

L'ÉCHO DU SOMMET

Septembre 2018



Bon début d'année scolaire à tous les élèves et enseignants!



L'automne débute le 22 septembre

Bonjour à toutes et tous,

Depuis l'instauration du bac brun en 2015, vous nous avez fait part de vos techniques aussi variées qu'ingénieuses de gérer vos matières organiques à la maison! Voici une brève liste des méthodes répertoriées :

En vrac

Mettre les matières en vrac dans un mini bac, un seau ou directement dans le bac roulant. Se marie bien avec la technique 'de la lasagne', c'est-à-dire mettre en alternance compost et journaux, limitant ainsi les nuisances d'odeurs et de mouches. Certains ajoutent au bac des feuilles de rhubarbe, insecticide naturel, pour éloigner les mouches.

Papier journal et sacs en papier

Mettre du papier journal dans un bac, un seau ou directement sur le comptoir afin d'en faire une papillote avant d'en disposer. On peut aussi acheter ou confectionner des sacs en papier. Ça permet de gérer facilement et sans risque de dégât vos matières organiques.

Sac de plastique compostable

Les sacs de plastique compostables sont pratiques pour limiter les odeurs et les mouches. La gestion est aussi simple que pour les sacs poubelles. ATTENTION! Pour être acceptés, les sacs doivent avoir la mention et le logo «COMPOSTABLE».

Boîte en carton

Nombreux sont ceux qui utilisent des boîtes de céréales, biscuits ou autres pour déposer les matières organiques. Une gestion simple et sans dégât!

Au congélateur

Mettre dans un contenant au congélateur (souvent un pot de crème glacée) les restes alimentaires afin d'en disposer dans le bac roulant la veille de la collecte. Une solution simple, qui nécessite cependant d'avoir l'espace au congélateur!

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

Site web : www.ecoregie.ca

Courriel: matresi@matapedia.qc.ca

Tél. : 418 629-2053, poste 1138



**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 (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



Le 22 août dernier, la municipalité a reçu l'annonce par le Ministère des Transports, de la mobilité durable et de l'Électrification des transports, que le projet d'asphaltage du chemin Kempt sera subventionné pour un montant de 950 000,00\$. Les travaux vont débuter sous peu.

Suite aux incidents survenus cet été sur la route 132 et la route 297, le conseil municipal a sollicité auprès du Ministère des Transports une rencontre pour trouver des solutions afin d'améliorer la sécurité des citoyens et usagers sur le réseau routier. Cette rencontre sera tenue au cours du mois de septembre.

Bientôt, vous pourrez voir à l'extrémité ouest du territoire le panneau d'accueil de la MRC de La Matapédia, celui de la municipalité sera relocalisé plus près du village.

AVIS À LA POPULATION

La réunion du conseil municipal d'octobre 2018 sera déplacée le **mardi 9 octobre** à cause de la tenue des élections provinciales le lundi 1^{er} octobre.

BUREAU MUNICIPAL FERMÉ la semaine du 16 septembre 2018

Calendrier des collectes



recyclables



ordures



organiques

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						

Octobre

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			

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

PROCHAINE RÉUNION DU CONSEIL MUNICIPAL

9 OCTOBRE

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

Nadine Beaulieu, secrétaire-trésorière

COLLECTE DE GROS REBUTS**Mardi 11 septembre 2018**

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

Mercredi 12 septembre 2018

(route 132, 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

PRODUITS NON COLLECTÉS

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

Pour tous les autres produits, vous pouvez les apporter à l'Écosite de Sayabec.

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

ÉCOSITE SAYABEC

14 route Rioux 418-629-4224

Heures d'ouverture **9h00 à 17h00**

Consultez l'horaire avant de vous présenter

PRODUITS ACCEPTÉS À L'ÉCOSITE

- Pneus usagés (49 pouces ou moins)
- Meubles et électroménagers
- Briques, terre non contaminée, ciment, roche
- Bois : peinturé ou teint, palette, etc.
- Tous genres de verre, plastique, papier, carton
- Fer et métaux divers
- Matériaux de construction, bardeau d'asphalte
- Peinture, huile, batterie
- Arbre, branche d'arbre
- Toutes autres matières sèches

PRODUITS NON ACCEPTÉS À L'ÉCOSITE

- Cendres
- Feuilles
- Déchets domestiques non recyclables
- Toutes matières pouvant être compostées

