

# L'ÉCHO DU SOMMET

Décembre 2018



## **Fête de Noël du Club Optimiste de Saint-Moïse**

Le Club Optimiste de St-Moïse vous invite à la fête de Noël des enfants  
le vendredi 14 décembre au centre municipal.

Accueil à 18 h 30

Le père Noël  
est attendu  
vers 18 h 45



Remise de  
cadeaux et  
collation

Des lutins seront sur place pour divertir les enfants!



Bonjour à toutes et tous,

Chaque année aux Fêtes, en plus des cadeaux et des gâteaux, vous payez pour envoyer à l'enfouissement des tonnes de matières pourtant recyclables, compostables, réutilisables, revalorisables! Tant de matières qui une fois enfouies auront des répercussions à long terme sur l'environnement, pour vous et pour les générations futures. Cette année, soyez écoresponsable dans votre temps des fêtes. Voici quelques astuces :

**Arbre vert de Noël :**

- **Préférez les décorations réutilisables** à celles à usage unique. De plus, il vous en coûtera moins cher à long terme.
- Pour les lumières, utilisez des **ampoules à DEL**, moins énergivores et plus durables.
- **Fermez vos lumières** lorsque vous allez vous coucher.

**Des éco-cadeaux :**


- **Privilégiez les cadeaux sous forme de services, de moments partagés ou des cartes cadeaux** pour éviter l'achat d'objets superflus. (ex. : une séance de massage, une carte cadeau de votre librairie, etc.) Sinon, privilégiez les cadeaux utiles, durables et produits localement, par exemple du travail d'un artisan.
- **Emballer le moins possible vos cadeaux et utilisez un emballage fait de papier recyclé, mais surtout recyclable.** Évitez les brillants, appliqués métallique ou plastiques non recyclables. **Pensez à avoir un bac bleu à proximité** lors de la séance de déballage des cadeaux!

**Le soir des festivités :**

- Si possible, déballez en fonction de pouvoir **réutiliser le papier d'emballage.**
- **Utilisez de la vaisselle lavable.** Faire la vaisselle en famille est une activité amusante et c'est beaucoup plus rapide. Essayez-le !
- **Faites une bonne gestion de vos repas** en vous assurant que les restants seront consommés.
- Rappelez-vous, **les résidus de table vont dans le bac brun**, même dans le temps des fêtes. N'oubliez pas, les sacs de plastique compostable sont maintenant acceptés!

D'ici le prochain Mot **vert**, je vous souhaite un joyeux Noël écoresponsable, parce que des déchets, ce n'est pas un cadeau!

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)



### ADOPTION DU BUDGET 2019

Lundi le **10 décembre** à **19 h 30** au Centre municipal, au 120 rue Principale à Saint-Moïse. Bienvenue à tous.

### TAXES MUNICIPALES

Aux contribuables qui ont des taxes non payées, il est fortement recommandé de faire le paiement de celles-ci **avant le 20 décembre** pour éviter de faire partie de la liste pour défaut de paiement de taxes présentée au conseil municipal en mars 2019.

### FERMETURE BUREAU MUNICIPAL

Pour la période des Fêtes, le bureau municipal sera fermé du 21 décembre 2018 au 2 janvier 2019. De retour le jeudi 3 janvier 2019.



## **Joyeuses Fêtes et une Bonne Année 2019**

### Calendrier des collectes



recyclables



ordures



organiques

### **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					

### **Janvier**

**2019**

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

**7 JANVIER**

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

**Nadine Beaulieu**, secrétaire-trésorière



**SALON DES ARTISANS 2018**

Je désire remercier la municipalité pour le prêt de la salle municipale, les artisans pour leur participation à l'événement, ainsi que tous les gens qui sont venus les encourager durant la journée du 10 novembre dernier.

Merci!

Suzie Boudreau



## Journée des partenaires COSMOSS de La Matapédia

AMQUI, le 26 novembre 2018— Dans le cadre de son plan d'action **2017-2020**, COSMOSS de La Matapédia a tenu une **journée des partenaires** le 22 novembre dernier où près de 70 personnes appartenant à plus de 20 organisations étaient présentes.

Cette rencontre de réseautage a permis de développer des habiletés afin de mieux communiquer entre matapédiens, considérant le faible taux de littératie dans notre milieu. La littératie est définie comme étant la capacité d'une personne à lire et à comprendre un texte, lui permettant de maîtriser suffisamment l'information écrite pour participer activement à la société dans différents contextes.

Notons qu'au Québec, la proportion des 16 à 65 ans n'atteignant pas le niveau 3 de littératie est de 53 %<sup>1</sup>.

