

L'ÉCHO DU SOMMET

Août 2018



S'UNIR
POUR GRANDIR



Le Club Optimiste vous invite à

L'OPTI-BŒUF

AU CENTRE SPORTIF DE ST-MOÏSE

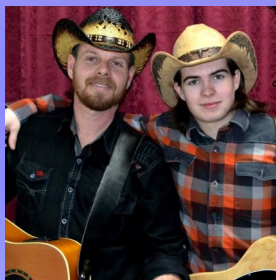
Le samedi 18 août

Admission :

Adulte 6 \$, 5 à 12 ans : 3 \$

**Service de bar et
restauration**

**Dès 13 h
Jeux gonflables,
tire de chevaux**



*En musique avec
LE DUO HARVEY à 17 h*

Déjeuner de la fabrique de St-Moïse

Dimanche 2 septembre

De 8 h à 13 heures

La fabrique de la paroisse de St-Moïse vous invite à son déjeuner annuel à la salle municipale, 120, rue Principale.

10 \$ adulte, 5 \$ pour les 12 ans et moins, gratuit pour les moins de 4 ans.



Le tirage de la loterie sera effectué lors de cet événement, vers midi.

On vous attend!

Bonjour à toutes et tous,

Voici une petite liste de questions fréquentes concernant le bac bleu et évidemment, les réponses :

Est-ce un gaspille d'eau de rincer les contenants?

Non. Il prend beaucoup moins d'eau pour rincer les contenants afin de les recycler que de créer de nouveaux produits. Pas besoin de rincer en profondeur, seulement d'en rincer le plus gros, surtout pour les produits alimentaires. Ça permet ainsi d'éviter de nombreux désagréments aux employés du centre de tri! Imaginez : Un pot de mayonnaise mijotant 2 semaines au soleil avant d'arriver au centre de tri...

Doit-on faire un sac de sacs?

Non. Faire un sac de sacs ralentit le triage des produits car chaque sac doit être ouvert pour en vérifier et séparer le contenu. Laissez pêle-mêle dans votre bac bleu.

Les assiettes et papiers d'aluminium sales sont-ils recyclables?

Si vous enlevez le plus gros, même s'il reste quelques résidus de cuisson ce n'est pas grave. L'aluminium sera chauffé à haute température ce qui brûlera tous les contaminants.

Les bouchons et couvercles doivent-ils rester sur le contenant?

Si les bouchons sont de la même matière (ex. : bouchon de plastique sur bouteille de plastique), vous pouvez laisser le bouchon. Si ce sont 2 matières différentes (ex. : couvercle de métal sur pot de verre), séparez les deux.

Pourquoi le plastique 6 rigide est-il accepté et l'expansé (styromousse) non?

Même s'ils sont la même sorte de plastique, la styromousse est composée à 90% d'air. Sa faible densité est une contrainte peu intéressante pour l'industrie du recyclage en raison des coûts de transport pour des quantités réelles minimales. Des procédés de traitement sont en développement au Québec, mais il serait peu probable que la styromousse soit acceptée dans le bac bleu prochainement. En attendant, essayez plutôt de l'éviter!

Pour plus d'information sur une saine gestion des matières résiduelles, n'hésitez pas à nous contacter en visitant le www.ecoregie.ca ou téléphonez au 418 629-2053, poste 1138.

À la prochaine!

Vincent Dufour,
coordonnateur en gestion des matières résiduelles



Régie intermunicipale de traitement
DES MATIÈRES RÉSIDUELLES
MRC de La Matapédia et de La Mitis

Site web : www.ecoregie.ca

Courriel: matresi@matapedia.qc.ca Tél. : 418 629-2053, poste 1138



La date limite pour les articles est le premier de chaque mois

Trois façons de faire parvenir vos articles ou de communiquer avec nous :

Par Internet : journalstmoise@gmail.com (photos numériques, articles, questions, commentaires, etc.)

En personne : au bureau municipal (776-2833) lundi au jeudi (photos à scanner, articles écrits à la main, etc.)

Cellulaire : 418-730-4808

Le journal peut être consulté sur le site de la municipalité :

st-moise.com



AVIS DE RECHERCHE

La municipalité procèdera au changement des panneaux d'accueil aux entrées sur son territoire. Nous recherchons quelqu'un pour effectuer le démontage de ces panneaux pour le métal.

Si intéressé, contactez Paul Lepage au **418-631-9546**.

FEUX D'ARTIFICES

L'usage de pétards ou feux d'artifices maison sont strictement interdits sur le territoire. Toute infraction est passible d'une amende de 50 \$ allant jusqu'à 500\$.

FEU À CIEL OUVERT

Il est interdit de faire des feux à ciel ouvert sur le territoire. Vous devez contactez le Service incendie de La Matapédia, au **418-629-6156** pour obtenir un permis gratuit, 24 heures à l'avance.

