tienne et tout a tenu...

En cours de chemin dit-elle *je me suis sentie revivre et donner le meilleur de moi-même chaque jour sans savoir où j'allais aboutir à la fin de la journée. Le soleil brûlait ma peau mais je me rappelais le sang haïtien qui coule dans mes veines et je continuais à décliner la crème solaire que les gens m'offraient en me voyant. J'ai appris à plonger dans l'eau froide des glaciers pour me donner l'impression d'être la plus forte. Mes cuisses ne sentaient plus les côtes à monter, la seule peur que j'avais était de les descendre sans freiner pour économiser les freins.*

De plus en plus, Laura se sentait connecter avec la nature et avec elle-même.

Émerveillée par un simple coucher de soleil, par un simple sourire ou un verre d'eau ou encore par une simple place pour planter sa tente ou entreprendre une conversation vraie et profonde avec un ou une inconnue. Curieusement, ce sont les sans-abris, les itinérants qui l'abordent. Avec eux, Laura se sentait à l'aise.

Pour la traversée du Manitoba et de la Saskatchewan, très peu de rivières pour se laver et donc beaucoup de lavages à la main improvisés. De plus, dans ces provinces

elle a dû faire face aux coyotes et à un ours si près d'elle qu'elle l'entendait respirer. Ne s'affolant pas et avec des directives déjà entendues, elle a calmé sa peur, a gardé son sang-froid. Impressionnante cette aventure, là elle a eu vraiment peur... et puis, elle a continué sa route jusqu'à une rivière pour s'abreuver véritablement.

Le jour de son arrivée à Kelowna en Colombie-Britannique, Laura s'est assise au piano dans un parc et a laissé parler ses doigts au beau milieu de plusieurs itinérants. Leurs sourires intérieurs étaient pour moi les plus doux de tous les applaudissements du monde. Ils m'ont même payé mon souper en guise de remerciement. C'est là que j'ai appris que moins tu as, plus tu donnes, plus tu as, moins tu donnes. Une grande question existentielle se pose alors à elle : « Pourquoi est-ce plus facile d'aider les autres que d'aider soi-même? »

Laura a rencontré plusieurs personnes qui comme elle ont traversé le Canada d'ouest en est pour avoir le vent dans le dos, moi dit-elle, je voulais faire le contraire pour me prouver que le fait d'avancer contre le vent me donnerait la capacité de croire que rien n'est impossible dans la vie quand on le souhaite vraiment.

Toutes les personnes rencontrées lui ont appris à écouter et à donner ce que tu peux de toi et c'est ce qui te fait grandir dans tous les sens du mot. Elle a aussi appris que ce qui est devant toi n'est jamais trop grand et que tu peux le surmonter avec force et courage et qu'il y a un temps pour accepter tous les passages de la vie.

Une rencontre marquante avec six personnes au hasard de la route, venant de plusieurs horizons, restera à jamais marquée dans sa mémoire. Chacun a mis sur la table ses restes de provisions et ils ont pris un grandiose repas. Ce qui l'a le plus marquée, c'est le partage verbal de chacun d'eux : une véritable thérapie personnelle.

Pour terminer, Laura nous rappelle les bienfaits de son périple : son écoute plus attentive, une plus grande ouverture d'esprit, un regard plus positif sur la nutrition et le sport. Elle veut continuer de vivre son éveil spirituel qui lui a apporté tant de bien. Ce qui lui restera pour toujours, c'est son amour de la nature avec plus de force que jamais. Cette nature qui lui a fait comprendre que nous sommes tous dans le plus beau bateau du monde et que nous avons un devoir de responsabilité envers notre planète.

**Merci Laura de t'être prêtée si généreusement à participer à notre journal mensuel. Je souhaite à tous les jeunes de notre communauté de vivre un temps d'arrêt aussi intensif que celui de Laura afin de mieux vous recentrer sur les véritables enjeux de la vie.**

*Thérèse Courchesne*



# MINIGYM Parents-enfants

On vous dit : **MERCI!**

**MERCI** aux familles qui ont participé aux ateliers MINIGYM

À l'automne dernier, la Municipalité a décidé de mettre en place des ateliers MINIGYM à raison de deux samedis par mois, accessibles gratuitement à la population.

Les enfants de 0-5 ans et leurs frères et sœurs, accompagnés de leurs parents, étaient invités à expérimenter le jeu libre, bouger et développer leur motricité globale pour favoriser l'activité physique et permettre aux enfants d'apprendre les interactions sociales, d'utiliser leur créativité, de développer leur imagination et de passer un bon moment avec leur parent.