L'après-midi a permis de favoriser les échanges et le réseautage entre les intervenants. Certains organismes, dont Tremplin Travail Vallée de La Matapédia, l'Association Coopérative d'Économie Familiale de la Péninsule (ACEF) et L'Élan (SSMO – services spécialisés en main d'œuvre) ainsi que le programme ENTRAIN du CISSS, ont profité de l'occasion pour présenter l'ensemble de leurs services. Par une meilleure connaissance des services et des mécanismes de référencement, on souhaite favoriser une meilleure intégration sociale et professionnelle pour les jeunes matapédiens.



COSMOSS Matapédia est un regroupement de partenaires qui se donne comme vision qu'en 2020, les jeunes matapédiens exposés à différents facteurs de risques seront outillés par un soutien et/ou un accompagnement pour eux, leur réseau social ou leur famille.



VOUS INVITENT À LEUR CONCERT DE NOËL  
«CHANTEZ NOËL AVEC NOUS»

DIMANCHE LE 9 DÉCEMBRE 2018 à 14 H



CONCERT DE  
*Noël*

À LA SALLE MULTIFONCTIONNELLE  
DE LAC-AU-SAUMON (ÉGLISE)

BILLETS DISPONIBLES  
auprès de :

Nadine Beaulieu, 418-776-2106  
Patricia Charest, 418-776-5093  
et AU SELECTÔTEL d'Amqui

## **Chorale de Saint-Moïse pour Noël**

Celles et ceux qui veulent se joindre à nous pour la  
célébration de Noël qui aura lieu le

24 décembre à 20 h;

les pratiques débuteront

**le mardi 27 novembre 2018, à 19 h.**

**Vous êtes les bienvenus même si on a déjà commencé!**

## CONCOURS L'ÉCORCE FABULEUSE



Agathe Plourde a reçu une mention spéciale du jury lors du concours L'ÉCORCE FABULEUSE, prix de la relève littéraire du Bas-Saint-Laurent à l'automne 2018, dont le partenaire principal est Desjardins.

Agathe est la petite-fille de Jean Plourde et Raymonde Levasseur. Elle est en 2<sup>e</sup> secondaire à l'École Saint-Jean de Rimouski, commission scolaire des Phares.

Voici le texte qu'elle a soumis au concours :

**T**oi qui n'auras jamais la chance de voir ce que le monde est devenu, ayant seulement la permaculture pour survivre... Toi qui ne vivras jamais le futur, notre futur, mon futur. Lorsque Dieu a décidé d'arrêter la danse de ce petit organe, il t'a fait disparaître de ce Nouveau monde. Une partie de la Terre meurt à chaque souvenir de toi qui s'éteint de ma mémoire, comme si tu étais l'élu. Chaque goutte de pluie était une larme de Dieu qui pleurait pour nous, il connaissait notre destin. Le murmure de la pluie, nous l'avons oublié, cette mélodie qui nous berçait a disparu. Le ciel, celui que tu voyais au moment où ton âme s'est envolée vers l'éden, n'est plus qu'un dessin que l'on efface au fil du temps. Boule de feu rouge andrinople, notre peau fond au contact de sa chaleur, qui augmente à chaque année.

L'autonomie a pris place dans notre cœur, survivre est notre but. Nos nombreux plants de légumes sont nos enfants et l'eau, notre argent. Notre dépendance à ce bijou affecte le puits de notre communauté qui baisse de contenance. Le monde, notre mode de vie et nos valeurs ont changé. Construire nos maisons simplement afin de sauver nos ressources, l'eau n'est pas la seule à diminuer. Douze mois déjà, une explosion à l'aéroport est devenue le créateur d'un brasier, les résidences et de nombreux hommes rencontraient leur dernier sommeil. Nous pensions, avec notre tête souffrante et abattue, que c'était la fin du monde, mais ce n'était que le début de l'époque que nous traversons avec effort maintenant. Alors depuis ce drame, nous vivons en petits groupes, dispersés

dans différents villages et travaillons du levant au couchant avec affliction. Force. Tolérance. Courage. Ces mots, nous les répétons sans cesse. Mais ton prénom est celui qui me traverse le plus souvent l'esprit : Hunter. Ma raison de continuer. Je pense à toi chaque jour, je me souviens de ton sourire bellissime, de tes yeux d'une beauté mirifique, de tes lèvres si fines et satinées. Ce visage. Il me manque. Tu me manques. Ton atroce ennemie : la maladie rénale chronique. Cela fait déjà deux ans que tu m'as quitté, mais moi je ne te quitterai jamais. Aujourd'hui, en soufflant tes quinze bougies, je célèbre le jour de ta naissance. Mon petit ange, joyeux anniversaire! Je t'aime et t'aimerai éternellement.

