

# L'ÉCHO DU SOMMET

Novembre 2018



S'UNIR  
POUR GRANDIR



Samedi 10 novembre de 9 h à 16 h  
Au 120, rue Principale à St-Moïse à la salle municipale

TRICOT

TISSAGE

BIJOUX

SALON  
DES  
ARTISANS

CROCHET

COUTURE

ETC.

Plusieurs prix de présence  
seront tirés au courant de la journée!

**Les artisans intéressés à exposer doivent réserver leurs places, car les places sont limitées.**

**Un repas chaud complet de (cipaille) au coût de 9 \$ sera disponible.**

*Bravo les Artisans!*

**Pour info :  
418-776-2972  
418 318-5822**

**De nombreux artisans de la région seront au rendez-vous pour vous présenter leur créativité. C'est une belle opportunité pour venir les encourager, les découvrir et possiblement vous donner des idées de cadeaux des Fêtes.**

Bonjour à toutes et tous,

Comment bien mettre son bac au chemin? La question semble anodine, mais elle constitue une source assez grande de frustrations, de retards et de bris coûteux et inutiles. Voici une liste de petites choses importantes à retenir pour bien mettre son bac au chemin :

- **Les bacs à déchets et bacs bleus doivent être des bacs roulants de 240 ou 360 litres.** Aucun autre type de bac n'est accepté dans la collecte. Ils sont disponibles dans la majorité des quincailleries.
- **Utilisez la bonne couleur de bac.** Le bac bleu est pour le recyclage, le bac brun pour le compostable et le bac vert ou noir pour les déchets! Autrement, des déchets se retrouvent dans le recyclable, du plastique dans le compostable et du papier va inutilement à l'enfouissement.
- **Attention au poids!** Des bacs trop lourds peuvent endommager le bac lui-même ou ne pas être ramassés. La terre, le sable, la roche ne vont pas dans vos bacs. Payer pour enfouir de la terre, ce n'est pas très logique. Les résidus de construction, les produits dangereux, les branches et les encombrants eux vont à l'Écocentre.
- **Placez votre bac la veille de la collecte, après 18 h.** Les heures de collecte varient selon les conditions routières, itinéraires, bris, etc. Il se peut que le camion passe toujours à 7 h 15, mais si vous attendez 7 h pour mettre votre bac au chemin et qu'une journée le camion a changé d'itinéraire et a dû passer à 6 h, vous ne serez pas content!
- **Les roues et poignées doivent toujours être orientées vers la maison, le bac le plus près de la bordure du chemin, mais toujours sur votre terrain.** Beaucoup de bacs sont brisés parce qu'ils étaient mal positionnés ou parce qu'ils se trouvaient dans le chemin et se sont fait accrocher par une voiture ou une déneigeuse.
- Si vous devez avoir 2 bacs ou plus, placez-les un à côté de l'autre et **espaced les d'environ 1 mètre (3 pieds)** afin de permettre au bras mécanisé de saisir les bacs sans problème.
- **Les bacs bruns appartiennent à votre municipalité.** Chaque bac brun a une puce qui attribue un bac à une résidence. Si vous déménagez, votre bac brun doit rester à la même maison. Pour le bac bleu, contactez votre municipalité afin de savoir la politique en place.

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

**Vincent Dufour**, coordonnateur en gestion des matières résiduelles

Site web : [www.ecoregie.ca](http://www.ecoregie.ca)

Courriel : [matresi@matapedia.qc.ca](mailto:matresi@matapedia.qc.ca)



**Régie intermunicipale de traitement  
DES MATIÈRES RÉSIDUELLES**

MRC de La Matapédia et de La Mitis



***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](mailto: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 :** 418-730-5633 ou 418-330-4390

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

[st-moise.com](http://st-moise.com)



## DOSSIER SÉCURITÉ ROUTIÈRE

Le 15 octobre dernier, le conseil municipal a rencontré les représentants du Ministère des Transports pour faire part de leurs différentes inquiétudes et suggestions concernant la sécurité des citoyens et usagers sur les routes 132 et 297.

L'équipe du Ministère ont bien pris en note tous les points apportés par le conseil et ont confirmé la mise en branle d'une étude sur la problématique de la route 132 pour 2019.

### Y AVEZ-VOUS PENSÉ?

**Changement d'heure, changement de piles dans les avertisseurs de fumée.**

### RÔLE D'ÉVALUATION FONCIÈRE au 1<sup>er</sup> janvier 2019 **36 489 800 \$**

Une hausse de 0,24% par rapport à 2018 (36 403 300 \$).