CHIEN ET BON VOISINAGE

La municipalité tient à rappeler au propriétaire de chien, qu'il ne faut pas laissez votre toutou sans surveillance même sur votre terrain. Il pourrait être tenté d'aller à la rencontre des piétons et cyclistes sur le bord de la route ou de l'autre côté de celle-ci pouvant causer des désagréments et/ou accidents.

BUREAU MUNICIPAL FERMÉ la semaine du 19 août 2018
Calendrier des collectes


recyclables



ordures



organiques

Août						
D	L	M	M	J	V	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	1

Septembre						
D	L	M	M	J	V	S
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

*** **MERCI** de mettre votre bac au chemin la veille de chaque collecte ***

PROCHAINE RÉUNION DU CONSEIL MUNICIPAL
4 SEPTEMBRE (mardi)

Les séances ont lieu à **19 h 30** au centre municipal, 120 rue Principale

Nadine Beaulieu, secrétaire-trésorière

IL FAIT CHAUD ICI!

Maux de tête

Étourdissements ou évanouissement

Respiration ou battement cardiaque rapide

Soif extrême

Nausées ou vomissements

Somnolence ou crises de colère

Surveillez les symptômes des maladies liées à la chaleur chez les jeunes enfants. Déplacez-les dans un endroit frais et faites-leur boire des liquides.

CANADA.CA/SANTE

Canada

Votre brosse métallique pour barbecue peut être dangereuse

Des millions de Canadiens aiment faire cuire les aliments sur leur barbecue. À force d'être utilisées, les brosses métalliques dont beaucoup de gens se servent pour nettoyer l'appareil perdent de leurs poils. S'ils sont ingérés ces poils peuvent causer de graves problèmes de santé.

Les poils métalliques peuvent effectivement se retrouver dans les aliments et causer des blessures à l'œsophage ou à l'intestin.

Pour réduire au minimum les risques associés à votre brosse métallique pour barbecue, vous devez :

- inspecter régulièrement votre brosse pour détecter tout signe d'usure;
- vérifier s'il y a des poils sur les grilles ou les aliments cuits;
- remplacer périodiquement votre brosse pour éviter les problèmes liés à l'usure;
- cesser d'utiliser votre brosse si des poils s'en détachent ou restent collés à la grille.

Vous êtes invités à signaler les incidents liés aux brosses métalliques pour barbecue à [Santé Canada](#) et au magasin où vous l'avez achetée.

Pour plus d'information, visitez le blogue de données sur les [Blessures liées aux brosses à barbecue](#) et la page Web [La sécurité des barbecues](#).

Un ingrédient que

vous

NE VOULEZ pas dans votre

HAMBURGER

CANADA.CA/SANTE

Canada

DÉMARCHE
« MUNICIPALITÉ AMIE DES AÎNÉS »
(MADA) DE SAINT-MOÏSE
MERCI

POUR VOTRE PARTICIPATION AU SONDAGE

Dans le cadre de la démarche « Municipalité amie des aînés » à Saint-Moïse, il était nécessaire de questionner les citoyens de plus de 50 ans pour connaître leurs besoins et leurs souhaits en ce qui concerne le développement de la municipalité. Une campagne de sondage a donc eu lieu au mois d'avril et nous sommes aujourd'hui heureux de vous annoncer que 21% des moisiennes et moisiens de plus de 50 ans ont participé à cette importante enquête. Il est maintenant possible de s'atteler à la tâche de concevoir un plan d'action faisant écho aux réponses citoyennes. En prenant connaissance du rapport d'enquête, les membres du comité de pilotage MADA ont d'ailleurs ciblé trois axes d'intervention qui orienteront les actions de 2018 à 2021 :

Communication

Loisirs, activités physiques et vie sociale

Sécurité et milieu de vie

Cet été, nous travaillerons à finaliser la nouvelle politique « Municipalité amie des aînés » de Saint-Moïse et cet automne vous serez cordialement invités à participer à une consultation publique lors de laquelle nous vous présenterons le fruit de plus de neuf mois de travail. Vous pourrez alors nous transmettre vos commentaires et vos opinions concernant le plan d'action.

Merci beaucoup à tous ceux qui ont répondu au sondage. Cette démarche est très importante pour permettre à la municipalité de Saint-Moïse de s'adapter à vos besoins.

À cet automne pour la consultation publique!

Virginie Beaudin-Houle, chargée de projet MADA
MRC de La Matapédia
418-629-2053, poste 1036



Municipalité
amie des aînés



MRC de
LA MATAPÉDIA

PARTAGE DE LA ROUTE AVEC LES VÉHICULES LOURDS VÉLOS ET PIÉTIONS

Comme cycliste, vous devez connaître les contraintes liées à la conduite d'un véhicule lourd pour mieux comprendre ses manœuvres et ainsi adopter une conduite sécuritaire.

L'adoption de bons comportements est essentielle pour assurer la sécurité de tous lorsqu'on partage la route avec des véhicules lourds.