## DÉMÉNAGEMENT

Coiffure Geneviève souhaite vous informer qu'elle a déménagé au 103, rue Principale.

Par la même occasion, elle désire souhaiter à tous un très joyeux temps des fêtes!

Voir sa carte d'affaires en page 18



## RESTAURANT CHEZ TARZAN

### Horaire des Fêtes

Le restaurant sera fermé du 24 décembre 2018 au 2 janvier 2019.

Il sera ouvert à partir du 3 janvier 2019 de 10 h à 19 h.

Notez bien que le restaurant est ouvert du mercredi au dimanche aux mêmes heures.



J'en profite pour vous remercier et vous souhaiter de Joyeuses Fêtes et une Bonne Année 2019.

Carole Paradis

## BUREAU DE POSTE DE SAINT-MOÏSE

### Heures d'ouverture

Du lundi au vendredi de 10 h à 12 h

Lundi, mardi, jeudi, vendredi de 13 h 30 à 16 h 15

Mercredi : 13 h 30 à 17 h 30

### Horaire des Fêtes :

Fermé les 25, 26 décembre et 1<sup>er</sup> janvier

*Joyeuses Fêtes à tous!*



## LA CHASSE

Cet original mâle (buck) de 800 lbs (dont 500 lbs de viande), a été tué à la carabine par Jacques Lavoie, qui faisait équipe avec Louis-Marie Lévesque.

C'est arrivé le 16 octobre à 14 h 30. Le matin, il faisait tempête, et durant l'après-midi, Jacques a croisé cette magnifique bête. Il a pu l'atteindre à la tête. Bravo à ce duo de chasseurs!







*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**

Visitez notre site  
Facebook :  
50 + de la Vallée.



**Nos meilleurs voeux  
du temps des Fêtes**



**de la part de votre  
Conseil  
d'administration.**



Notre prochaine danse  
mensuelle :  
Le dimanche 16 décembre  
à 13 h 30.  
Il ne reste plus de billets  
pour le souper. Ceux n'ayant  
pas de billets pour le souper  
peuvent venir danser  
au coût de 5 \$.

Francine Ouellet à l'animation

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.



### *Nos anniversaires du mois de décembre*

- 1<sup>er</sup> décembre      Danielle Vignola
- 12 décembre     Pierre Raymond
- 13 décembre     Jeannine Vaillancourt
- 16 décembre     Diane Parent
- 19 décembre     Jean Plourde
- 22 décembre     Nicole Patry
- 27 décembre     Marcel Plourde
- 29 décembre     Liette Courcy





Les sinus sont des cavités dans les os du visage. Il y a quatre paires de sinus, situées autour du nez et des yeux, qui sont reliées aux fosses nasales par de petites ouvertures. Les sinus produisent un mucus utile qui nettoie le nez. La sinusite est une inflammation des sinus et est généralement causée par une infection comme le rhume ou la grippe qui congestionne et bloque les ouvertures entre les sinus et la fosse nasale. Ainsi, le mucus ne peut plus sortir et engorge les sinus. Cela crée un milieu propice à la prolifération de virus ou de bactéries qui peuvent engendrer la sinusite. Une personne sur dix souffre de sinusite chaque année et cela touche autant les adultes que les enfants.

Il existe deux types de sinusites : la sinusite aiguë et la sinusite chronique. La première, la sinusite aiguë, est la plus répandue et dure de deux à trois semaines. Il arrive parfois que le traitement ne détruise pas toutes les bactéries et que la sinusite ne soit pas complètement guérie à la fin, malgré la disparition des symptômes. Elle réapparaît alors rapidement et dure souvent plus longtemps (quelques semaines à quelques mois). C'est ce qu'on appelle une sinusite chronique.

### Causes

La sinusite est causée la plupart du temps par une autre infection comme le rhume, la grippe ou toute autre infection virale entraînant la congestion nasale. Toutefois, d'autres facteurs peuvent augmenter les risques de développer une sinusite: les allergies, une malformation du septum (cloison entre les narines) et le tabagisme.