(2017) 31 197 900 \$

(2016) 30 810 900 \$

(2015) 29 774 300 \$

### Calendrier des collectes



recyclables



ordures



organiques

#### Novembre

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	1

#### Décembre

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	31					

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

**PROCHAINE RÉUNION DU CONSEIL MUNICIPAL**

**3 DÉCEMBRE**

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

**Nadine Beaulieu**, secrétaire-trésorière

## Campagne de vaccination 2018 contre la grippe saisonnière

---

Nous vous invitons à prendre rendez-vous à l'une de nos cliniques de vaccination offertes dans la municipalité la plus près de chez vous, par l'entremise de notre site Web à l'adresse : [www.cisss-bsl.gouv.qc.ca/grippe](http://www.cisss-bsl.gouv.qc.ca/grippe).

Ce mode de fonctionnement vous permettra d'obtenir un rendez-vous rapidement. De plus, cela évitera de longues files d'attente à votre arrivée sur le site de vaccination.

Si vous n'avez pas accès à internet, un proche ou un ami peut prendre rendez-vous pour vous. Vous pouvez aussi communiquer avec nous, sans frais, au **1 866 445-0601**, du lundi au vendredi, de 8 h à 16 h.

Les personnes ciblées pour la vaccination antigrippale gratuite en 2018 sont les suivantes :

- les personnes atteintes de certaines maladies chroniques à partir de l'âge de 6 mois;
- les personnes âgées de 75 ans et plus;
- les femmes enceintes atteintes de certaines maladies chroniques, quel que soit le stade de la grossesse;
- les femmes enceintes en bonne santé, durant les 2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> trimestres de leur grossesse;
- les personnes vivant sous le même toit que les enfants de moins de 6 mois et les personnes mentionnées précédemment ainsi que les aidants naturels de ces personnes et de ces enfants;
- les résidents des centres hospitaliers de soins de longue durée (CHSLD) et des ressources intermédiaires;
- les travailleurs de la santé, en particulier ceux qui donnent des soins directs ou qui sont en contact direct avec les patients en centre hospitalier et en CHSLD.

Le Comité sur l'immunisation du Québec a recommandé de retirer deux groupes cibles de la liste : les enfants en bonne santé de 6 à 23 mois et les personnes en bonne santé de 60 à 74 ans. En fait, pour ces groupes, le risque de souffrir des complications de la grippe est considéré faible. Cette année, les personnes qui appartiennent à l'un de ces deux groupes pourront tout de même recevoir le vaccin gratuitement si elles le demandent. Toute autre personne n'étant pas ciblée pour la vaccination gratuite et désirant se protéger contre la grippe saisonnière à l'une des cliniques de vaccination du CISSS, peut le faire à ses frais.

Nous vous rappelons que la vaccination antigrippale est le meilleur moyen de protection contre la grippe saisonnière et ses complications potentielles. Il est important de se faire vacciner lorsque l'on vit avec une maladie chronique telle que le diabète, des troubles immunitaires, une maladie cardiovasculaire, respiratoire ou rénale.

À votre arrivée au site de vaccination, présentez votre carte d'hôpital ou votre carte d'assurance-maladie. Il est important de prévoir porter des vêtements adaptés, soit : blouse, chemise ou chandail à manches courtes.

**VACCINATION  
CONTRE  
LA GRIPPE**

Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
du Bas-Saint-Laurent

Québec 

## Voici deux RECETTES pour se remonter le moral en novembre!

### **Carrés au chocolat (style « Reeses »)**



1/2 tasse (125 g) de beurre fondu  
1 tasse (250 g) de chapelure Graham, ou de biscuits Graham écrasés  
2 c. à table (30 ml) de cassonade  
3/4 de tasse (175 ml) de sucre à glacer  
1/2 tasse (125 ml) de beurre d'arachides  
2/3 de tasse (150 g) de brisures de chocolat au lait

Déposer une feuille de papier parchemin dans un moule à gâteau carré, en la faisant dépasser par les deux bouts.

Verser tous les ingrédients sauf le chocolat dans un bol, et mélanger avec la mixette électrique pendant quelques minutes. Verser dans le moule, et aplatir avec une spatule.