- **Évitez de vous trouver dans les angles morts d'un véhicule lourd.**
- **Ne coupez pas la route à un véhicule lourd.** Non seulement il n'aura pas assez d'espace pour freiner à temps, mais vous risquez de vous retrouver dans son angle mort.
- **Ne dépassez pas un véhicule lourd par la droite à une intersection.** Il peut se déporter vers la gauche afin d'avoir plus d'espace pour tourner à droite.
- **Suivez les véhicules lourds à bonne distance.** Si vous êtes trop près derrière, le conducteur ne peut pas vous voir : là encore, vous vous trouvez dans son angle mort arrière.

<https://saaq.gouv.qc.ca/securite-routiere/comportements/angles-morts/angles-morts-pratiques-dangereuses/>

DANGERS AUX INTERSECTIONS

C'est aux intersections en milieu urbain que la situation est la plus préoccupante, puisque c'est là qu'ont lieu la majorité des accidents impliquant un piéton ou un cycliste. Les angles morts à l'avant et sur le côté droit des véhicules sont particulièrement problématiques.

Traverser devant un véhicule lourd



Exemple d'un piéton qui croit avoir été vu et traverse au moment où le véhicule redémarre.

Traverser quand un véhicule lourd tourne à droite



Exemple d'un cycliste qui croit avoir été vu et poursuit sa route au moment où le véhicule tourne à droite.



Société
canadienne
du cancer

*L'équipe Les Positifs, engagée pour la troisième année
dans la marche du Relais pour la Vie, vous dit :*

5066 fois Merci !

Merci aux municipalités

Merci aux organismes

Merci aux commerçants

Merci à nos familles

Merci à nos amis

*Merci à la population de nos milieux qui a participé
aux différentes activités proposées à St-Damase,
St-Moïse et Sayabec.*

*Grâce à votre soutien et à votre générosité notre
campagne de financement a atteint la somme de
5 066 \$, première position matapédienne. Nous en
sommes fiers et vous en remercions chaleureusement.*

*Patricia Charest,
Équipe les Positifs*

Les Positifs : Brigitte Paquet, capitaine d'équipe, Élise Turcotte, , Pauline Charest, Nicole Charest, Béatrice Gagné-Plourde, Francine Gendron, Murielle Beaulieu, René Morissette, Audrey Caron, Joël Charest, Kathy Bouchard, Jacinthe Blanchet, Patricia Charest.

Chapelure rapide de pain rassis

Trancher la baguette et la mettre au four à 180°C (350°F), jusqu'à ce que le pain devienne assez sec pour s'émietter facilement.

Broyer le pain sec au robot culinaire.

La chapelure se conserve dans un pot fermé dans une armoire pendant plusieurs semaines ou au congélateur.



Faux pesto

Le basilic, la menthe, la ciboulette, la coriandre et le persil peuvent être hachés finement au robot culinaire puis mélangés avec de l'huile ou de l'eau pour faire un « faux pesto ».

On les met ensuite dans des moules à glaçons. Une fois les glaçons de « faux pesto » congelés, placez-les dans un sac refermable et utilisez-les à votre guise, par exemple dans un potage, sur des pâtes, sur du tofu ou du poisson.



Croustilles de pain pita

Lorsque le pain pita est moins frais, il est possible d'en faire des croustilles (on peut le faire aussi s'il est frais!).

Couper le pain pita en triangles.

Badigeonner les morceaux d'un mélange d'huile et d'épices.

Les déposer sur une plaque à biscuits et les enfourner à 180°C (350°F) pendant 8 minutes, ou jusqu'à ce que le pain soit bien croustillant.

N'importe quelles épices peuvent être utilisées. Pour un goût moyen-oriental, privilégier le sumac et les graines de sésame, et utiliser de l'huile d'olive.



Manger moins transformé

Je suis certain que vos grands-mères ou vos arrière-grands-mères étaient des pros en cuisine. Pour ma part, ma grand-mère l'est vraiment!

Avant l'industrialisation du système agroalimentaire, on se fiait à nos amis, à notre famille, à nos voisins ou à nous-mêmes pour produire et préparer les aliments. Je n'ai pas connu cette époque, et il est très improbable qu'on retourne à 100 % à ces pratiques. Le fait d'avoir industrialisé le système agroalimentaire a certainement eu des bénéfices sur d'autres aspects de la vie puisqu'aujourd'hui, on n'a plus besoin de passer autant de temps à préparer la nourriture.

Cependant, en nous fiant à l'industrie pour nous nourrir, nous avons facilement perdu le lien « de la terre à la table ». Il est difficile de savoir comment et où les aliments ont été produits. Et avouons-le, même quand on lit les étiquettes, on ne reconnaît pas toujours les ingrédients.

Il ne faut pas mettre tous les aliments transformés dans le même panier. Certains d'entre eux peuvent être nutritifs et avoir un impact positif sur notre santé, mais je ne le répéterai jamais assez : il faut reprendre le contrôle de nos cuisines et arrêter de nous fier seulement à l'industrie pour nous nourrir.