### Symptômes

- Congestion
- Douleur
- mal de tête frontal
- sécrétions nasales verdâtres ou jaunâtres
- diminution/perte d'odorat
- douleur dentaire
- malaise généralisé
- toux grasse (les sécrétions descendent dans la gorge)

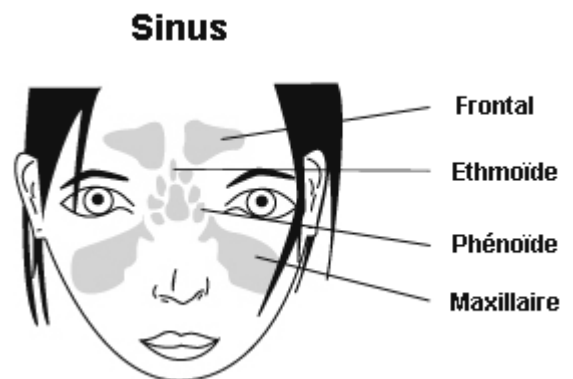
### Diagnostic

Il faut habituellement attendre une semaine après le début de la congestion pour qu'une infection virale disparaisse d'elle-même. Après ce délai, la sinusite nécessitera le diagnostic d'un médecin. Lors de la consultation, le médecin peut faire un interrogatoire, pour connaître les causes possibles et tous les symptômes, puis procéder à un examen.

### Traitement

Pour une sinusite bactérienne, des antibiotiques sont prescrits pour dix à quatorze jours. Il est très important de prendre tous les antibiotiques prescrits, parce que malgré la disparition des symptômes, il est possible que des bactéries soient encore présentes. Elles doivent être complètement éliminées pour ne pas que l'infection réapparaisse. Il est aussi possible de prendre des analgésiques (ex. Tylenol<sup>MD</sup>, ibuprofène) contre la douleur et les maux de tête. Des décongestionnants sont aussi utiles pour soulager la congestion aiguë. Finalement, une solution saline (ex. Hydrasense<sup>MD</sup>) peut être utilisée pour nettoyer et humidifier les voies nasales. À la maison, l'utilisation d'un humidificateur donnera de bons résultats.

Pour prévenir la sinusite, il est recommandé de soulager les symptômes du rhume et de la grippe en utilisant des décongestionnants ou une solution saline afin de dégager les voies respiratoires. De même, utilisez des antihistaminiques si vous souffrez d'allergies pour atténuer les symptômes et éviter des complications éventuelles.



# CARNET SANTÉ QUÉBEC



## Les citoyens ont maintenant accès à leurs informations de santé en ligne!

Depuis ce mardi 22 mai, les Québécois peuvent s'inscrire à **Carnet santé Québec**, le nouveau service du Gouvernement du Québec qui permet d'accéder à ses informations de santé en ligne!



## Pour s'inscrire, il faut suivre ces 4 étapes

### Grâce à un service d'authentification sécuritaire, les citoyens peuvent :

- ✓ Consulter leur liste de médicaments servis en pharmacie
- ✓ Consulter leurs résultats de prélèvements
- ✓ Consulter leurs rapports d'imagerie médicale
- ✓ Prendre rendez-vous en ligne avec un médecin de famille à l'aide du service Rendez-vous santé Québec, l'annuler au besoin et voir l'historique de leurs rendez-vous
- ✓ S'inscrire et modifier leur inscription au Guichet d'accès à un médecin de famille

Au fil du temps, d'autres services s'ajouteront à ceux déjà disponibles, selon les priorités établies et les besoins des utilisateurs.

### Critères d'admissibilité

- ✓ Avoir une carte d'assurance maladie
- ✓ Avoir 14 ans ou plus (le carnet d'un enfant de moins de 14 ans est intégré à celui de ses parents)
- ✓ Ne pas être sous tutelle, sous curatelle ou dans une situation où une autre personne nous représente

- 1 Se rendre à [carnetsante.gouv.qc.ca](http://carnetsante.gouv.qc.ca)
- 2 Cliquer sur le bouton « Inscription »
- 3 Faire la demande de son code de sécurité
- 4 Une fois le code de sécurité reçu, **terminer son inscription** avec le service québécois d'authentification gouvernementale **clicSÉCUR**, puis accéder à ses informations de santé!

Pour plus d'information, visitez le [www.ramq.gouv.qc.ca/carnetsante-prof](http://www.ramq.gouv.qc.ca/carnetsante-prof)

## Souper Show

La troisième édition du Souper Show s'est tenue le 3 novembre dernier.

La vente des billets s'est faite encore une fois dans un temps record; la demande est plus forte que l'offre à notre grand bonheur. Les municipalités environnantes sont toujours présentes : Saint-Damase, Padoue, Sayabec, Saint-Cléophas et bien sûr la municipalité de Saint-Moïse, le maire Monsieur Paul Lepage et son équipe de qui nous avons une grande collaboration. Notre préfet Madame Chantale Lavoie et Monsieur Pascal Bérubé, député, étaient présents encore cette année. C'est toujours une belle occasion pour nos invités d'échanger et de se rencontrer.

