

INVITATION - RELAIS POUR LA VIE

C'est avec plaisir que Mesdames Cathy Lemieux et Sylvie Hudon vous lance le défi de venir célébrer la 5^e édition du Relais pour la vie de La Pocatière au profit de la Société canadienne du cancer, dans la nuit du 6 au 7 juin prochain, sur la piste extérieure du Centre Bombardier. Leur souhait serait d'avoir une équipe qui représente chacune des municipalités lors du Relais.

Le Relais, c'est l'occasion de rassembler l'instant d'une nuit, familles, collègues et amis pour célébrer les survivants du cancer, rendre hommage aux êtres chers touchés par la maladie et lutter ensemble dans l'espoir d'éradiquer cette maladie. Pourquoi la nuit ? PARCE QUE LE CANCER NE DORT JAMAIS !

Les équipes sont formées de 10 à 15 personnes qui ensemble, doivent amasser un minimum de 1000\$ pour la cause. Chaque équipe a un terrain sur lequel elle s'installe confortablement pour la nuit, ce qui crée un véritable village de tentes décorées et une ambiance unique. Le défi est de se relayer sans arrêt autour de la piste, pendant 12 heures.

Le premier tour de piste appartient aux survivants, nos invités d'honneur. C'est le moment de partager et célébrer leur victoire contre le cancer, de donner de l'inspiration et de l'espoir aux personnes touchées par la maladie et à leur proches et de remercier tous ceux et celles qui les ont soutenus.

À la tombée du jour, nous rendons hommage... par la cérémonie des luminaires. Des luminaires sont achetés en l'honneur ou à la mémoire des êtres chers qui ont été touchés par le cancer. Disposés tout autour de la piste, la cérémonie des luminaires est un moment de recueillement où nous illuminons ces âmes qui nous réunissent pour une même cause.

Le Relais pour la vie est un moyen de lutter contre le cancer. C'est l'occasion de s'engager personnellement et de poser un geste concret, pour combattre le cancer 365 jours par année. En 2014, le Relais pour la vie de La Pocatière a amassé plus de 117 000 \$. L'activité a soulevé l'engouement chez plus de 480 marcheurs (42 équipes), 94 survivants et beaucoup de visiteurs. Plus de 40 bénévoles étaient aussi présents pour nous prêter main forte. À l'occasion de notre 5^e édition, nous désirons réunir plus de 50 équipes et notre objectif est de 120 000\$

Pour former vos équipes, contactez Cathy Lemieux (soir) 418-856-6773 ou Sylvie Hudon (jour) 418-856-5989 ou par courriel : equiperelaislp@hotmail.com

Ensemble, sauvons + de vies !

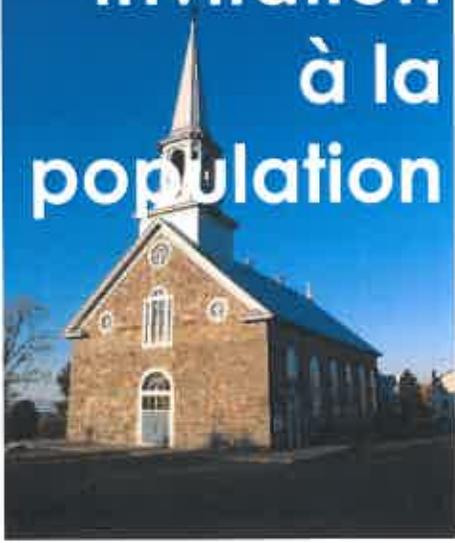
CONSEIL D'ÉTABLISSEMENT DE L'ÉCOLE AUBERT-DE-GASPÉ

Les parents du Conseil d'établissement de l'école Aubert de Gaspé vous invitent à un Souper Spaghetti-Country, samedi le 21 mars 2015 à la salle municipale de St-Aubert à compter de 18h00. Cette soirée sera au profit des activités hivernales et de fin d'année des élèves de l'école.

Après un savoureux souper spaghetti, les chansonniers Jason et Gabriel, animeront une soirée de danse. Les billets seront bientôt en vente par les élèves de l'école.