Terrain de Jeux Saint-Moïse Été 2018

Équipe de travail 2018

Municipalité : Nadine Beaulieu
Association pour l'avenir de Saint-Moïse : Denise Minville
Personne ressource : Joyce Poirier
Coordonnateur en loisir intermunicipal : Mathieu Morin
Animatrice : Marie-Pier Thibeault et Alicia Elizabeth Pineault

Formation

Toutes les monitrices ont été formées lors de la formation offerte par l'URLS à Mont-Joli en juin 2017 et 2018. Le coordonnateur en loisirs a aussi fait une rencontre avec l'équipe de monitrices afin de leur donner quelques stratégies et outils de travail en plus d'avoir leur avis sur la programmation pour l'été 2018.

Nombre de jeunes fréquentant le terrain de jeux

17 jeunes inscrits au terrain de jeux de Saint-Moïse

Les sorties :

Les terrains de jeux de Saint-Moïse, Saint-Noël et Saint-Damase ont collaboré afin de partager les mêmes sorties et ainsi séparer les frais d'autobus et les coûts des sorties.

Semaine 1 : Accueil et intégration

Semaine 2 : Visite à Saint-Damase : Chocolaterie Belle Jade et Jeux d'eaux

Semaine 3 : Activité Aster Sayabec : Planétarium et lancement de fusée

Semaine 4 : Visite à Saint-Noël : Course en couleurs et jeux gonflables

Semaine 5 : Base de Plein Air

Semaine 6 : Parc Beauséjour et Cinéma Lido

Semaine 7 : Visite à Saint-Moïse : Jeux et Visite de la ferme « Au pays des merveilles »

Bilan 2018

Le terrain de jeux 2018 a été apprécié de tous, nous avons eu plusieurs bons commentaires. Les enfants et les monitrices ont apprécié la programmation et les parents sont aussi satisfaits. Avec de bonnes activités planifiées et organisées, les journées de visite entre les municipalités s'avèrent un succès et peu coûteuses. Les sorties à l'extérieur sont aussi appréciées. En plus des sorties, les jeunes ont pu participer aux activités suivantes :

Bacs thématiques durant l'été (URLS) Initiation à l'Escrimes (URLS)

Valise de livres offerte par COSMOSS

Sensibilisation de sécurité à vélo (Véloroute)

Conférence et atelier sur les matières résiduelles





Irvin Blais en vedette vendredi le 5 octobre à l'église de Saint-Damase

Saint-Damase, 30 août 2018 – La Fabrique de Saint-Damase est fière d'inviter la population à un spectacle-bénéfice mettant en vedette un artiste dont la réputation n'est plus à faire, Irvin Blais. Le spectacle aura lieu le vendredi **5 octobre, dès 20 h, à l'église de Saint-Damase**. C'est la sixième édition de ce spectacle bénéfique, qui avait attiré par le passé François Léveillée, Laurence Jalbert, Paul Daraïche, l'humoriste Jean-Claude Gélinas et Marie-Denise Pelletier.

Irvin Blais promène sa musique country depuis 2003. De ville en village, l'auteur, compositeur et interprète a parcouru 1 500 000 kilomètres à la rencontre de son public qu'il chérit et qui le lui rend bien. Plus de 650 000 personnes l'ont applaudi à ce jour aux quatre coins du Québec et dans les provinces franco-canadiennes. Véritable phénomène, Irvin poursuit sa lancée avec ses onze albums et sa première compilation de succès, survol éloquent d'une carrière fructueuse. Sa musique, influencée par plusieurs légendes du country, est accessible et... contagieuse. Incontournable, sa renommée dans le domaine de la chanson country n'est plus à faire.

On peut se procurer des billets en prévente au coût de 35 \$ chez Alimentation Saint-Damase, au Dépanneur Berger ainsi qu'à la pharmacie Familiprix de Sayabec, à Ma Cabane en Gaspésie à Mont-Joli et auprès des membres du comité de la Fabrique. Les billets seront aussi disponibles le soir de l'événement, au coût de 40 \$. Tous les profits de cette soirée serviront à financer les travaux de restauration de l'église. À noter que plus de 425 000\$ ont été amassés par le milieu entre 2013 et 2018 pour réaliser des travaux qui ont coûté plus de 1 100 000\$ jusqu'à maintenant.