Le comité tient à remercier les artistes de cette soirée : Alicia Elizabeth Pineault (chant), artiste de Saint-Moïse qui a charmé l'assistance. Un merci spécial et sincère à Emy-Jade Sirois (violon) et Agathe Lavoie (piano) qui, malgré des difficultés de son, ont donné un spectacle de grande qualité et ont démontré leur professionnalisme. Chapeau à vous deux! Monsieur Jules Lavoie, chansonnier, originaire aussi de Saint-Moïse, nous offrait la deuxième partie du spectacle et a su encore une fois enflammer la salle.

Notre comité avait encore cette année une formidable équipe de bénévoles et la collaboration de Monsieur Claude Dupéré à la cuisine.

Le succès du Souper Show repose également sur nos partenaires financiers : la municipalité de Saint-Moïse, Desjardins de Mont-Joli-est de la Mitis, Les Entrepreneurs Généraux Harvey et fils, Comité pour l'Avenir de Saint-Moïse, Résidence Brigitte Paquet, Immobilier Jean-Michel Gagnon, Doyon Després, Coop alimentaire de Saint-Noël, sans oublier chaque membre du comité.

Les revenus et dépenses 2018 :

### REVENUS :

Vente de billets	162 billets X 25 \$ (incluant les billets des bénévoles et des artistes)	4050,00 \$
Revenus du bar et vente de vin aux tables		1321,50 \$
Pourboires bar et vente de vin aux tables		204,75 \$
Vente de marchandise restante		98,00 \$
Total des revenus :		5674,25 \$

### DÉPENSES :

Nourriture, boisson, artistes et autres dépenses		3567,98 \$
--	--	------------

PROFITS NETS DU SOUPER SHOW 2018 :		2106,27 \$
------------------------------------	--	------------

Le comité du Souper Show a été mis sur pied en 2015. Les membres actuels sont : Mesdames Béatrice Gagné, Patricia Charest, Micheline Michaud, Colombe Harvey, Liette Courcy et Claire Turcotte.

Les buts et objectifs de notre comité :

- Faire connaître la municipalité de Saint-Moïse et développer le côté socio-culturel;
- Développer une activité non exploitée;
- Aller chercher une nouvelle clientèle et de nouveaux bénévoles;
- Faire connaître les talents de la région;
- Offrir un produit de qualité à un prix abordable;
- Offrir une collaboration entre les organismes.

## PROFITS :

Ces profits servent à offrir notre contribution à l'amélioration de notre milieu.

Offrir une collaboration financière à une cause, un organisme ou à un événement novateur dans notre municipalité.

## LES RÉALISATIONS À CE JOUR :

Les profits de 2015 (458,23 \$) ont été remis à l'Association pour l'Avenir de Saint-Moïse afin de défrayer une partie de l'achat de vaisselle payée par l'Association.

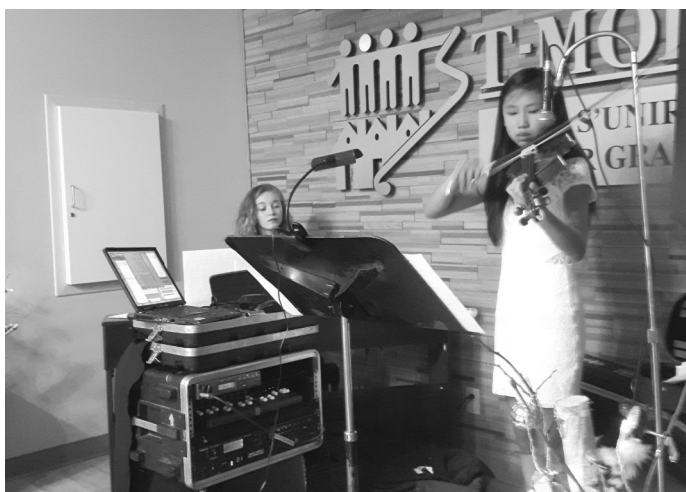
Nous avons investi en équipement également pour la cuisine pour un montant de 946,50 \$ en 2018.

L'argent accumulé de 2016 et 2018 sera réinvesti dans les prochains soupers.

La Municipalité de Saint-Moïse a maintenant une salle des plus accueillante munie d'une cuisine équipée dont on peut être fiers. Le Comité Souper Show offre avec plaisir à tous les organismes du milieu la possibilité d'utiliser la vaisselle, la coutellerie, les chariots de service, etc., mis à leur disposition.