Faire fondre le chocolat au micro-ondes, 30 secondes à la fois, en mélangeant à chaque fois. Verser le chocolat fondu sur la préparation, en lissant avec la spatule. Réfrigérer au moins une heure, puis démouler avant de couper en carrés.

125 ml (1/2 tasse) de sucre  
125 ml (1/2 tasse) de lait  
60 ml (1/4 tasse) d'huile végétale  
1 œuf  
5 ml (1 c. à thé) d'extrait de vanille pur  
250 ml (1 tasse) de chocolat noir concassé ou en pastilles  
(ou 150 g / 5 onces)  
375 ml (1 1/2 tasse) de farine de blé entier  
125 ml (1/2 tasse) de cacao  
5 ml (1 c. à thé) de poudre à pâte  
250 ml (1 tasse) de noix de Grenoble hachées  
20 caramels mous rectangulaires coupés en deux  
(ou 40 caramels mous carrés)

Préchauffer le four à 180°C (350°F). Placer la grille au centre du four. Tapisser une plaque de cuisson de papier parchemin.

Dans un bol, fouetter le sucre, le lait, l'huile, l'œuf et la vanille à la fourchette.

Dans un petit bol allant au four à micro-ondes, faire fondre le chocolat environ 1 minute 30 secondes. Remuer chaque 30 secondes. Ne pas trop cuire.

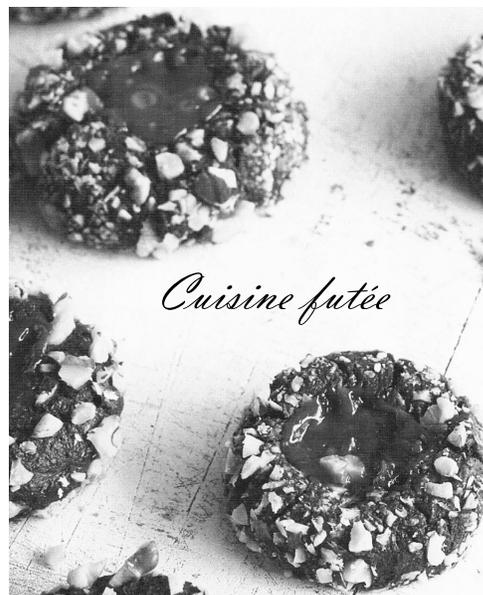
Incorporer graduellement le chocolat fondu dans la préparation.

Dans un autre bol, mélanger la farine, le cacao et la poudre à pâte. Intégrer le mélange sec aux ingrédients humides pour obtenir une pâte homogène. Déposer les noix de Grenoble dans une assiette.

Façonner quarante petites boules avec environ 15 ml (1 c. à soupe) de pâte. Rouler dans les noix pour bien les enrober et déposer sur la plaque.

Enfoncer un demi-caramel au centre de chaque boule en resserrant la pâte à biscuits autour pour éviter que le caramel ne s'échappe à la cuisson. Cuire au four 15 minutes. Laisser tiédir avant de servir.

### **Biscuits « Turtle »**





## La marche, un geste naturel !

L'adoption de saines habitudes de vie, en particulier d'un mode de vie physiquement actif et d'une bonne alimentation, est un facteur déterminant pour la santé. L'activité physique pratiquée de manière régulière joue un rôle important dans le maintien de la santé, du bien-être et de la qualité de vie.

Nous sommes convaincus, mais comment s'y remettre entre le travail, les devoirs des enfants, le rythme de vie effréné des années actuelles, etc.

Après avoir pris la décision de SE choisir pour une période de la journée, commencez par des activités peu intenses, puis augmentez peu à peu votre niveau d'effort physique. L'important est d'intégrer le mouvement dans votre vie de tous les jours.

Pour y parvenir, vous pouvez par exemple :

- o vous inscrire à des cours ou à des activités qui se donnent selon un horaire précis;
- o pratiquer un sport que vous aimez;
- o intégrer l'activité physique à vos loisirs ou à vos déplacements, par exemple en marchant ou en faisant du vélo.

## Voici quelques conseils pour vous aider à être actif :

- o Choisissez une activité que vous aimez et qui correspond à votre personnalité. Allez-y selon vos préférences : activité qui se pratique seul ou en groupe, à l'intérieur ou à l'extérieur, avec un horaire fixe ou variable, etc.
- o Fixez-vous un objectif : vous détendre, corriger votre posture, relever un défi personnel, etc.
- o Utilisez les escaliers au lieu de l'ascenseur, ou descendez de l'ascenseur 1 ou 2 étages avant celui où vous vous rendez.
- o Rendez-vous au travail à pied ou stationnez votre voiture un peu plus loin que nécessaire et marchez pour revenir vers votre lieu de travail.
- o Marchez dès que vous en avez l'occasion !

