

L'ÉCHO DU SOMMET

Maï 2018



T-MOÏSE

S'UNIR
POUR GRANDIR



SOUPER BOEUF BRAISÉ

2 juin 2018

17 heures

Sous-sol de l'église de Saint-Noël

*Activité organisée par les
Chevaliers de Colomb
Conseil Tartigon 9985*

Adulte : 20 \$
5 à 10 ans : 8 \$
4 ans et moins : gratuit



**Francine
Ouellet
à l'animation**

Les billets sont en vente
auprès des membres des
Chevaliers de Colomb.
**VOUS POURREZ AUSSI
VOUS EN PROCURER À LA
PORTE LE SOIR MÊME.**

Bienvenue à tous!

Le Mot vert du mois « C'est l'été à l'Écosite de La Matapédia » MAI 2018

Bonjour à toutes et tous,

Une des premières preuves de l'arrivée prochaine de l'été dans notre région est le retour à l'horaire estival de votre Écosite de La Matapédia. À compter du 1^{er} mai, les 3 écocentres d'Amqui, Causapscal et Sayabec seront à votre disposition de 9h à 16h pour vous offrir un service de qualité !

L'Écocentre, c'est votre point de dépôt des matières résiduelles qui sont plus difficilement récupérables par la collecte porte-à-porte, soit par leur volume ou leur nature. Ça permet à une grande partie ces matières d'être valorisées dans le respect de l'environnement !

Parmi ces matières que vous pouvez apporter il y a, de façon non exclusive :

- les matériaux de construction;
- les métaux (aluminium, fer, cuivre, etc.);
- les encombrants (mobilier, électroménagers, etc);
- les appareils électriques et électroniques;
- les pneus (48 pouces et moins);
- les résidus domestiques dangereux (Peinture, teinture, batteries, etc.);
- les résidus verts tels les branches. Les feuilles et le gazon coupé peuvent être apportés au printemps et à l'automne;
- plus encore!

Assurez-vous de **trier vos matières** avant de les apporter et de **bien sécuriser votre chargement** afin d'éviter de perdre des morceaux en chemin.

Si vous êtes un résident de La Matapédia, profitez gratuitement de vos 3 écocentres situés aux adresses suivantes :

- **Amqui** : 32, rang St-Paul
- **Causapscal** : 305, rue Cartier
- **Sayabec** : 14, route Rioux

Pour des informations supplémentaires concernant les heures d'ouverture, les matières acceptées et les procédures, visitez le www.ecositedelamatapedia.ca ou téléphonez au 418 629-4224.



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

À la prochaine !

Vincent Dufour, coordonnateur en gestion des matières résiduelles

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



TROUSSE D'URGENCE

Avoir une trousse d'urgence à la maison est important.

Elle doit contenir suffisamment d'articles pour permettre à votre famille de subsister pendant les 3 premiers jours d'un sinistre.

Tenez à jour une liste des médicaments d'ordonnance et des documents importants de la famille.

Placez votre trousse d'urgence dans un endroit facilement accessible. Vérifiez annuellement son contenu. Remplacez au besoin les piles et les réserves d'eau.

N'oubliez pas votre animal de compagnie. Prévoyez pour lui aussi, de l'eau, de la nourriture, des médicaments (au besoin), laisse et collier, cage de transport, etc.

Le citoyen est le premier responsable de sa sécurité.

Calendrier des collectes



recyclables



ordures



organiques

Mai						
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		2

Juin						
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

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

PROCHAINE RÉUNION DU CONSEIL MUNICIPAL

4 JUIN

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

Nadine Beaulieu, secrétaire-trésorière

COLLECTE DE GROS REBUTS

Mardi **29 mai** 2018

(Principale, Église, Fraser, route 297, HLM, de la Montagne, Plateau, Kempt)

Jeudi **31 mai** 2018

(route132, Melucq, Paradis, Thibeault, rang 1 et 2)

**Les sacs à ordures contenant des déchets domestiques
ne seront pas ramassés**

PRODUITS COLLECTÉS

- Meubles (divan, chaise, table, fauteuil)
- Électroménagers (cuisinière, réfrigérateur, congélateur)
- Matelas
- Tapis
- Meubles de patio
- Appareils ménagers
- Toilette, lavabo, chauffe-eau, évier

PRODUITS NON COLLECTÉS

- Cendres
- Feuilles
- Déchets domestiques non recyclables
- Toutes matières pouvant être compostées
- Débris de construction
- Pièces automobile
- Pneus
- Tout matériel en vrac

S.V.P. Veuillez les déposer au bord du chemin la veille.