L'activité culturelle mystère de retour pour les Journées de la culture

- L'activité aura lieu le **samedi 29 septembre**.
- Le point de ralliement est le suivant : **Gare patrimoniale/Maison de la culture de Sayabec**
- Le rendez-vous est donné à **13 h 30**. Soyez en retard à vos risques et périls!
- La personne invitée est **originaire du Bas-Saint-Laurent**.
- Sa voix a été entendue par plus de **75 millions de personnes** partout dans le monde.
- L'activité nous fera explorer plusieurs disciplines ou domaines : **musique, chant, cinéma, théâtre, jeu vidéo**, etc.
- Le dénominateur commun de tout ça : **la voix humaine!**

SOURCE :



POUR S'ABONNER À L'INFOLETTRE DU CERCLE CULTUREL :
<http://www.mrcmatapedia.qc.ca/infolettre.html>

Ça pique votre curiosité? Réservez votre samedi après-midi le 29 septembre et soyez là pour vivre une belle découverte culturelle et artistique!

L'activité est organisée par la MRC de La Matapédia en partenariat avec la Caisse Desjardins Vallée de la Matapédia, la fabrique de Sayabec, la Gare patrimoniale/Maison de la culture de Sayabec, Diffusion Mordicus et MLG Graphiste.

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 GARAGE après la messe de 9 h le dimanche 16 septembre.

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!



Desjardins
Caisse de Mont-Joli-Est
de La Mitis

Merci à Desjardins!

**Nous apprécions les dons
pour la fournaise et la loterie.**

La Fabrique de Saint-Moïse

**MATADOPTER : LE RÉSEAU D'ACCUEIL POUR LES NOUVEAUX ARRIVANTS DE LA
MRC DE LA MATAPÉDIA RECHERCHE DES MARRAINES ET DES PARRAINS**



Amqui, le 27 août 2018. La MRC de La Matapédia et Place aux jeunes Vallée de la Matapédia souhaitent faire revivre le réseau Matadopter, initié par la Table jeunes en 2012. L'heure est donc au recrutement de marraines et de parrains prêts à offrir de leur temps et des occasions de faire découvrir la région aux nouveaux arrivants.

Pour ce faire, une rencontre d'information aura lieu pour les personnes qui aimeraient devenir marraine ou parrain, mardi le 11 septembre à 18 h 30 à la salle du conseil de la MRC de La Matapédia, située au 420, route 132 Ouest, à Amqui. Ces personnes sont priées de joindre Mme Isabelle Pinard, conseillère en développement, promotion et attractivité, au 418 629-2053, poste 1024 pour s'y inscrire.

Le service Matadopter sera offert à tout nouvel arrivant qui s'installe dans La Matapédia. On entend par nouvel arrivant, soit une personne ayant quitté depuis plus d'un an la MRC avant d'y revenir, soit une personne provenant d'une autre MRC, région ou pays. Sont donc inclus dans cette définition les étudiants provenant de l'extérieur, les personnes de tous âges et les personnes d'origine immigrante.

« Nous relançons ce service pour répondre à une demande de nouveaux arrivants qui nous ont manifesté ce besoin. Comme nous devons tout remettre en place, nous débutons par constituer une belle équipe de marraines et de parrains prêts à s'investir dans ce nouveau rôle. Les nouveaux arrivants qui aimeraient déjà profiter du service de Matadopter peuvent tout de même se manifester auprès de Mme Myriam Chouinard de Place aux jeunes ou de Mme Isabelle Pinard à la MRC de La Matapédia » souligne M. Guillaume Viel, directeur du service de développement à la MRC de La Matapédia.

Les formulaires d'inscription, tant pour les nouveaux arrivants que pour les marraines et parrains, sont déjà disponibles sur le site de la MRC de La Matapédia.



*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



Visitez notre site
Facebook :
50 + de la Vallée.



Notre danse mensuelle est 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.