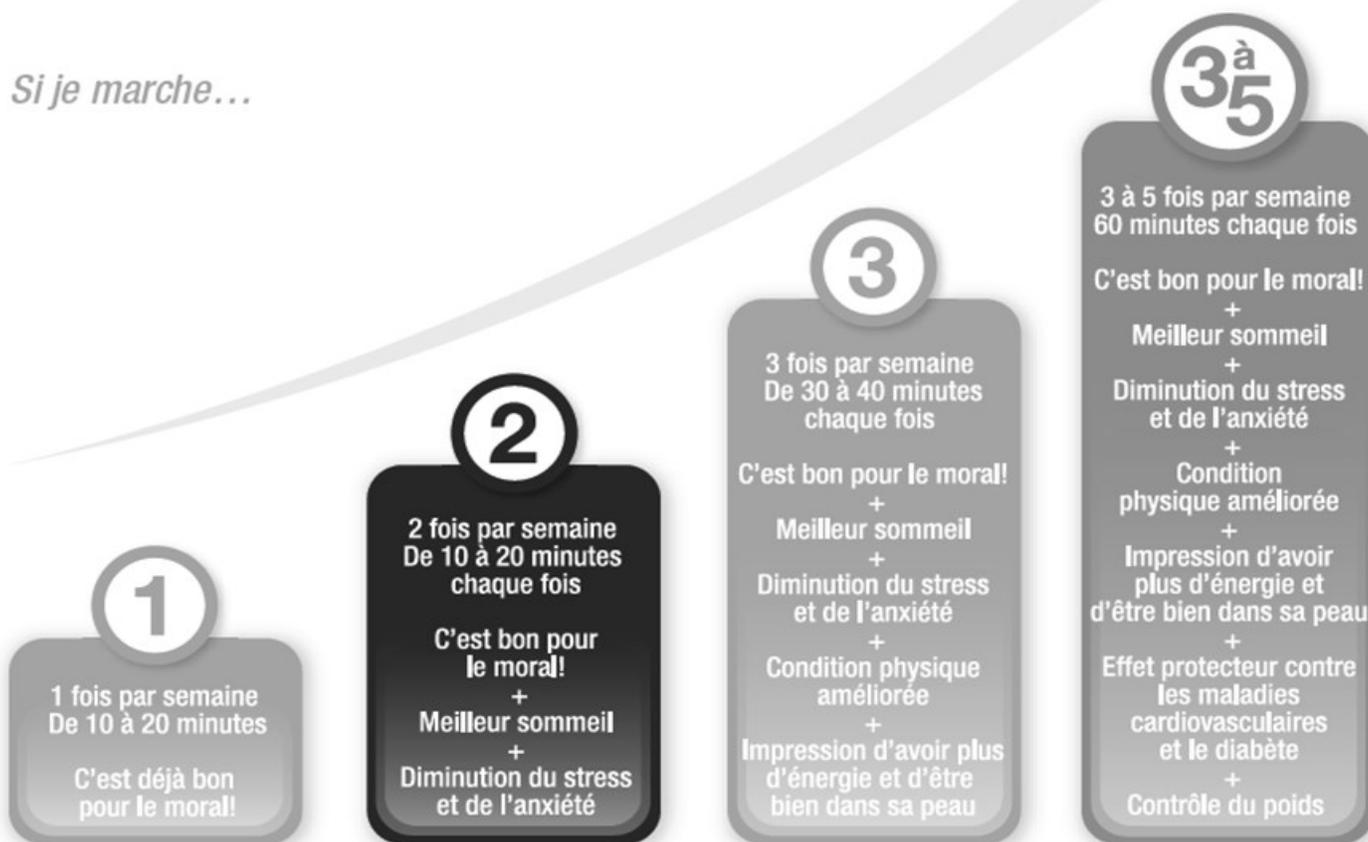
La marche fait partie de notre vie. C'est l'activité physique la plus naturelle, la plus accessible et la moins coûteuse qui soit. Elle est sécuritaire et facile à intégrer dans notre quotidien si l'on souhaite adopter et maintenir un mode de vie physiquement actif.