Merci

La Croix-Rouge vous recommande de conserver une trousse d'urgence à votre domicile et de garder à portée de la main suffisamment de provisions pour subvenir aux besoins de votre famille pendant au moins 72 heures. En prenant dès maintenant le temps de faire des réserves d'aliments, d'eau et d'autres provisions d'urgence, vous serez en mesure de subvenir aux besoins de votre famille entière. Vous trouverez ci-dessous une liste de recommandations quant au contenu de votre trousse d'urgence à la maison. Prenez soin de faire l'inventaire de votre trousse tous les ans et d'en renouveler le contenu après chaque utilisation.



La liste suivante peut vous aider à assembler une trousse en bonne et due forme et vous assurer d'être bien préparé.

- De l'eau
- De la nourriture (non périssable)
- Un ouvre-boîte manuel
- Une lampe de poche à manivelle ou alimentée par piles et des piles de rechange
- Des doubles des clés des voitures et de la maison
- Une trousse de premiers soins
- De l'argent en petites coupures
- Des articles pour les besoins particuliers (médicaments, préparation pour nourrisson)
- Des articles d'hygiène personnelle
- Les documents importants de la famille (copies des actes de naissance et de mariage, passeports, permis, testaments, actes de propriété et assurances)
- Une copie de votre plan d'urgence

Autres articles possibles

- Des vêtements et des chaussures de rechange pour chaque personne
- Des bâches en plastique
- Des ciseaux et un canif
- Un sifflet
- Du désinfectant pour les mains
- De la nourriture et des médicaments pour les animaux de compagnie
- Des sacs à ordures et des attaches
- Du papier hygiénique
- Un outil polyvalent ou des outils de base (marteau, clé, tournevis, etc.)
- Du ruban adhésif en toile
- Un sac de couchage ou une couverture pour chaque personne

Il importe d'entreposer ces réserves au même endroit dans un sac solide et facile à transporter en cas d'urgence, comme un sac à dos. Vous pouvez vous procurer une trousse sur le site magasiner.croixrouge.ca.

Trousse de préparation d'urgence pour véhicule

Une urgence peut survenir à n'importe quel moment, même lorsque vous êtes en voiture. Si vous êtes pris dans votre véhicule pendant une période prolongée, soyez prêt à aider les membres de votre famille et vous-même. Outre les articles inclus dans votre trousse de préparation aux catastrophes, il est recommandé de garder les objets suivants dans votre auto :

- | | | |
|--|---|--|
| <input type="checkbox"/> De l'eau | <input type="checkbox"/> à manivelle ou | <input type="checkbox"/> Des câbles de |
| <input type="checkbox"/> De la nourriture (non périssable) | <input type="checkbox"/> alimentée à piles et | <input type="checkbox"/> démarrage |
| <input type="checkbox"/> Une couverture | <input type="checkbox"/> des piles de rechange | <input type="checkbox"/> Du sable, du sel ou de la litière pour chat |
| <input type="checkbox"/> Des vêtements et des chaussures de rechange | <input type="checkbox"/> Des cartes routières | <input type="checkbox"/> Une pelle et un grattoir |
| <input type="checkbox"/> Une lampe de poche | <input type="checkbox"/> Des fusées éclairantes | <input type="checkbox"/> Du dégivreur (méthanol) |
| | <input type="checkbox"/> Des gants de travail | |
| | <input type="checkbox"/> Du lave-glace | |

Activités à venir...