Nos anniversaires du mois de septembre

- 2 septembre Martin Levasseur
- 7 septembre Nicole Deschênes
- 13 septembre Jacques Fournier
- 17 septembre Robert Gagné
- 17 septembre Alphonse Thibeault
- 19 septembre Réjeanne Fillion
- 21 septembre Charles Ouellet
- 25 septembre Pauline Lavoie
- 26 septembre Madeleine Ouellet





Le lactose est un sucre naturel qui se retrouve, entre autres, dans le lait. Normalement, il est décomposé au niveau de l'intestin grêle par une enzyme, la lactase, ce qui permet sa digestion. Toutefois, certaines personnes ne produisent pas suffisamment ou même pas du tout de cette enzyme. Chez ces personnes, le lactose traverse l'intestin grêle sans être digéré et provoque alors des troubles intestinaux.

Causes

Différentes causes peuvent être à l'origine d'une intolérance au lactose. Tout d'abord, elle est plus fréquente chez certaines ethnies comme les Asiatiques et les Afro-Américains. Un déficit congénital, c'est-à-dire un manque de lactase à la naissance, est possible, mais est assez peu répandu. La plupart du temps, elle est provoquée par une diminution de la production de l'enzyme. Finalement, un virus affectant les intestins, une gastro-entérite par exemple, peut aussi provoquer une intolérance au lactose temporaire.

Symptômes . Ballonnements, crampes abdominales, diarrhée, douleurs abdominales, nausées.

Les personnes souffrant d'intolérance au lactose n'ont généralement qu'un ou deux des symptômes mentionnés. Ceux-ci peuvent apparaître 30 minutes après la consommation d'un produit contenant du lactose, dans les heures qui suivent ou même le lendemain. Leur intensité et leur durée dépendent de la sévérité de l'intolérance.

Intolérance ou allergie?

Il est important de faire la différence entre une intolérance au lactose et une allergie aux produits laitiers. L'allergie au lactose n'existe pas! Il s'agit toujours d'intolérance au lactose, qui s'explique simplement par l'incapacité à bien digérer le lactose. Il est aussi possible d'être allergique aux produits laitiers. Dans ce cas, l'organisme a une réaction de défense, comme si les protéines contenues dans le lait étaient dangereuses. Cette deuxième situation est plus grave.

Diagnostic

Le diagnostic officiel d'une intolérance au lactose doit être fait par un médecin, mais il est possible de faire des tests par vous-même. Par exemple, retirer les produits laitiers de votre alimentation pendant deux semaines peut vous permettre d'observer si les symptômes semblent diminuer ou demeurent aussi présents. La tenue d'un journal de prise des produits laitiers et de vos symptômes vous permet aussi de constater une relation entre les deux.

Traitement

L'intolérance au lactose ne peut être guérie, mais peut être contrôlée. Une alimentation adaptée est la meilleure façon d'éviter de souffrir des symptômes. Il existe maintenant plusieurs produits sans lactose ou même des alternatives comme les produits de soja. Une autre option est la prise de lactase synthétique avant les repas. Sous forme de comprimés, de poudre ou de gouttes, l'enzyme synthétique permet la digestion du lactose. Assurez-vous en tout temps d'obtenir la dose recommandée en calcium à travers votre alimentation (produits laitiers, légumes verts, poisson, etc.) ou des suppléments.

LES LOIS DE LA VINAIGRETTE



Mettre trois parts d'huile pour une part d'acidifiant (jus de citron, vinaigre). Choisir le type d'huile et de vinaigre désiré. Saler l'acidifiant au départ, car lorsqu'on aura ajouté l'huile, le sel ne se dissoudra pas.

Ajouter l'huile en filet et mélanger au fouet.

Ajouter un émulsifiant aide à ce que l'huile ne se sépare pas du vinaigre. On a plusieurs choix d'émulsifiant : utiliser de la crème, du fromage de chèvre, de la moutarde, du tofu soyeux ou un jaune d'œuf, par exemple.

On peut ajouter du miel ou du sirop d'érable, ce qui aidera à épaissir la vinaigrette et à couper l'acidité (facultatif).

Il ne reste qu'à ajouter les herbes ou épices désirées.

La préparer au moins une heure avant de servir pour que les saveurs aient le temps de se dégager.

Une vinaigrette maison se conserve 4 semaines au réfrigérateur dans un pot hermétique. Par contre, si on a utilisé un jaune d'œuf, elle ne se garde que 3 jours.

Ne pas trop en mettre dans la salade. Elle doit juste enrober (environ 2 c. à soupe par personne). L'ajouter au moment de servir, car l'acidifiant fait « cuire » la salade.