Tout au long du livre, plusieurs trucs et conseils impliquent que vous vous mettiez aux fourneaux. C'est un incontournable. Se cuisiner un repas avec des aliments frais, locaux et de saison, et savoir exactement ce qu'on mange, c'est la première brique à placer pour bâtir un système alimentaire durable.





*Tout comme le phare...
Soyons le rayonnement
de l'Est du Québec!
Devenons des précurseurs
de l'avenir!*

Club des 50 ans et plus de Saint-Moïse affilié au



CARREFOUR
50 + du QUÉBEC



**Nos danses mensuelles
seront de retour le
dimanche 16 septembre
à 13 h 30.**

**Léger goûter servi.
Francine Ouellet à
l'animation**



**Vous voulez utiliser la salle
d'exercices
des 50 ans et +?
Vous n'avez qu'à contacter
l'un des administrateurs
du Club.**



BONNE FIN D'ÉTÉ ET PRUDENCE!



Visitez notre site
Facebook :
50 + de la Vallée.



***Nos anniversaires
du mois d'août...***

- *3 août Clément Harvey*
- *10 août Laurenda Paradis*
- *14 août Suzie Boudreau*
- *26 août Micheline Michaud*





Abandon du tabagisme : la cigarette électronique est-elle une bonne option?



Qu'est-ce qu'une cigarette électronique?

Alors que les premières cigarettes électroniques (CE) étaient conçues pour ressembler à une vraie cigarette, celles qui sont offertes sur le marché aujourd'hui ont des formes variées : certaines s'apparentent à un gros stylo, d'autres ressemblent à un cigare ou même à une pipe.

Il s'agit de dispositifs munis d'une cartouche dans laquelle on met un liquide (aussi appelé «jus»). Un atomiseur transforme le liquide en vapeur qui est inhalée par l'utilisateur. On appelle les utilisateurs de CE des «vapoteurs» et on dit qu'ils «vapotent».

Les dispositifs évoluent rapidement. Leurs composantes changent pour offrir une meilleure «expérience» de vapotage. Avec certains modèles, on peut maintenant personnaliser différents paramètres afin de modifier la vapeur qui est inhalée, notamment l'intensité de la saveur.

Que contient le liquide qu'on vapote?

Les ingrédients principaux des liquides à vapoter sont le propylène glycol et la glycérine végétale. Il s'agit de liquides organiques incolores, pratiquement sans odeur et sans saveur.

On leur ajoute de nombreux arômes et (ou) de la nicotine. Le choix des arômes est extrêmement diversifié : fruits, bonbons, chocolats, desserts, etc. Certains liquides (avec ou sans nicotine) promettent une vapeur qui «goûte» comme des marques de cigarettes populaires.

La CE est-elle légale au Québec?

Au Canada et au Québec, la vente des produits du tabac est encadrée par plusieurs lois. Présentement, aucun fabricant de cigarette électronique n'a demandé d'autorisation de vente. Par conséquent, en théorie, seuls les liquides sans nicotine peuvent être vendus de façon légale au pays. En réalité, il est possible d'acheter des liquides qui contiennent de la nicotine dans les boutiques spécialisées partout au pays. Toutefois, la vente en ligne des e-liquides est interdite au Québec, mais rien n'empêche les consommateurs de les acheter de sites situés ailleurs au Canada ou à l'étranger.

La nicotine qu'on vapote est-elle moins nocive que celle qu'on fume?

Avec la cigarette traditionnelle, c'est la combustion du tabac qui produit des substances très toxiques pour l'organisme. Dans la cigarette électronique, il n'y a pas de combustion. Le liquide est transformé en vapeur. La chaleur nécessaire pour créer la vapeur est suffisante pour entraîner la création de substances potentiellement nocives pour la santé.

Peu d'études de qualité se sont penchées sur les effets de la CE sur la santé et leurs résultats n'ont pas toujours été concluants. Par exemple, certaines études n'ont montré aucun signe d'effets indésirables alors que d'autres semblent avoir détecté des microlésions à la muqueuse de la bouche.

Outre la qualité des études, il faudra surmonter deux principaux problèmes pour obtenir des réponses plus claires. Le premier, c'est le temps. Pour l'instant, les études sont de trop courte durée pour pouvoir détecter les problèmes pour la santé qui pourraient survenir avec un usage à long terme.

L'autre enjeu vient de l'évolution rapide des dispositifs et de la grande variété des liquides. Lorsqu'on fait une étude, les participants utilisent tous le même dispositif et le même liquide pour qu'on puisse comparer les résultats.

Le problème, c'est qu'on ne peut pas généraliser ces résultats à l'ensemble des modèles de CE, ni même à l'ensemble des liquides, car il y a trop de différences qui pourraient influencer les résultats (notamment, la puissance des atomiseurs qui créent la vapeur et les nombreux ingrédients utilisés pour créer les différents saveurs).