Les activités que vous trouvez dans cette section sont ouvertes pour l'ensemble de la population. N'hésitez pas à participer aux activités dans les villages avoisinants, les membres des comités organisateurs se feront un plaisir de vous accueillir!

- Soirée avec Line Morin, organisée par l'association sportive de Saint-Damase, le 11 mai à 21h, à la salle communautaire de **Saint-Damase**. Coût d'entrée 5\$
- Déjeuner de la fête des Mères, 13 mai, à la salle communautaire de **Saint-Damase**
- Soirée de danse des 50 ans et + de Saint-Damase, le 13 mai à 20 h, à la salle communautaire de **Saint-Damase**
- Vente de garage de la Fabrique de **Saint-Noël**, centre communautaire de Saint-Noël, le 19 mai de 9 h à 15 h
- Danse du club des 50 ans et + de Saint-Moïse, le 20 mai, au centre communautaire de **Saint-Moïse**
- Boeuf et porc braisé, organisé par les chevaliers de Colomb, le samedi 2 juin à 17 h, sous-sol de l'église de **Saint-Noël**
- Danse du club des 50 ans et + de Saint-Noël, le 3 juin à 20h, au sous-sol de l'église de **Saint-Noël**
- Danse du club des 50 ans et + de Saint-Damase, le 10 juin à 20 h, à la salle communautaire de **Saint-Damase**
- Porte ouverte à la bibliothèque de **Saint-Noël**, le 16 juin à 15 h 30 à 17 h, dans le cadre du mois des familles, bienvenue aux petits et grands.
- Soirée familiale organisée par les loisirs de Saint-Noël inc, le 16 juin à 17h, dans le cadre du mois des familles, balle molle et cinéma en plein air au programme, au centre des loisirs de **Saint-Noël**.
- Déjeuner de la fête des Pères organisé par les fermières de Saint-Damase, le 17 juin à la salle communautaire de **Saint-Damase**
- Ouverture des terrains de jeux, le 25 juin pour les municipalités de **Saint-Damase, Saint-Noël et Saint-Moïse**
- Journée estivale de l'association sportive de Saint-Damase, le 30 juin. Activité pour tous, venez encourager le comité à la salle communautaire de **Saint-Damase**

Association Sportive de Saint-Damase

L'ASSOCIATION SPORTIVE DE SAINT-DAMASE ORGANISE

Soirée avec Line Morin

11 MAI 2018

À LA SALLE COMMUNAUTAIRE DE SAINT-DAMASE, DÈS 21 H

COÛT D'ENTRÉE : 5 \$

KARAOKÉ DURANT LA SOIRÉE

LES MAMANS À L'HONNEUR, UN CERTIFICAT CADEAU D'UNE VALEUR DE 80 \$ OFFERT PAR ROXANNE D'ASTOUS PHOTOGRAPHE SERA TIRÉ PARMIS LES MAMANS PRÉSENTS LORS DE LA SOIRÉE.

CETTE PUBLICITÉ EST UNE PRÉSENTATION DE CAISSE DE MONT-JOLI-EST DE LA MITIS

Desjardins
Caisse de Mont-Joli-
Est de La Mitis

Conduire un vélo en toute sécurité

L'usage de la bicyclette est un excellent moyen de conserver sa bonne forme physique. Les gens du troisième âge semblent l'avoir bien compris puisqu'on note une forte augmentation du nombre d'adeptes de ce sport. La sécurité à bicyclette commence par le respect du Code de la sécurité routière et par l'adoption de comportements préventifs. Être à l'écoute de l'environnement, s'assurer de voir et d'être vu, prévoir les dangers, tout cela est très important!

Le Code de la sécurité routière oblige notamment les cyclistes :

- >>> à respecter la signalisation routière;
- >>> à rouler dans le même sens que les automobiles et à l'extrême droite de la chaussée;
- >>> à signaler leurs intentions au moyen du code gestuel approprié;
- >>> à circuler à la file s'ils sont en groupe;
- >>> à munir leur bicyclette de l'équipement de visibilité obligatoire.

Par contre, le code interdit notamment aux cyclistes :

- >>> de circuler sur un trottoir;
- >>> d'utiliser des écouteurs.