À cause de la pandémie, nous avons annulé les dernières activités et tenteront de mettre en place à nouveau ces ateliers lorsque ce sera possible. Nous communiquerons les nouvelles informations en temps et lieu. Merci spécialement à **Émilie Turmel**, qui a accepté la responsabilité de veiller aux bons fonctionnements des activités Minigym. Elle a fait un travail exceptionnel auprès des enfants.



**MERCI** spécialement à **Émilie Turmel**, qui a accepté la responsabilité de veiller aux bons fonctionnements des activités Minigym. Elle a fait un travail exceptionnel auprès des familles.

Les ateliers ont été rendus possible avec le soutien financier de **Priorité Enfants Nicolet-Yamaska**.



## Être proche aidant, c'est une réalité qui continue même en période de pandémie.

La situation particulière de la Covid-19 amène cependant son lot de bouleversements dans votre vie et il est possible que cela vous fasse vivre toute une gamme d'émotions.

Nous sommes là pour vous accompagner dans cette période qui peut être plus difficile à traverser.

Afin de respecter les mesures demandées par le ministère de la Sécurité Publique, nous offrons un service de consultations téléphoniques ainsi que des rencontres de groupe sur Zoom.

Permettez-vous d'être accompagné pour traverser ces moments. Nous sommes là pour vous.

819 606-0076 / 1 855 350-0076  
info@prochesaidantsbny.ca

## COVID-19 Vous accompagner : notre priorité

Afin de limiter les risques de propagation pour nos membres et employés, merci d'utiliser les modes d'accessibilité offerts par AccèsD afin de limiter les contacts rapprochés et nous permettre d'assurer la prestation des services essentiels.

N'hésitez pas à demander de l'assistance en cas de besoin. Nous sommes là pour vous et nous continuerons de l'être.

[desjardins.com/covid-19](https://desjardins.com/covid-19)

**ACCESSIBILITÉ 24 HEURES SUR 24, 7 JOURS SUR 7**

- desjardins.com
- rn.desjardins.com
- Dépôt de chèque par appareil mobile
- Guichets automatiques

1 800 CAISSES



## POUR VOTRE CONFIANCE DURANT CETTE PÉRIODE

# MERCI!



# LD ROY

## NOUS AVONS ÉTÉ LÀ ET NOUS SOMMES LÀ POUR VOUS SERVIR.

# TROUSSE DE SECOURS NATURELLE DES VOYAGEURS

En voyage, on peut avoir à subir des inconforts qui peuvent gâcher nos superbes vacances. La diarrhée des voyageurs, mal des transports, les insectes, brûlures par le soleil, etc. sont une liste parmi tant d'autres qu'on espère ne pas avoir à vivre en vacances.

Voici quelques recettes naturelles à préparer avant de partir en voyage et à mettre dans sa valise.

\* Faire un test d'allergène pour chaque huile essentielle (HE) sur une petite surface de la peau. Utiliser des huiles essentielles (HE) bio et comestibles. Toutes les préparations devraient être mises dans une bouteille opaque et loin de la lumière. Un spray à la bouteille pourrait être judicieux pour favoriser l'application.

## CHASSE-MOUSTIQUE NATUREL

Que vous voyagez dans le sud, au Québec ou simplement sur votre terrain chez-vous, les moustiques sont des indésirables qu'on souhaite voir le plus loin de nous. Voici un chasse-moustique naturel que vous pouvez vous fabriquer facilement.

### Ingrédients

- 20 gouttes d'HE clou de girofle
- 30 gouttes d'HE eucalyptus citronné
- 20 gouttes d'HE Lavandin super
- 15 gouttes d'HE Géranium bourbon
- 3 c. à soupe d'huile végétale (ex. : huile d'olive)

### Préparation

Mélanger le tout et mettre dans une bouteille opaque et idéalement avec un spray pour faciliter l'application sur la peau à protéger. Portez de préférence des vêtements longs et clairs.

NOTE : Pour les enfants en bas âge, diluer avec plus d'huile végétale. Ce chasse-moustique n'est pas recommandé pour les femmes enceintes.

Recette pour format de sac à main donc facile à mettre dans les bagages. Vous aurez besoin de faire plusieurs fois la recette pour mettre dans une grosse bouteille et en avoir suffisamment en voyage selon la durée de votre voyage.