Émission l'épicerie du 4 juillet 2018

Vinaigrette César

Rendement : 1 1/2 tasse

1 jaune d'œuf
15 ml (1 c. à soupe) de jus de citron
1 gousse d'ail hachée finement
180 ml (3/4 de tasse) d'huile de canola
30 ml (2 c. à soupe) de câpres, hachées
5 ml (1 c. à thé) de pâte d'anchois
60 l (1/4 de tasse) de parmesan râpé
Sel
Poivre du moulin

Dans un bol, mélanger le jaune d'œuf, le jus de citron et l'ail à l'aide d'un fouet. Saler. Ajouter l'huile en filet, en fouettant continuellement. Ajouter les câpres, la pâte d'anchois et le fromage. Poivrer.



Vinaigrette miel et moutarde à l'ancienne

Rendement : 1 1/2 tasse

85 ml (1/3 tasse) de vinaigre de cidre
15 ml (1 c. à soupe) de miel de sarrasin
30 ml (2 c. à soupe) de moutarde à l'ancienne
250 ml (1 tasse) d'huile d'olive
30 ml (2 c. à soupe) de ciboulette hachée
Sel
Poivre du moulin

Dans un bol, mélanger le vinaigre de cidre, le miel et la moutarde à l'ancienne à l'aide d'un fouet. Saler. Ajouter l'huile en fin filet, en fouettant continuellement. Ajouter la ciboulette et poivrer.



MUSCLEZ VOS MÉNINGES !

Un programme pour promouvoir la vitalité intellectuelle des (50 ans et plus)

**Est-ce vrai qu'en vieillissant,
que notre mémoire flanche??
Vous êtes inquiets... vos oublis...
vous questionnent...??**

Sachez que votre mémoire est une faculté qui CHOISIT !!

On vous propose une série de 10 rencontres de deux heures, en groupe, des informations sur la mémoire et les autres facultés intellectuelles. Des trucs pour mieux se rappeler des noms, des numéros, des listes, etc. Des activités intéressantes et ludiques pour stimuler votre mémoire et votre concentration.

Divers sujets sont abordés lors des rencontres :

- Lien entre le stress et la mémoire,
- Comment mieux utiliser sa créativité,
- Comment oxygéner votre cerveau par des exercices légers (marche)
- Bien nourrir son cerveau (alimentation)

Tout cela offert dans votre municipalité, au jour de votre choix,

par une animatrice dynamique !! Coût par personne 20\$

Contactez Lyne Arquin 418-776-5337

Cette activité est organisée par



ASSOCIATION DES AÎNÉES ET AÎNÉS DE L'UQAR

VEUILLEZ NOTER

IMPORTANT!

Le numéro de téléphone pour contacter les responsables du journal a changé (voir page 2 pour les nouveaux numéros).





COIN DÉTENTE



PENSÉES

La plus belle fleur que peut cueillir un homme est le sourire de la femme qu'il aime; le plus beau bouquet qu'il peut recueillir est sa conquête.

L'homme redoute davantage l'inconnu car cela l'oblige toujours à reconnaître l'aveu de son ignorance.

L'esprit le plus étroit comprime souvent la mémoire la plus longue.

DEVINETTES

Quelle est la différence entre une échelle et un pistolet ?

Pourquoi les éléphants ont-ils l'air triste ?

Pourquoi la drogue est interdite en prison ?

BLAGUES

- Vous avez l'air fatiguée, remarque une dame, en croisant l'une de ses voisines.
- En effet. Mon mari est souffrant et je dois le surveiller jour et nuit.
- Mais vous n'aviez pas pris une infirmière ?
- Oui. C'est une fille superbe. C'est bien pour cela que je dois le surveiller.

Une maîtresse de maison interpelle la petite bonne :

- Marie ! Vous venez encore de casser quelque chose ?
- Oui Madame ! Mais cette fois, j'ai eu de la chance !
- Comment ça de la chance ?
- C'est que cette fois, j'ai cassé les assiettes...avant de les laver !