Aimez-vous acheter de produits usagés sur Internet ou courez-vous les ventes

Soyez informé des risques potentiels et posez des questions pour vous assurer que vos trouvailles sont sécuritaires. Vous devriez éviter les articles qui :

- sont interdits, tel que les marchettes pour bébés et les dispositifs d'appui pour les biberons.
- sont endommagés
- n'ont pas d'étiquette ou d'instructions.

Certains produits usagés peuvent être dangereux même s'ils semblent inoffensifs. Redoublez de prudence plus particulièrement lorsque vous achetez des **articles pour enfants**, tels que : des lits superposés, des sièges d'auto pour enfants, des bijoux pour enfants, des vêtements de nuit pour enfants, des parcs pour enfants, lits d'enfant, berceaux et moïses. poussettes et landaus

Tenez-vous au courant des rappels

Pour savoir si un produit a été rappelé, vous pouvez communiquer avec le détaillant ou le fabricant ou consulter les récents [rappels et avis de sécurité](#)

Pour obtenir plus de renseignements visitez :

<https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/achat-produits-usages.html>

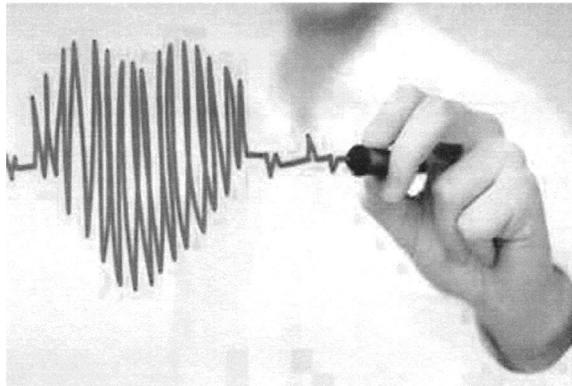
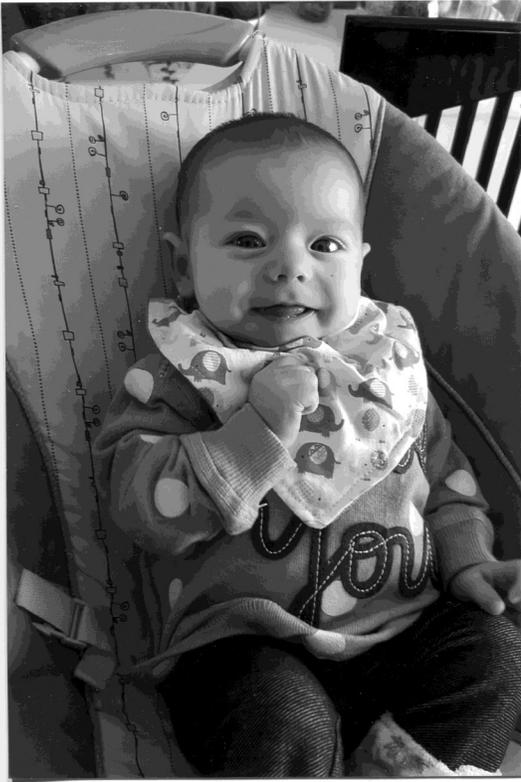
BAPTISÉE à St-Moïse

1er avril 2018

Jade Sirois

4 mois

Fille de Julien Sirois et Jessie Fillion



Réanimation Secours D.O

Cours offerts :

- Cardio secours ;
- Soins immédiats ;
- RCR ;
- Gestion allergies sévères
- Premiers secours
- Héros en 30



Formation offerte à :

- Garderie familiale et petite enfance;
- Professionnels de la santé;
- Milieu scolaire;
- Toute la population
- Tous les cours sont adaptés au besoin de la clientèle



Coordonnées :

Dany Ouellet, Instructeur en SIR/DEA/PS4h/SA

Bureau : 418-629-6200 # 6726

Cellulaire : 418-631-4692

Courriel :

danyresem1970@hotmail.com



*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

EN BREF

Votre prochaine danse est le dimanche 20 mai à 13 h 30.