Le comité du Souper Show profite de l'occasion pour souhaiter à chacun de vous un temps des Fêtes des plus heureux et une année 2019 remplie de bonheur!

Béatrice, Patricia, Micheline, Colombe, Liette et Claire





Un nouveau service en agriculture est implanté dans les 8 MRC du Bas-Saint-Laurent, il s'agit de L'ARTERRE.

L'ARTERRE est un service d'accompagnement et de maillage axé sur l'établissement de la relève non apparentée ou œuvrant en dehors du cadre familial plus traditionnel. Ce service est complémentaire aux réseaux d'accompagnement et de services actuels. Le service de maillage développé par L'ARTERRE propose à la fois un encadrement personnalisé et la mise en place d'une banque informatisée de fermes, de terres et d'aspirants agriculteurs. La gestion de cette base de données et l'accompagnement sont réalisés par un agent de maillage spécialisé.

Vous obtiendrez plus d'informations sur ce service en surveillant le communiqué de presse dans les médias régionaux pour son lancement officiel.

Cet agent de maillage est déjà en poste pour les quatre MRC de l'Est (Matane, Mitis, Matapédia et Rimouski-Neigette).

Il s'agit de M. Jonathan Gagné-Lavoie que vous pouvez rejoindre au 1-833-318-2560 ou par courriel à [jonathan.bsl@arterre.ca](mailto:jonathan.bsl@arterre.ca)

Hélène Banville, conseillère en développement des affaires-Agroalimentaire  
[h.banville@mrcmatapedia.quebec](mailto:h.banville@mrcmatapedia.quebec) Tél. : 418-629-2053 poste 1038



Les annuaires téléphoniques  
sont arrivés!

Vous pouvez venir chercher le vôtre  
dans le portique avant  
du bureau municipal

## Invitation à la célébration du 24 décembre 2018

Mini-concert à 19 h 30 sous la direction de dame Francine Corbin et Michel Gagné, suivi de la célébration à 20 h.

Aux intentions de : Michel Sirois /Marielle et les enfants

Élisabeth G., Antonio Michaud / Micheline M.,

Jean-Rock Harvey

Parents défunts / Gisèle, Lucien Fraser

La Fabrique de Saint-Moïse





## Biscuits à décorer

### Biscuits :

625 ml (2 1/2 tasses) de farine tout usage non blanchie  
60 ml (1/4 tasse) de féculé de maïs  
5 ml (1 c. à thé) de poudre à pâte  
1 pincée de sel  
180 ml (3/4 tasse) de beurre non salé, ramolli  
250 ml (1 tasse) de sucre  
5 ml (1 c. à thé) d'extract de vanille  
2 œufs

Recette pour les  
jeunes et  
moins jeunes

Donne environ  
45 biscuits

### Glace royale :

1 blanc d'œuf  
375 ml (1 1/2 tasse) de sucre à glacer  
Colorant alimentaire liquide ou en gel

Place la grille au centre du four. Préchauffe le four à 190 °C (375 °F). Tapise une à deux à plaques à biscuits de papier parchemin. Tu devras faire environ quatre fournées (ta plaque remplie de biscuits x 4 au four).

Pour faire les biscuits, dans un bol, mélange la farine, la féculé, la poudre à pâte et le sel. Mets le bol de côté.

Dans un autre bol, crème le beurre avec le sucre et la vanille au batteur électrique environ 3 minutes. Ajoute les œufs, un à la fois, et continue de battre jusqu'à ce que le mélange soit homogène. À basse vitesse ou à la cuillère de bois, incorpore les ingrédients secs que tu as mis de côté.

Avec les mains, façonne la pâte en deux disques. Couvre-les d'une pellicule de plastique et mets-les au réfrigérateur environ 1 heure.

Sur une surface de travail farinée, abaisse la pâte à une épaisseur d'environ 3 à 5 mm (1/8 à 1/4 po). Découpe des biscuits à l'aide d'un emporte-pièce au choix. Répartis les biscuits de même grosseur sur une même plaque, car le temps de cuisson peut varier. Ne jette pas les restes de pâte. Tu peux la rouler et faire d'autres biscuits.

Cuis-les au four, une plaque à la fois, de 8 à 10 minutes ou jusqu'à ce que le contour des biscuits soit légèrement doré. Laisse-les refroidir.