## MAL DES TRANSPORTS

Si vous êtes sensibles au mal des transport, voici une recette facile à préparer et à mettre dans nos bagages lors de voyage.

### Ingrédients

- 1 goutte de menthe poivrée
- ½ c. à thé d'huile végétale (ex. :huile d'olive)

### Préparation

Mélanger le tout et appliquer une goutte sur la langue lors de mal des transports.

Note : Non recommandé par voie buccale aux enfants de moins de 8 ans ni aux femmes enceintes.

Si vous voyagez en croisière, mangez léger mais souvent et hydratez-vous bien. Attention à l'abus d'alcool.

## DIARRHÉE DU VOYAGEUR

La diarrhée du voyageur peut tellement gâcher un voyage! Voici une recette à préparer avant de partir en voyage et que vous souhaitiez malgré tout ne pas avoir à utiliser. Mais si une diarrhée ou gastroentérite surgissait, vous serez contents d'avoir cette préparation dans vos bagages.

### Ingrédient

- 1 goutte d'HE clou de girofle
- 1 goutte d'HE menthe poivrée
- ½ c. à thé d'huile végétale (ex. : huile d'olive)

### Préparation

Mélanger le tout et prendre par voie buccale.

Note : Si un mal de ventre survient avec envie de vomir : appliquer une trace du mélange des 2 huiles essentielles (sans huile végétale) directement sur la langue. Donc prévoir d'apporter les 2 huiles essentielles dans vos bagages au cas où vous auriez besoin de les prendre directement pur sur la langue. Non recommandé aux enfants de moins de 8 ans ni aux femmes enceintes.

## COUP DE SOLEIL LÉGER

### Ingrédients

- 2 gouttes d'HE Lavandin super
- 2 gouttes d'HE Lavande aspic

### Préparation

Mélanger et appliquer pur sur la zone atteinte.

Note : Non recommandé aux enfants de moins de 8 ans ni aux femmes enceintes.

## BON VOYAGE À TOUS!

Mélanie Moulin

Référence : Soigner les maux du printemps et de l'été avec les huiles essentielles de Michel Turbide (Santé-Arôme)



# BIBLIOTHÈQUE

## LES SUGGESTIONS DE COLETTE

### HORAIRE

\* TEMPORAIREMENT SUSPENDU \*

Pour information :  
819 336-6740, poste 2



#### Lecteurs et lectrices,

La bibliothèque sera fermée jusqu'à nouvel ordre. Cependant, prenez note que vous pouvez télécharger des livres numériques, journaux et magazines au site ci-dessous. <https://biblietecie.ca/bibl.../bibliotheque-de-sainte-perpetue/>

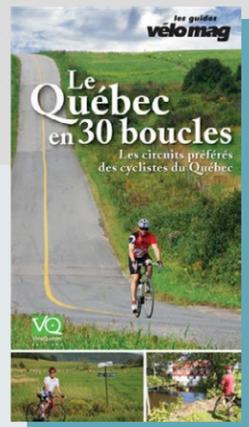
Si vous avez besoin d'aide, communiquez avec l'équipe de la bibliothèque par courriel : [biblio094@reseaubibliocqlm.qc.ca](mailto:biblio094@reseaubibliocqlm.qc.ca).

Nous ne pouvons pas aller chercher des livres à la bibliothèque et vous faire la livraison comme le font d'autres localités. Désolés.

**Gardez le sourire. Colette, Anne, Hélène.**

## BONNE FÊTE À TOUS NOS PAPAS

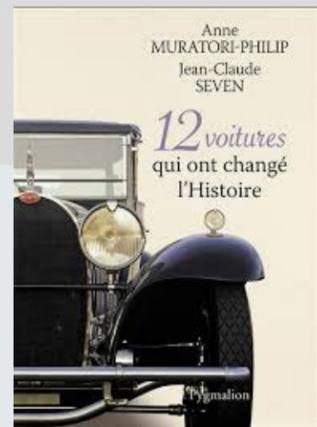
Des livres numériques juste pour vous!



#### Le Québec en 30 boucles

*Vélo Mag*

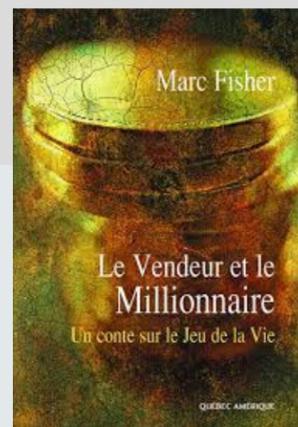
C'est 30 parcours à vélo comportant une description détaillée, une carte, les points de ravitaillement, les vélo gares, les haltes gourmandes, les hébergements et les restaurants.