Bienvenue à tous les résidents.

Pour les membres, vous devriez recevoir votre revue AGIR vers la mi-mai.

L'assemblée générale annuelle du Carrefour se tiendra cette année à Rivière-du-Loup le 25 mai prochain.

Le rassemblement annuel des 50 ans et plus : Le rendez-vous sera le 1^{er} juin prochain à Matane.



Pratique de jeux

Le mardi à 13 h



à la salle
Municipale
au sous-sol
**Bienvenue
à tous!**

Un gros merci aux gens de Saint-Moïse qui sont venus assister au spectacle des 5 chorales le 8 avril dernier à Amqui. Ce fut un franc succès et 4 100 \$ ont été amassés au bénéfice des Amirams de la Vallée et de la Fondation Héritage 2000.

Pour les membres, sachez que vous avez droit à un escompte de 5 % jusqu'à concurrence de 50 \$ sur les forfaits en autocar de Voyages Daniel que vous pouvez joindre au 418 722-6153.

Visitez notre site Facebook :

50 + de la Vallée.



Nos anniversaires du mois de mai...

- 4 mai *Monique Turcotte*
- 8 mai *Marie-Reine Paradis*
- 12 mai *Pierre Harvey*
- 23 mai *Marie-Paule Althot*
- 25 mai *Claude Gagnon*
- 31 mai *Diane Richard*





Les troubles de l'alimentation sont de plus en plus répandus. La boulimie, plus particulièrement, se définit comme étant une perte de contrôle totale durant laquelle la personne mange une importante quantité de nourriture très rapidement. Les aliments choisis sont généralement très caloriques. Suite à cet épisode, le remord et la honte prennent le dessus, souvent accompagnés de douleurs à l'estomac. La personne se fait alors vomir ou a recours à des produits pour éliminer le plus vite possible les calories absorbées (laxatifs, purgatifs...). D'autres feront des séances d'exercices jusqu'à épuisement total.

Ce trouble apparaît vers la fin de l'adolescence et le début de l'âge adulte. Chez les adolescentes de race blanche provenant d'une famille de la classe moyenne ou supérieure, le pourcentage de filles atteintes est d'environ 2 %. Pour 10 personnes atteintes, 8 seront des femmes, pour seulement 2 hommes. De plus, 30 à 50 % des personnes atteintes ont un problème mixte anorexie-boulimie.

Les personnes souffrant de boulimie sont obsédées par la peur de grossir. Leur état est souvent plus long à être diagnostiqué puisqu'il n'y a pas, habituellement, de perte de poids notable. Contrairement aux personnes anorexiques, elles sont conscientes de leur état. Cependant, elles trouvent leur conduite méprisable et s'emploient à la cacher à tous les gens de leur entourage.

Symptômes

La boulimie est une maladie mentale. La personne boulimique est souvent issue d'un milieu familial perturbé avec antécédents de troubles dépressifs et/ou anxieux. Les adeptes de régimes à répétition peuvent être plus susceptibles d'être touchés. L'absorption d'alcool ou de drogue peut aussi favoriser les crises. Il est important de faire la nuance entre de simples régimes, une crise boulimique et la boulimie. Habituellement, dans un régime, on se fixe un objectif ou un poids cible qu'on désire atteindre. La personne boulimique veut maigrir le plus possible, sans limite. De plus, pour un diagnostic de boulimie, il faut qu'il y ait récurrence des crises boulimiques. On parle de 2 à 3 crises par semaine, durant 3 mois. Voici quelques questions qui pourraient aussi vous aider à déterminer si quelqu'un souffre de boulimie :

Est-elle dépressive ?

Fait-elle des crises d'anxiété (panique, phobie sociale...) ?

A-t-elle une tendance hyperactive ou alors un épuisement facile ?

S'isole-t-elle pour manger ? Sinon, est-il possible qu'elle se rende à la toilette durant de longs moments à la suite des repas ?

Souffre-t-elle de toxicomanie ?

Présente-t-elle des signes d'automutilation ?