Pour faire la glace royale, dans un bol, fouette doucement le blanc d'œuf et le sucre à glacer au batteur électrique environ 2 minutes ou jusqu'à ce qu'ils forment un pic mou. Tu peux colorer la glace de la couleur de ton choix.

À l'aide d'une poche à pâtisserie munie d'une petite douille unie, décore tes biscuits.

Une recette de Ricardo



## **Conte et spectacle pour enfants lors de Noël à Saint-Noël**

Samedi le 8 décembre dès 13 h, conte de Noël à la bibliothèque municipale (située dans l'école), suivi d'un spectacle de marionnettes et micro-magie au gymnase de l'école La Volière avec Presto & Balthazar. Gratuit!

Bienvenue aux familles!



# Votre caisse au bout du fil



Cher membre,

Désormais, vous pouvez joindre votre caisse encore plus facilement grâce à notre horaire prolongé.

Que ce soit pour prendre rendez-vous, obtenir de l'information ou effectuer vos transactions, vous pouvez appeler l'un de nos conseillers de 6 h à minuit, et ce, 7 jours sur 7.

Communiquez avec nous dès maintenant en composant le **418-775-7253** ou, sans frais, le **1 877-375-7253**

Merci de faire confiance à la Caisse de Mont-Joli-Est  
de La Mitis

## Voici un aperçu des produits et services offerts :

### AccèsD Internet et mobile

- Soutien à l'utilisation des différentes fonctions
- Inscription au service
- Gestion de la fonction virements entre personnes
- Gestion du dossier de factures

### Opérations et transactions courantes

- Carte d'accès Desjardins (émission et remplacement)
- Forfaits
- Changement d'adresse
- Relevé de compte
- Virements entre comptes
- Contrordre de paiement
- Demande de recherche

### Cartes de crédit

- Demande de carte
- Transfert de compte
- Virement en cas de découvert
- Relevé de compte en ligne

### Placements et financement

- Placements garantis
- Fonds communs de placement
- Financement Accord D
- Financement automobile et biens durables

\* Service disponible de 8 h à 21 h du lundi au vendredi

Les services AccèsD par téléphone, Internet  
et mobile vous offrent d'autres moyens  
d'avoir accès à vos finances en tout temps.

 **Desjardins**  
Caisse de Mont-Joli-Est de La Mitis





# COIN DÉTENTE



## PENSÉES

Un climat de modération représente la température idéale d'une communication chaleureuse.

On se fait découvrir toujours beaucoup de charme quand on peut reconnaître celui d'autrui.

On pardonne souvent plus difficilement aux autres les faiblesses et les vices que l'on combat soi-même.

## DEVINETTES

Quatre femmes jouent au strip poker, qui gagnera à coup sûr ?

Quel est le mode et le temps de « être enceinte » ?

Pourquoi les frères siamois aiment aller en Angleterre ?

## BLAGUES

Un aveugle se promène avec son chien-guide et un ami. À un certain moment, le chien s'arrête et urine, arrosant les souliers de l'aveugle. Ce dernier se penche et se met à flatter le chien.

- Comment, fait l'ami, il a pissé sur toi et tu le flattes ?
- Faut bien que je sache où est sa tête pour lui donner un bon coup de pied au derrière.

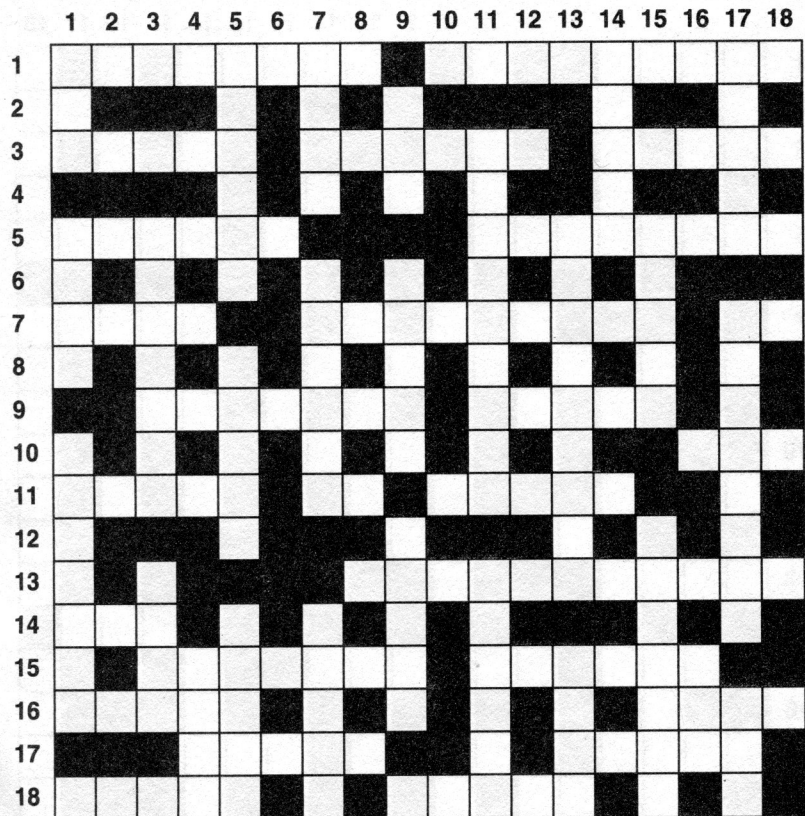
Elle fait son lavage à la rivière, elle a relevé sa jupe et on voit ses culottes rouges. Le bœuf, attiré par le rouge, fonce et la frappe au derrière. Sans se retourner, la femme déclare :