On sous-estime le pouvoir de la marche et ce, dès que nous marchons un minimum de 10 minutes continues !

# Des effets bénéfiques sur ma santé

La marche constitue un rempart efficace contre les maladies cardiovasculaires, l'obésité, le diabète, la démence, les cancers du côlon et du sein ainsi que la dysfonction érectile.

*Si je marche...*



**Il y a 96 quarts d'heure dans une journée....**

**Il est probablement possible d'en trouver 1 ou 2  
pour aller marcher !**

## Un nouveau service pour les aînés dans la Vallée de la Matapédia : Le travail de milieu

Depuis plus d'une dizaine d'années, partout au Québec, une nouvelle forme de services offerts aux aînés est en train de se développer. À la Maison des Familles de la Matapédia, c'est plus récemment que le virage a été pris pour offrir le service de travail de milieu auprès des personnes aînées.

Voici en quoi consiste mon rôle. Le travailleur de milieu vise deux problématiques principales : l'isolement et la maltraitance. Le but est donc de contrer l'isolement des aînés en favorisant la reconnexion avec les services offerts dans la région, et il y en a beaucoup! Du côté du dossier de la maltraitance, il y a beaucoup de sensibilisation à faire, afin de briser le tabou, de soutenir les aînés qui peuvent en être victimes, ainsi qu'aider les gens qui la font subir, parfois de façon bien involontaire! Je peux aussi accompagner les gens dans un processus de dénonciation, s'il y a lieu de le faire et si une personne le désire.

La particularité du travail de milieu, c'est surtout sa mobilité. Je me déplace à domicile pour rencontrer les gens qui le désirent pour offrir écoute, accompagnement, et soutien. Je le fais aussi pour animer des ateliers de sensibilisation et d'informations.

Si vous avez des questionnements ou des besoins, pour vous ou pour un proche, ou si vous êtes dans un mouvement qui œuvre auprès des aînés, et que vous avez un intérêt pour un atelier que je peux donner, ou que vous ignorez qui pourrait donner l'information sur un sujet qui vous intéresse... Ou pour tout autre renseignement, vous trouverez mes coordonnées dans les prochaines lignes!

Au plaisir de pouvoir vous rendre service! Ne vous gênez surtout pas!

Jany Michaud

Horaire : Lundi au jeudi 8 h à 16 h 30 et vendredi de 8 h à 12 h.

Téléphone : (418) 629-1241 ou (418) 629-4904

Par courriel : [soutiensocial.mdf@gmail.com](mailto:soutiensocial.mdf@gmail.com)



Jany Michaud  
Travailleuse de milieu auprès des aînés  
Maison des Familles de la Matapédia

---

### À VOTRE AGENDA

# DÉJEUNER DES CHEVALIERS DE COLOMB LE 25 NOVEMBRE 2018

Au centre communautaire de Saint-Damase

Adultes (12 ans et plus) : 8 \$

6 à 12 ans : 5 \$

Moins de 6 ans : gratuit

---



*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-Moise affilié au*



**CARREFOUR  
50 + du QUÉBEC**

Notre prochaine danse mensuelle  
Le dimanche 18 novembre à 13 h 30.  
Léger goûter servi.  
Francine Ouellet à l'animation

Visitez notre site  
Facebook :  
50 + de la Vallée.



### **CARTES DE MEMBRE 2019**



Disponibles dès le début  
novembre auprès de la  
direction du Club.

Pour les intéressés :  
Sous la supervision de  
Madame Suzie Boudreau  
La salle d'exercice est ouverte les mercredis  
en avant-midi de 10 h à 13 h.

# Danse de décembre

La danse du 16 décembre prochain  
sera suivie d'un souper buffet froid  
et d'une coupe de vin.

Places limitées à 70.

Réservez votre place auprès des membres du CA!

Billets 10 \$



### *Nos anniversaires du mois de novembre*

- 20 novembre      Raymonde Levasseur
- 24 novembre      Jean-Louis Smith
- 29 novembre      Jeannette St-Amand



## Pierre Raymond et Agathe Lavoie, bénévoles de l'année pour la municipalité de Saint-Moïse

Pour sa 12<sup>e</sup> année d'existence, la Fête des Moissons a réuni plus de 150 personnes qui ont célébré les accomplissements et les bons coups réalisés dans l'ensemble des municipalités matapédiennes.