#### 12 voitures qui ont changé l'histoire

*Anne Muratori-Philip et Jean-Claude Seven*

De la fin du XIX<sup>e</sup> siècle aux années 1960. L'automobile a mis la terre entière sur 4 roues, fait naître des villes géantes, réveillé les campagnes et même gagné des guerres... Benz 1888, Rolls Royce Silver Gast, Volkswagen, Renault, Jeep, Ford, Morgan, 2CV, DS, Ferrari, Mini.



#### Le vendeur et le millionnaire

*Marc Fisher*

Que peut-on faire lorsqu'on perd le même jour travail, conjointe et certains avantages matériels qui facilitent l'existence? Se laissant aller au désespoir, Simon Martin ne voit pas comment il pourrait remonter la côte. C'est sans compter un curieux personnage d'itinérant qui distille sa philosophie de vie sans qu'on lui demande.



#### Mots mêlés



E	M	A	R	C	H	E	R	F	P	M	K
L	C	H	A	M	O	I	S	D	E	A	S
D	E	C	O	U	V	R	I	R	N	R	S
G	R	K	E	T	E	J	E	D	T	M	O
R	E	V	J	P	B	L	A	C	E	O	M
I	S	A	L	T	I	T	U	D	E	T	M
M	P	T	C	A	S	Q	U	E	T	T	E
P	I	C	D	E	S	C	E	N	T	E	T
E	R	J	M	O	N	T	A	G	N	E	I
R	E	S	T	A	U	R	A	N	T	Z	O
J	R	G	L	A	C	E	J	O	U	E	R
M	R	A	N	D	O	N	N	E	U	R	P

MONTAGNE  
CHAMOIS  
JOUER  
MARMOTTE  
ALTITUDE  
CASQUETTE

GRIMPER  
GLACE  
DESCENTE  
ETE  
SOMMET  
RESPIRER  
DECOUVIR

LAC  
RESTAURANT  
SOLEIL  
PENTE  
MARCHER  
RANDONNEUR



## ZONE JEUNESSE



#### Sudokus



6	3	4		5	
	5		6	4	3
		2			6
1			3		
5			4		
		6	1		

		2	1	5	3
1				6	2
	5	3			
	4		2		5
		6	5	2	
5			3	1	

		2		6	3
3	4				1
6		1		4	
4				2	6
1	4	6			
		3	5		4

	1				2
2	4				1
	3	4			
			6	3	4
4	1	5			3
3	2		4		

### ÉCRIS UN PETIT MOT POUR TON PAPA!




---

---

---

---

---

---

---

---

# LE SUPER CALENDRIER

# JUIN 2020

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
31	1  Séance 19 h 30	2	3	4 	5	6
7	8	9	10	11 	12  Pédago flottante	13
14	15	16	17	18 	19	20
21 <b>FÊTE DES PÈRES</b>	22  Dernière journée	23	24  Fête nationale du Québec	25 	26	27
28	29	30	31	1	2	3

**LÉGENDE**

	Poubelle
	Récupération
	Collecte des encombrants
	Séance du conseil municipal
	Bibliothèque
	École Lajeunesse

## COLLECTE BOUTEILLES ET CANETTES CONSIGNÉES

9:00 - 14:00  
**Samedi le 30 mai 2020**

Dépôt au 33 rang Sainte-Anne  
(réalisée en partenariat avec LD Roy).

Vous voulez donner pour une bonne cause en vous débarrassant de vos bouteilles consignées?

Déposez vos consignés en toute sécurité, sans contact, au profit de la serre-école La Jeunesse.

Vous ne pouvez pas vous déplacer? Déposez vos sacs ou boîtes devant votre maison près du chemin avant 9h00 et une équipe passera les récupérer.





## NUMÉROS IMPORTANTS / NOS SERVICES

**Bibliothèque** : 819 336-6740 poste 2  
**Bureau de Poste** : 819 336-6229  
**Caisse Desjardins de Nicolet** :  
 1 877 393-8570  
**Centre des Loisirs** : 819 336-6190  
**École la Jeunesse** : 819 336-6623

**Festival du cochon** : 819 336-6190  
**Municipalité** : 819 336-6740, poste 1  
**Presbytère** : 819 336-2163  
**Salle de l'amitié** : 819 336-6797  
**Salle de tissage** : 819 336-6797  
**Urgences** : 911