- J'ignore qui vous êtes, d'où vous venez, mais moi, je viens faire mon lavage ici tous les lundis, mercredis et vendredis.

## ENTRECROISÉS

Indice : Linge qui sert à l'infusion

<b>2</b> Ex Sa	Cuba Jale Péan Soja Taro	Jatte Magma Medan Modem Nîmes Nouet Oates Oméga Régir Timon Vouer	Exèdre Letton Lister Relève	<b>8</b> Connasse Escalope Savourer
<b>3</b> Ben Dia Épi Rut Top Won	<b>5</b> Aïoli Annie Atèle Avion Glane Glass lambe Input	<b>7</b> Baladin Célibat Insecte Ravioli Toundra	<b>9</b> Néanmoins Réception Taciturne Xylophage	<b>11</b> Représenter
<b>4</b> Alma Béja		<b>6</b> Apôtre Bichon		



Maman, maman ! je me suis pris le pied dans la tondeuse à gazon et j'ai tous les orteils arrachés.

- Bon....reste dehors jusqu'à ce que ça saigne plus, je viens de finir de laver mon plancher.

## RÉPONSES DE LA PAGE COIN DÉTENTE

### DEVINETTES

Celle qui a la plus grosse paire  
Préservatif imparfait  
Parce que l'autre peut conduire

### ENTRECROISÉS

### NOUET

# À VENDRE

## PANTOUFLES

**2 paires pour 10,00\$**

**Cell: 418-318-5822**



### 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



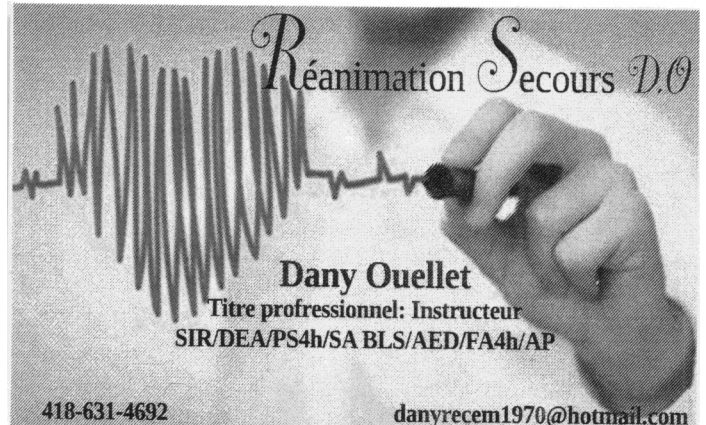
**MADONE GAGNÉ**

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**



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 Dénégement

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



103, rue Principale  
Saint-Moïse

581 624-2421

Mardi et vendredi

Price

418 775-3240

Mercredi et jeudi



**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)

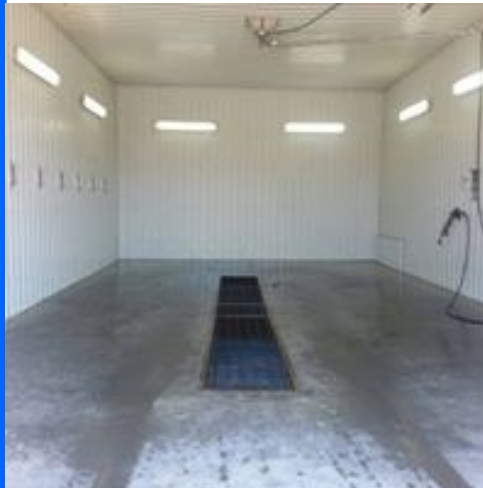
## LAVE-AUTO

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