Saviez-vous que la nicotine liquide est un puissant insecticide?

La nicotine liquide est extrêmement toxique si elle est ingérée par la bouche ou si elle entre en contact avec la peau.

Plusieurs cas d'intoxication, certains mortels, ont d'ailleurs été signalés, surtout chez des enfants. Comme les contenants de liquide n'ont généralement pas de bouchon à l'épreuve des enfants, il faut les placer hors de la vue et de la portée des enfants et des animaux, car ils peuvent être très attirants surtout s'ils sont aromatisés à une saveur plaisante pour ces derniers (p.ex. chocolat, bonbon). Il faut aussi éviter tout contact avec la peau et se laver les mains après avoir manipulé le liquide.



Si je vapote seulement des liquides sans nicotine, il n'y a pas de danger, non?

En fait, la réponse est «personne ne le sait vraiment». La chaleur nécessaire pour créer la vapeur peut entraîner la création de substances toxiques même avec des liquides sans nicotine.

De plus, comme l'Industrie de la cigarette électronique n'est pas réglementée, les fabricants ne sont pas tenus d'aviser les consommateurs si un changement est fait à la composition d'un liquide. Par conséquent, vous pourriez acheter le même produit pendant des mois, mais chaque bouteille pourrait contenir des ingrédients différents. Des études ont d'ailleurs montré qu'il n'est pas rare de trouver de la nicotine dans les produits étiquetés comme n'en contenant pas (ou des concentrations de nicotine différentes — plus élevées ou plus faibles — de celles marquées sur l'étiquette pour les liquides qui en contiennent).

Existe-t-il des études sur la cessation tabagique avec la CE?

Oui, quelques études ont été menées, notamment en Nouvelle-Zélande et en Angleterre. Le taux de succès avec la CE était généralement similaire à celui obtenu avec une autre aide antitabagique, comme les timbres de nicotine, surtout chez les participants qui utilisaient un liquide contenant de la nicotine. Avec les liquides sans nicotine, les résultats n'étaient pas clairs.

Par ailleurs, ces études étaient de courte durée (quelques semaines) et la plupart n'ont pas fait de suivi pour évaluer si les personnes qui ont réussi à arrêter de fumer ont fait une rechute ou sont demeurées abstinentes dans les mois ou les années qui ont suivi. Il est donc impossible pour l'instant de dire si la CE est une option plus, ou moins, efficace pour cesser de fumer que les options traditionnelles.

Vapoter ou ne pas vapoter?

Pour l'instant, les résultats contradictoires des quelques études dont nous disposons, ainsi que l'absence de réglementation, font pencher du côté de la prudence.

Si vous envisagez de vapoter afin de vous défaire de la cigarette, prenez le temps d'en discuter avec un professionnel de la santé, surtout si vous souffrez de problèmes de santé. Il vous aidera à peser les «pours» et les «contres» et à prendre une décision éclairée.

Peu importe la méthode choisie, préparez-vous bien avant d'arrêter : choisissez un moment propice et entourez-vous de personnes qui sauront vous encourager à persister.

<http://www.jarrete.qc.ca/>



**VENTE DE GARAGE DE
LA FABRIQUE
À L'ARRIÈRE DE
L'ÉGLISE**

Les samedis de 18 h 30 à 20 h 30 et sur demande.

Vente de divers articles, décoration, literie, nouveautés et beaucoup plus...

Vous pouvez nous joindre aux numéros suivants :

Lucienne 776-2840 et 318-3655

Réjeanne 776-2547

Émilienne 776-5537

Si vous avez des choses à donner, n'hésitez pas à en faire profiter votre église!



**VOICI UNE PHOTO
DU JARDIN
COMMUNAUTAIRE
AU 1^{er} AOÛT.**

Comme vous pouvez le voir, les jardiniers, Colombe, Suzie, Raymonde, Pierre, Louise, les jeunes du projet d'été, etc. ont bien travaillé. La récolte va être bonne!

Bravo!



COIN DÉTENTE



PENSÉES

L'être qui dépend trop des pensées des autres est comme un miroir : il reflète mais ne réfléchit pas.

Le perpétuel indécis est comme une girouette; quand tout est calme, il ne sait pas quelle direction prendre et, quand tout s'agite, il prend toutes les directions à la fois.

L'horizon de notre vie se rétrécit toujours quand on le regarde de travers.

DEVINETTES

Celui qui le fabrique le voit, celui qui l'achète le voit, celui qui l'utilise ne le voit pas. Qui suis-je ?

Qu'est-ce qui naît grand et meurt petit ?

À quelle question ne peut-on jamais répondre oui ?

BLAGUES

Deux hommes attendent fébrilement dans la salle d'attente d'une maternité. La porte s'ouvre et une infirmière s'adresse, souriante, à l'un des deux hommes.

Compliments, Monsieur ! Vous êtes un heureux papa...

L'autre type se lève, furieux :

Mais madame, je suis pourtant arrivé avant lui !