Pour toutes questions et pour l'achat de billets, vous pouvez rejoindre aussi Madame Mélanie Grenier au 418-598-3286, Madame Marie-Hélène Lavoie au 418-598-3275, Madame Magalie Caron au 418-598-2089 et Monsieur Benoît Schmitt au 418-598-7663. Venez nombreux festoyer et danser !!!

Invitation à la population



Peu importe vos convictions et vos croyances, si l'avenir du bâtiment de l'église vous préoccupe, soyez à la soirée du :

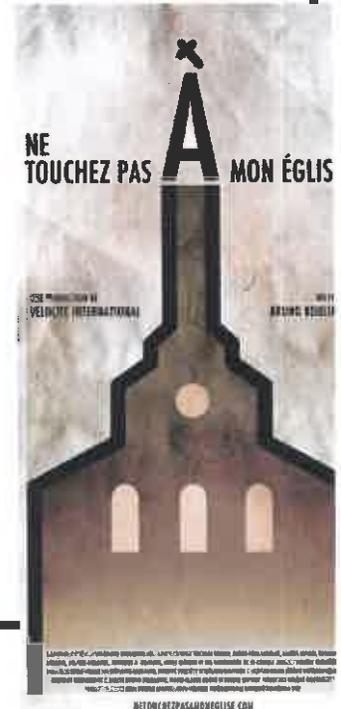
24 avril, à 19h

À l'église de Saint-Aubert

Visionnement du film
Ne touchez pas à mon église
et discussion

**Tournée
sur l'avenir
des églises**

Une invitation du CLD L'Islet, avec la collaboration de la MRC de L'Islet, de la municipalité de Saint-Aubert, de la paroisse de Saint-Aubert et du Diocèse de Sainte-Anne-de-la-Pocatière



Les cuisines collectives à Saint-Aubert

Il reste encore quelques places! Dépêchez-vous!

Maintenant, les résidents de Saint-Aubert qui souhaitent cuisiner en petits groupes peuvent maintenant le faire au cœur de leur village! En effet, les participants inscrits dans les groupes pourront utiliser la cuisine de la Salle communautaire de Saint-Aubert, située au sous-sol de l'école Aubert-De Gaspé.

Le déroulement d'une cuisine collective se fait en quatre étapes : la planification, les achats, la journée de cuisson suivie de l'évaluation. La planification consiste à faire la liste des recettes, à déterminer le nombre de portions et à calculer le budget. Tout ce dont les participants ont à déboursier, c'est le montant de la facture d'épicerie. On peut compter entre 1,50\$ et 3,00\$ pour des portions d'environ 500ml ce qui revient à près de 3 fois moins cher que les mets cuisinés en épicerie. La CDC Ici Montmagny-L'Islet finance tous les ingrédients de base, comme la farine, le sucre, les épices, l'huile, etc. ainsi que le salaire de l'animatrice.

Ces ateliers, de 4 à 6 personnes se déroulent sur 1 journée et demie en semaine et sont animés par Émélie Lapière, agente de développement en autonomie alimentaire de la CDC Ici Montmagny-L'Islet. L'animatrice, formée en animation de cuisine collective par le Regroupement des cuisines collectives du Québec (RCCQ) et ayant suivie l'Attestation d'hygiène et salubrité alimentaires offerte par le ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec (MAPAQ) assiste le groupe au fil des étapes et veille au maintien des critères d'hygiène.

L'appel est lancé aux personnes intéressées à rejoindre le groupe existant ou en vue d'en former un deuxième. Sachez qu'il est possible d'assister à l'une de nos rencontres en formule d'essai afin de voir le fonctionnement de nos ateliers. **Information : Émélie Lapière au 418-358-6001. Veuillez communiquer avec la Municipalité de Saint-Aubert si des ateliers sur fin de semaine correspondraient davantage à vos besoins.**

Émélie Lapière,
Agente de développement en autonomie
alimentaire
CDC, Ici Montmagny-L'Islet
Téléphone : 418-234-7779
ici.ml.el@gmail.com

Guy Drouin, directeur
CDC Ici Montmagny-L'Islet
418-291-1322
ici.ml.gd@gmail.com