Si vous avez répondu « oui » à plusieurs de ces questions, il est probable que la personne concernée ait besoin d'aide.

Traitement

Une fois que la boulimie est diagnostiquée, on entame généralement une psychothérapie. Des médicaments antidépresseurs sont souvent prescrits pour diminuer les carences alimentaires et l'alimentation compulsive. L'hospitalisation est rarement requise. Les patients y sont traités par le travail conjoint d'un psychiatre et d'une diététiste afin que la personne retrouve des habitudes alimentaires normales et une perception juste de leur corps. Le processus de guérison est difficile et le soutien de l'entourage peut être d'une grande aide durant la démarche.

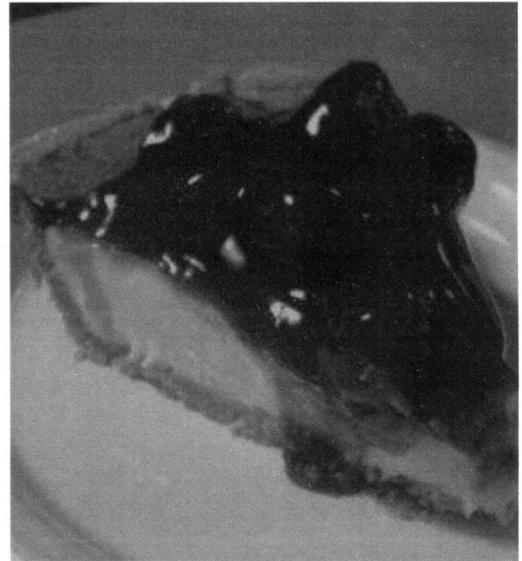
Pour plus d'informations : Association canadienne pour la santé mentale www.cmha.ca

Tartes faciles et délicieuses

Tarte magique au fromage garnie aux cerises

- 1 paquet (250 g) de fromage à la crème Philadelphia ramolli
- 1 boîte de lait concentré sucré Eagle Brand
- 50 ml (1/4 de tasse) de jus de citron
- 5 ml (1 c. à thé) de vanille
- 1 croûte de tarte de 23 cm (9 po) aux brisures de biscuits Graham
- 1 boîte de 19 onces de garniture pour tarte aux cerises, refroidie

Dans un grand bol, battre le fromage à la crème jusqu'à consistance veloutée. Ajouter le lait Eagle Brand en remuant à fond. Incorporer le jus de citron et la vanille. Verser dans la croûte. Réfrigérer 3 heures. Couronner selon le goût de garniture pour tarte avant de servir. Garder au réfrigérateur.



Tarte aux flocons de maïs

Croûte

- 4 tasses de céréales Corn Flakes
- 1/2 tasse de sucre blanc
- 1/2 c. à thé de cannelle
- 1/4 de tasse de beurre

1

Bien mélanger ces 4 ingrédients et étendre dans le fond et autour de l'assiette à tarte de 9 pouces.



Garniture

- 1/2 tasse de sucre blanc
- 1/3 de tasse de farine
- 4 jaunes d'œufs
- 2 tasses de lait
- Un peu de sel

2

- 1 c. à thé de vanille

Bien mélanger le sucre et la farine dans une casserole. Ajouter les jaunes d'œufs, le lait et le sel. Cuire jusqu'à épaississement en brassant continuellement. Ajouter la vanille après cuisson. Verser dans la croûte.

Meringue

- 4 blancs d'œufs
- Un peu de sel
- 8 c. à thé de sucre
- 1/4 de c. à thé de vanille

3

Monter les blancs d'œufs en neige avec le sel, le sucre et la vanille. Mettre sur la garniture et mettre au four à 325°F jusqu'à ce que le dessus soit doré. Réfrigérer au moins 4 heures.

Merci à Émilienne Harvey



Félicitations!

Mme Rose Harton a eu 100 ans le 2 avril 2018 .

Elle réside à la résidence Brigitte Paquet de St-Moise.

Native de Padoue, ses enfants Denise, Nicole et Lise Jean ont célébré son anniversaire à la maison familiale de Padoue.