Chef, chef ! Il y a eu un vol cette nuit au supermarché ! On a volé 2000 cartouches de cigarettes et 1500 livres de carottes.

Bien, et vous avez des soupçons ?

Oui, on recherche un lapin qui tousse.

L'ouvreuse du cinéma met en garde le couple qui est venu à la séance avec son bébé :

Si l'enfant pleure, vous devrez quitter la salle.

Bien sûr, on vous remboursera !

Une demi-heure après le début du film, le mari se penche vers sa femme :

Qu'en pense-tu ?

Ce film est archinul !

T'as raison, secoue donc le petit.

ENTRECROISÉS

Indice : Charmant

2

Ac
EO
Go
RR

3

Erg
Euh
Ion
Lam
Lie
Nis
Orr
Rye

4

Asad
Auer
Auge
Beau
Clap
Duel
Éole
Huée
Idem
Laue
Lean
Luba
Méga
Meir

Must
Réac
Voeu

5

Denté
Divin
Èvere
Isère
Lieue
Négro
Nille
Pyrex
Royan

6

Artère
Assidu
Ergoté
Laisse
Planer
Ribose
Zénith

7

Salaire

8

Arranger
Créature

Drôlesse
Ébavurer
Résoudre
Traîneur
Urodèles

9

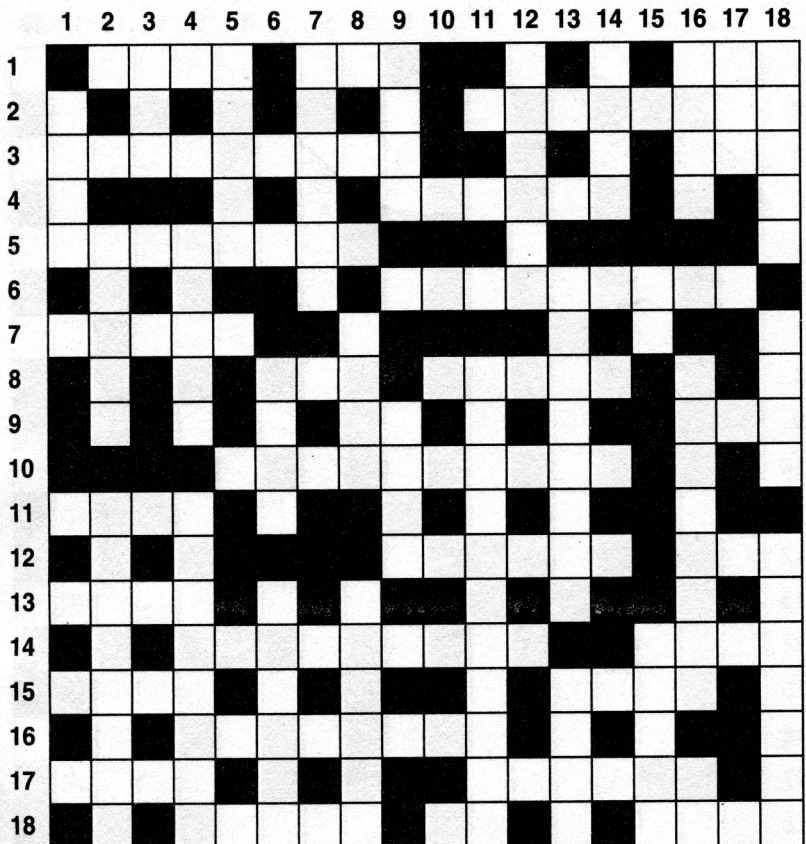
Anicroche
Décharger
Schilling

10

Éboulement

11

Sympathiser



C'est une jolie antenne de T.V. qui est tombée amoureuse d'un paratonnerre.

Elle murmure : ``Dis, tu y crois toi, au coup de foudre ?``

RÉPONSES DE LA PAGE COIN DÉTENTE

DEVINETTES

Un cercueil

Une bougie

Dors-tu?



ENTRECROISÉS

DIVIN

VENTE DE GARAGE ET FERMETURE DE MAISON

Meubles, livres, divers articles de maison, outils de construction, etc.

Même s'il pleut, le tout est dans l'abri d'auto et le garage.

Les 8, 9, 10, 11 août de 9 h à 20 h au 183, route 132 est, Saint-Moïse.

Il y a un peu de tout. Pour information, communiquez au 418 776-3384

Bienvenue!



À LOUER

À l'Office municipal d'habitation de Saint-Moïse, 8 rue HLM, logements de 3 1/2 pièces disponibles
Vous pouvez me joindre aux numéros suivants :

418-776-2106 ou **418-732-4762 (cellulaire)**

Simone Beaulieu, directrice.



Centre de l'auto (mobile)

Réparation de véhicule

Accidenté

Peinture

Esthétique

Antirouille

Pose de pare-brise



A.G.

418-730-8399

André Gagné Prop.