ENTRECROISÉS

Indice : Coffret à bijoux

2

Do
EO
Ru
Un

3

Cod
Foc
Rej
Rot
Soc

4

Aune
Calo
Igné
Insu
Muer
Nome
Orme
Rune

5

Banni
Écrin
Ionie
Jeune

Lerne
Lurex
Natal
Osier
Stemm

6

Bruges
Carême
Encore
Enesco
Erseau
Foncer
Lisé
Lisé
Lisé
Luté

7

Aveline
Capiton
Collège
Colline
Écrouer
Garenne
Raffiné
Sarment
Usuelle
Vedette

8

Aérodyn
Anamnè

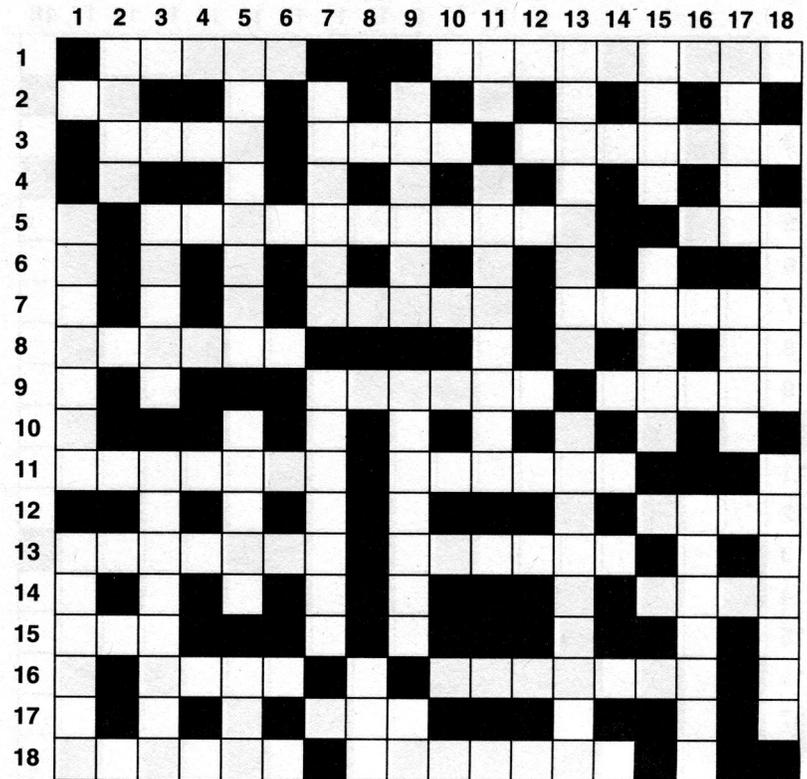
Déverser
Relative

9

Productif
Vibration

11

Badigeonner



Deux amies se retrouvent :

- Alors ? Quoi de neuf ?
- Mon mari me trompe !
- Non, je te demande : « QUOI DE NEUF!!! »

RÉPONSES DE LA PAGE COIN DÉTENTE

DEVINETTES

L'échelle sert à monter, le pistolet à descendre.
Parce qu'ils sont nés trompés avec défense d'y voir clair.
Parce que ça brule les cellules.

ENTRECROISÉS

Écrin



Bouchées surprises aux saveurs d'ici et d'ailleurs le 23 septembre de 11 h à 14 h
Billets en vente sur place lors de l'événement



Moins de 4 ans : **gratuit**
5 à 11 ans : **2 \$**
Adulte (12 ans et plus) : **5 \$**

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



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 forçats 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



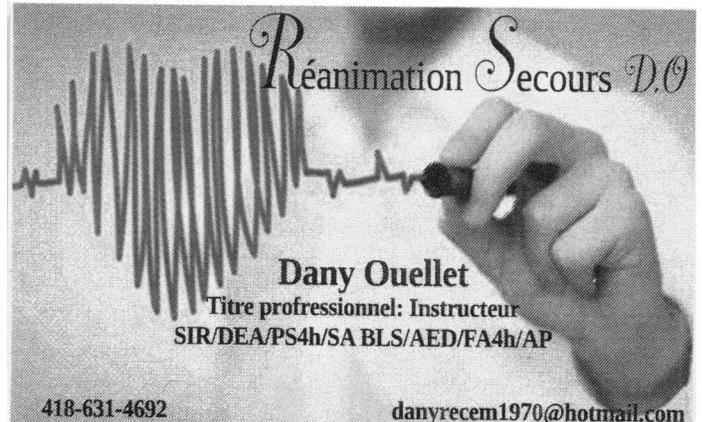
MADONE GAGNÉ

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

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



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