La fête s'est déroulée à la salle municipale d'Albertville le 11 octobre dernier. Pour une huitième fois, l'événement a permis de souligner le travail de bénévoles dévoués à l'avancement de leur municipalité. C'est monsieur Pierre Raymond qui a été nommé bénévole de l'année pour la municipalité de Saint-Moïse, alors qu'Agathe Lavoie a été nommée bénévole de l'année dans la catégorie jeune.

Quand Pierre Raymond dit qu'il va faire quelque chose, vous pouvez être assuré qu'il va le faire, avec doigté, minutie et détermination. Le jour où il a dit qu'il allait relancer le journal l'Écho du sommet, qu'il y aurait 12 parutions par année, et que le journal redeviendrait la fierté de Saint-Moïse, peu de gens croyaient qu'il allait relever le défi. Et pourtant, tous peuvent témoigner aujourd'hui que la relance de l'Écho du sommet est une belle réussite, grâce en grande partie à Pierre Raymond. La clé de son succès? Sa grande disponibilité, son entregent, sa capacité d'écoute, sa détermination. Nous avons toujours besoin de modèle inspirant et Pierre en est un.

De son côté, Agathe Lavoie s'est impliquée durant toute l'année scolaire 2017-2018, 1 soir par semaine, à l'école primaire Sœur Rachel- Fournier de Saint-Moïse, pour enseigner aux jeunes participant à une chorégraphie de cheerleading qu'ils ont présenté lors du spectacle de fin d'année. Elle y a mis tout son cœur et a fait de cette activité une réussite. Elle compte d'ailleurs poursuivre pour 2018-2019.

Rappelons que le concours « Bénévole de l'année 2018 » avait pour objectif de souligner l'importance du bénévolat dans le développement de la communauté matapédiennne.

Voici les femmes et les hommes qui se sont distingués pour chacune des municipalités lors de la soirée :

- M. Alain Blanchette, Albertville
- M. Valère Gaudreault, Amqui
- Mme Lucienne Fournier, Causapscal
- M. Gilles St-Laurent, Lac-au-Saumon
- Mme Aurore Pilote, Saint-Alexandre-des-Lacs
- Mme Thérèse Soucy, Saint-Cléophas
- Mme Martine Lavoie, Saint-Damase
- Mme Georgette Beauchemin, Sainte-Florence
- Mme Sarah-Maude Poirier, Sainte-Irène
- Mme Colette Marquis, Sainte-Marguerite-Marie
- Mme Johanne Ouellet, Saint-Léon-le-Grand
- M. Pierre Raymond, Saint-Moïse
- Mme Reine Ross, Saint-Noël
- Mme Gisèle Perreault, Saint-Tharcisus
- Mme Aline Beaupré, Saint-Vianney
- Mme Lise Pronovost, Saint-Zénon-du-Lac-Humqui
- Mme Gisèle Smith-Gagnon, Sayabec
- Mme Madeleine D'Amours, Val-Brillant



## Place à la relève bénévole

La soirée a également permis de souligner la contribution de neuf Matapédiens et Matapédiennes de moins de dix-huit ans qui s'impliquent activement dans leur milieu. Ces jeunes constituent l'avenir de l'implication bénévole municipale.

Les neuf jeunes honorés sont :

Mme Camille Dumoulin, Causapscal  
Mme Valérie Thériault, Lac-au-Saumon  
Mme Camille Carrier, Saint-Damase  
Mme Mia Beauchemin, Sainte-Florence  
Mme Agathe Lavoie, Saint-Moïse  
Mme Sarah-Maude Morin, Saint-Noël  
M. Alaric Dubé, Saint-Tharcisus  
M. Tommy Duguay, Saint-Zénon-du-Lac-Humqui  
M. Justin Madore, Val-Brillant



La prochaine Fête des Moissons, qui aura lieu en octobre 2019, se tiendra à Saint-Damase.