CHEVALIERS DE COLOMB

CONSEIL TARTIGOU 9985

M. Clément Harvey

GRAND CHEVALIER

M. Jean Plourde, secrétaire financier

M. Régis Harvey, secrétaire trésorier



Clerobec Inc.
78 Rte 132 Est
Sayabec, PQ
G0J 3K0

Clement Sirois

Propriétaire

- Plomberie • Matériaux de Construction
- Quincaillerie • Cedre de l'est

T 418 536 3344

F 418 536 3348

clerobec@globetrotter.net

RESTAURANT CHEZ TARZAN

418 rte 132,
St-Moïse
G0J 2Z0

Spécialité PIZZA Menu du jour

418 776-5211 Propriétaires : Hermel Richard et Carole Paradis

Horaire : du mercredi au dimanche de 10 h à 19 h

Éleveur laitier, travaux à forfaits et Déneigement

122, route Thibeault
Saint-Moïse, Qc
G0J 2Z0

Téléphone : (418) 776-2920
Cellulaire : (418) 732-9817

Ferme Laifort inc.

Propriétaires: Luc Fraser et Jessica Lepage



Ferme Jolipré Holstein inc.

Saint-Moïse 418 776-5148
Marie-Josée Turcotte et Régis Lepage
Alex - Joé - Xavier - Ély



ALLIANCE AGRO-TECH

Nathalie Landry
directrice générale

Meunerie : (418) 776-2929
Sans frais : 1 877 976-2929
Télécopieur : (418) 776-2931
Courriel : meuber@globetrotter.net

Saint-Noël (Québec)
G0J 3A0

MAISON FUNÉRAIRE
JOSEPH ST-AMAND ET FILS LTÉE
THANATOLOGUE
BUREAU ST-MOÏSE: (418)776-2132
FAX: (418) 776-2132
SALON ST-DAMASE: (418)776-5332
114, PRINCIPALE, ST-MOÏSE
e-mail: jst-amand@globetrotter.net



MRC de La Matapédia

123, rue Desbiens, local 501
Amqui (Québec) G5J 3P9
Tél.: 418 629-2053
Télééc.: 418 629-3195
administration@mrcmatapedia.qc.ca
www.mrcmatapedia.qc.ca

- Aménagement du territoire
- Développement socio-économique
- Urbanisme et inspection municipale
- Évaluation foncière
- Génie municipal
- Génie forestier
- Sécurité civile et incendie

Salon d'esthétique
CHEZ SOIE

Épilation à la cire
Electrolyse
Facial
Pédicure
Manucure
Pose d'ongles
Maquillage

Maryse Vignola
99, rue Principale
Saint-Moïse
418 732-7576
pour St-Moïse
418-775-4488
pour Mont-Joli

Mardi et jeudi à Mont-Joli
Mercredi et vendredi à Saint-Moïse



Desjardins Caisse de Mont-Joli-Est de La Mitis

Siège social

1553, boulevard Jacques-Cartier
Mont-Joli (Québec) G5H 2V9

418 775-7253
1 877 375-7253
Télécopieur : 418 775-5116

desjardins.com

@desjardins.com

Coiffure **Geneviève**

99, rue Principale
Saint-Moïse
581 624-2421
Mardi, vendredi et samedi

Price
418 775-3240
Mercredi et jeudi



Les notaires

Michaud Charbonneau Heppell inc.

Nadia Heppell

Christine Landry

Élodie Brisson

Siège social :

302-1555, boul. Jacques-Cartier

C.P. 363. Mont-Joli, Québec. G5H 3L2

Tél. : 418-775-4151 Téléc. : 418-775-4237

Points de service :

St-Moïse et Rimouski

Tél. : 418 775-4151

Sur rendez-vous



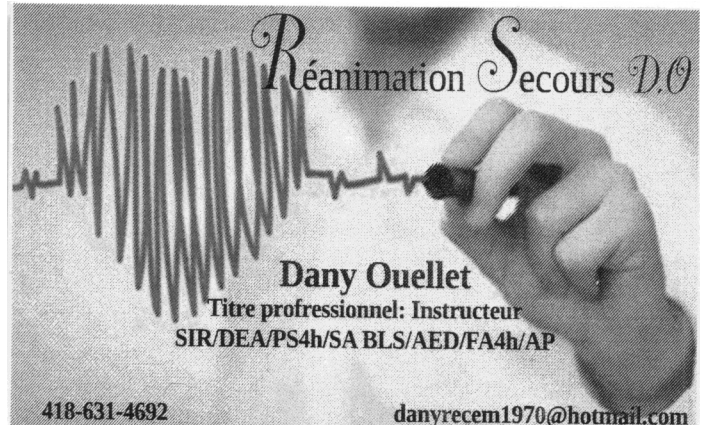
MADONE GAGNÉ

Coiffeuse • Technicienne soins et hygiène de pieds

Offre service à domicile

418-776-2550 • 418-318-0352

membre de l'A.N.Q.



Réanimation Secours D.O.