On ne peut pas consacrer la première partie de sa vie à préparer la seconde et passer celle-ci à regretter la première.



COIN DÉTENTE



PENSÉES

La meilleure façon d'obtenir l'approbation des autres consiste à ne jamais leur demander.

Un rêve tout nu s'appelle utopie; un rêve déguisé s'appelle illusion; mais un rêve bien vêtu s'appelle la réalité.

L'être qui ne cultive que des sentiments superficiels récolte, tôt ou tard, les fruits amers de l'indifférence.

DEVINETTES

Qu'est-ce qu'une luciole qui a pris du Viagra?

Pourquoi les blondes prennent la pilule?

Qu'est-ce qui est poilu, humide à l'intérieur, et dur à pénétrer?

BLAGUES

Pendant qu'elle se baladait dans la rue, une belle jeune femme se rend compte qu'elle est suivie depuis 20 minutes par un beau jeune homme. Troublée et après quelques instants de réflexions, elle se retourne et dit au jeune homme : Tout de même monsieur, vous n'allez pas me suivre jusque chez moi, au numéro 21 de la rue St-Joseph, au 3^{ième} étage chambre 305, la 5^{ième} porte au fond à droite après l'ascenseur...

La maman d'Émilie n'est pas contente. Regarde, le lait a débordé, je t'avais pourtant demandé de regarder ta montre. Mais je l'ai fait, il était exactement 8 h 10 quand le lait a débordé !

Une mère dit à son garçon : N'oublie pas que nous sommes sur terre pour travailler. Et le garçon de répondre : Alors moi, plus tard je serai marin !

MOTS CACHÉS THÈME : L'investissement 6 lettres cachées

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

A	Déposer	Intérêt	Revenu
Actif	Dette		Risque
Année	Dollar	L	
Avenir		Limite	S
	E	Net	Science
B	Entreprise		Secteur
Bilan	Épargne	Optimiser	Service
Bourse	Équilibre		Stratégie
	F	P	
C	Fiscal	Paiement	T
Capital		Plan	Taux
Cas		Prêt	Technologie
Ciblé	H	Prix	
Crédit	Hausse	Profil	V
			Valeur
D	I	R	
Décision	Impôt	Réer	
Déduire	Indice	Rente	

RÉPONSES DE LA PAGE COIN DÉTENTE

DEVINETTES

Un néon.
Pour savoir quel jour on est!
Une noix de Coco.

MOTS CACHÉS

ARGENT

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.



Maison à vendre

12 rue Fraser

Saint-Moïse

Pour information :

Pierre Raymond,

Tél. 418 776-5254

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

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.

TOILETTAGE CANIN



TONTE

COUPE DE GRIFFES

BAIN

Nadine Beaulieu

60 rue Principale, Saint-Moïse

418-776-2106 / 418-631-9771

prenez rendez-vous



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

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

ASSITANCE 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



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



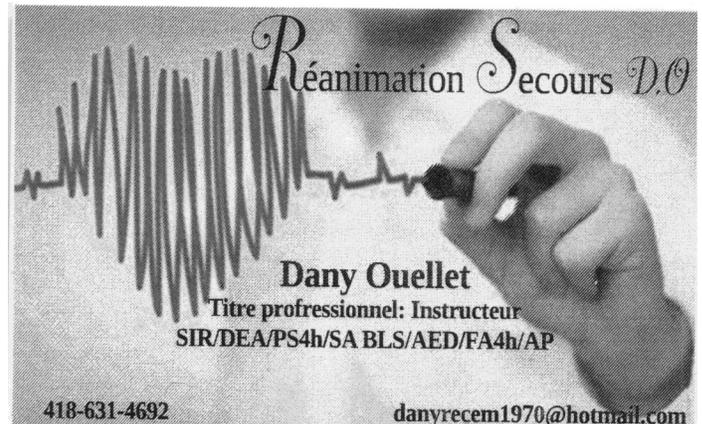
MADONE GAGNÉ

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

danyresem1970@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



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 Déneigement

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



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