Crédit photo : Marielle Guay

**MESSE  
ANNIVERSAIRE**

**M. LÉO MADORE**



**LE DIMANCHE  
11 NOVEMBRE**

**À 9 HEURES**

**À L'ÉGLISE DE  
SAINT-MOÏSE**

**AVIS DE DÉCÈS**

**M. Lionel Raymond, conjoint  
de Mme Imelda Daigle, est  
décédé le 8 octobre 2018 à  
Chateauguay**

**La célébration  
commémorative aura lieu à  
l'église de Causapscal le  
6 juillet 2019 à 10 h 30.  
La famille recevra les  
condoléances une heure  
avant la célébration.**

**DÉCÈS DE PAROISSIENS DE (OU ORIGINAIRES DE) SAINT-MOÏSE (2017-2018)**

OCTOBRE	M. Marius Picard M. Roland Fraser	JUIN	Mme Marie-Anne Picard
NOVEMBRE	M. Léo Madore	JUILLET	M. Lucien Lavoie
FÉVRIER	Mme Rita Dubé M. Camille Falardeau Mme Bibiane St-Amand	SEPTEMBRE	Mme Line Sirois Mme Thérèse Marin M. Jacques Gagné M. Jean-Pierre St-Amand
MARS	M. Antonio Michaud Mme Rita Morissette Mme Huguette Brochu		M. Éric Gagnon M. René Sirois M. Eugène Murphy

Fabrique de Saint-Moïse



# COIN DÉTENTE



## PENSÉES

Ce sont seulement nos penchants qui nous empêchent de rester debout bien droit pour faire face à la tension.

Les promesses grandissent quand elles sont élaborées mais prennent du poids seulement quand elles sont réalisées.

Une bonne réputation, tout comme un bon feu, doit être bien entretenue pour ne pas s'éteindre.

## DEVINETTES

Quelle est la différence entre un macho et un pêcheur?

Quelle est la différence entre une voiture et un dieu?

Comment nomme-t-on un squelette qui parle?

## BLAGUES

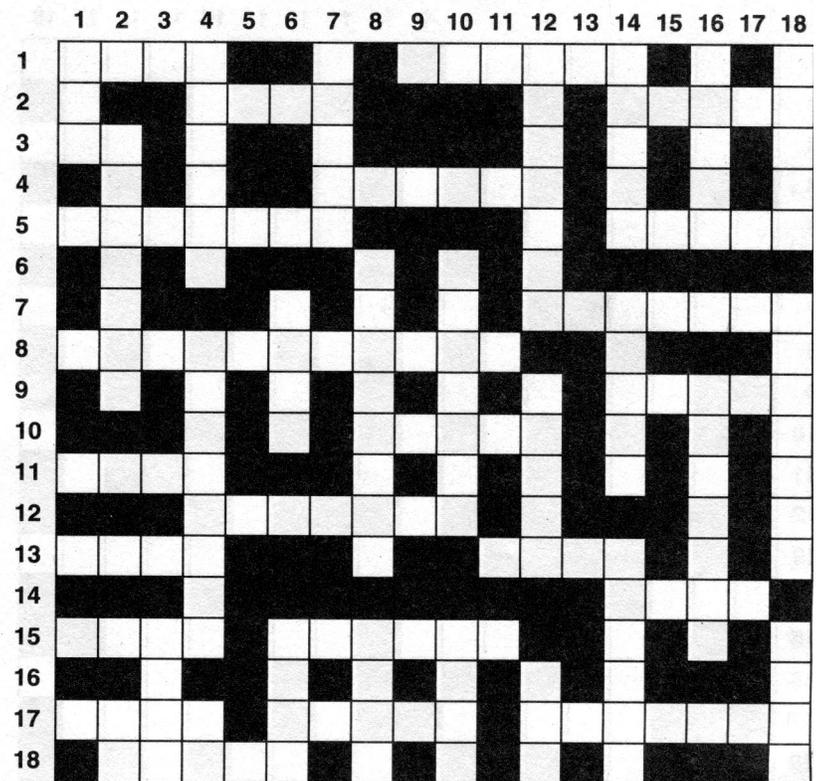
Depuis plusieurs mois, son dentiste est devenu son amant. Aujourd'hui, elle est assise dans la chaise basculante lorsque le médecin déclare :

- Chérie, je t'aime plus que jamais, mais notre aventure doit se terminer aujourd'hui!
- Pourquoi?
- Parce que je vais t'arracher ta dernière dent!
- Votre Honneur, je voudrais que vous laissiez sortir mon mari de prison. Il n'a plus que deux mois à faire.
- Est-ce un bon mari ? Pourquoi l'a-t-on condamné?
- Un bon mari? Il est paresseux, il me bat continuellement, il frappe les enfants et on l'a condamné parce qu'il volait des pains.
- Mais pourquoi voulez-vous que je le libère?
- Il ne nous reste plus de pain!