Dany Ouellet

Titre professionnel: Instructeur
SIR/DEA/PS4h/SA BLS/AED/FA4h/AP

418-631-4692

danyrecem1970@hotmail.com



Centre de la Petite Enfance de Saint-Moïse
Bureau Coordonnateur de la MRC de la Matapédia

55, rue Principale, St-Moïse, Qc, G0J 2Z0

Téléphone : (418) 776-2903

Télécopieur (418) 776-5412

Centre de la Petite Enfance de Sayabec

6c, rue Keable, Sayabec, Qc, G0J 3K0

Téléphone : (418) 536-2006

Télécopieur : (418) 536-1818

21 places en installation à Saint-Moïse,
31 places en installation à Sayabec et
290 places en milieu familial réparties
sur la MRC de la Matapédia

cpelenfantjoue@globetrotter.net

www.enfantjoue.com et

www.bureaucoordonnateurdelamatapediaservicesdegardelenfantjoue.info



Québec

Garage Yannick Ouellet Inc.

Mécanique générale - Essence - Diésel
Usinage de pièces
Fabrication de boyaux hydrauliques

Garage: (418) 776-2035

Résidence: (418) 776-2516

Fax: (418) 776-2035

146, Rte 297 St-Noël G0J 3A0

Distributeur

Boîtes de camion
Mory Leer et
commerciales

Jean Marc Lavoie
Propriétaire

JEAN MARC LAVOIE

Carrosserie
Redressement de châssis
Spécialité voitures accidentées
Vitre d'auto

☎ 418 536-3464

☎ 418 536-3464

Rés.: 418 536-5977

20, route Rioux
Sayabec, Qc
G0J 3K0



Antoine Pelletier Auto Centre Inc.

SAILUN TOYO

PNEUS SAILUN ET TOYO RABAIS EN MAGASIN

- Pièces d'autos
- Mécanique générale
- Équipement et outillage
- Alignement

Soyez
prévoyant!

Prenez
rendez-vous
maintenant!

56, Route 132 Est, Sayabec **418 536-3515**

COOP ALIMENTAIRE DE ST-NOËL

7, de l'église, C.P. 10

St-Noël (QC) G0J 3A0

Téléphone (418) 776-2005

Fax : (418) 776-2192

SERVICES OFFERTS

BANNIÈRE AMI

Épicerie - Boucherie - Bière et vin - Loterie -

Cretons **MAISON** - Vidéos

Bingo radio - Feux d'artifice

PRODUITS MAISON

Divers mets préparés (chauds) le midi et en
comptoir - Sauce spaghetti

Livraison directe de Pharmacie Jean-Philippe

Hallé et Kaven Mc Nicoll de Sayabec.

Société des Alcools du Québec

Permis de chasse et de pêche

Au plaisir de vous servir!



St-Amand et Sirols

**Mécanique générale
&**

Essence avec service

420, route 132

Saint-Moïse (Qc)

G0J 2Z0

Tél. 418 776-2147



Meubles
Accessoires
Électroménagers

Accent

Léo Tremblay Meubles Inc.

5 Boul. Joubert est

Sayabec

Téléphone : (418) 536-3555

Fax: (418) 536-3625

1 866 295-3555

e-mail: accentmeubles.com

REMORQUAGE

D'URGENCE 24 H

ASSISTANCE ROUTIÈRE

MÉCANIQUE SPÉCIALISÉE

PNEUX DE TOUS GENRES

VITRES D'AUTO



R.Bouchard



La solution à vos problèmes!



SAYABEC 418 536-5815

Demandez votre CARTE V.I.P accumulez vos rabais échangeables, détails en magasin.

LES PROMOS DE CHAQUE SEMAINE : (-\$\$\$)

64, RTE 132 EST, SAYABEC, QC,

raybouch1@globetrotter.net

CELL : 418-631-4350-4351-4360-4196

TOILETTAGE CANIN



TONTE

COUPE DE GRIFFES

BAIN

Nadine Beaulieu
60 rue Principale, Saint-Moïse

418-776-2106 / 418-631-9771

prenez rendez-vous

LAVE-AUTO

Jean Berger
23 Keable
Sayabec, Qc.
418 750-2316



*2 espaces de lavage
à votre disposition.
Ouvert de 7 h à 21 h
tous les jours.*



JEAN-PHILIPPE HALLE ET KAVEN MC NICOLL

PHARMACIENS

99, RUE DE L'ÉGLISE
SAYABEC, (QUÉBEC)
G0J 3K0
Tél. : (418) 536-1414
Fax : (418) 536-3410



479, Rte 132 Ouest
St-Moïse, Québec
G0J 2Z0
RBQ : 1356 9629 96



Harvey & Fils Inc.

Entrepreneurs électriciens et en construction

Bureau : (418) 776-2115

Jean-Rock : (418) 776-2014

Fax : (418) 776-5605

Régis : (418) 776-2885

Courriel: harveyetfils@globetrotter.net