## ENTRECROISÉS

Indice : Bévüe

<b>2</b> Ac As Du	Drap Édom Haig Mail Muse Rial Rita Suif Tsar	Fluer Imago Sensa Smurf Sorex Sorel Ulsan Yenne	Laisse Sidéen	<b>8</b> Attraire Jongleur
<b>3</b> Ana Mot			<b>7</b> Carafon Lirette Luzerne Navrant Oiselet Relatif Répandu Tourner Trotter	<b>11</b> Conjoncture
<b>4</b> Ango Ardu Arum Avec Baud	<b>5</b> Antée Épris Espoo Essex	<b>6</b> Crypte Disney Écaler Impair		



Deux amis discutent devant un verre.

- Moi, ça va pas du tout. Ce matin, j'ai reçu une lettre de menaces d'un type qui va me tuer si je n'arrête pas de sortir avec sa femme.
- Tu n'a qu'à la laisser tomber !
- C'est ce que je voudrais faire...mais la lettre n'est pas signée.

# RÉPONSES DE LA PAGE COIN DÉTENTE

## DEVINETTES

Avez-vous déjà vu un macho se vanter d'en avoir pris une grosse?

Aucune, ils ont une vie d'ange tous les deux.

Des os parleurs.

## ENTRECROISÉS

## IMPAIR

La consommation problématique de substances, comme l'alcool, le cannabis et les opioïdes, est un enjeu important au Canada.

Bon nombre de jeunes font l'essai de substances, mais certains d'entre eux en consomment d'une façon néfaste pour eux et pour les autres. La prévention joue un rôle central dans la lutte contre ce problème.

Dans son rapport annuel, la D<sup>re</sup> Theresa Tam, Administratrice en chef de la santé publique du Canada, donne un aperçu de l'état de santé des Canadiens et examine la consommation problématique de substances chez les jeunes, en adoptant une approche axée sur la prévention.

Il est possible de lire le rapport **Prévenir la consommation problématique de substances chez les jeunes** à la page [Canada.ca/rapportACSP](https://Canada.ca/rapportACSP).



### 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



**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

## 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**



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



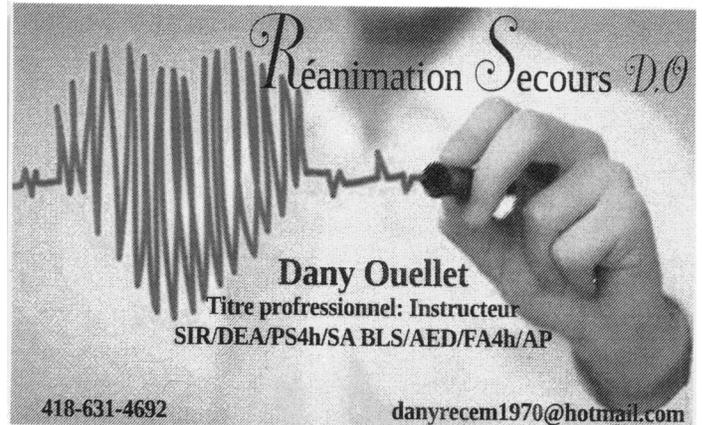
**MADONE GAGNÉ**

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](mailto:cpelenfantjoue@globetrotter.net)

[www.enfantjoue.com](http://www.enfantjoue.com) et

[www.bureaucoordonnateurdelamatapediaservicesdegardelenfantjoue.info](http://www.bureaucoordonnateurdelamatapediaservicesdegardelenfantjoue.info)



Québec



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**

**ASSITANCE ROUTIÈRE**

**MÉCANIQUE SPÉCIALISÉE**

**PNEUS 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](mailto:harveyetfils@globetrotter.net)



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

**Horaires : du mercredi au dimanche de 10 h à 19 h**

### Éleveur laitier, travaux à forfaits et Dénéigement

122, route Thjbeault  
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](mailto:jst-amand@globetrotter.net)



### MRC de La Matapédia

123, rue Desbiens, local 501

Amqui (Québec) G5J 3P9

Tél.: 418 629-2053

Téloc.: 418 629-3195

[administration@mrcmatapedia.qc.ca](mailto:administration@mrcmatapedia.qc.ca)

[www.mrcmatapedia.qc.ca](http://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](http://desjardins.com)

[@desjardins.com](mailto:@desjardins.com)

### Coiffure Geneviève



99, rue Principale  
Saint-Moïse

**581 624-2421**

Mardi, vendredi et samedi

Price

**418 775-3240**

Mercredi et jeudi