

L'ÉCHO DU SOMMET

AOÛT 2017



Déjeuner de la fabrique de Saint-Moïse

*La fabrique de la paroisse de Saint-Moïse vous invite à son déjeuner annuel
à la salle municipale, 120, rue Principale,
le 3 septembre prochain de 8 heures à 13 heures.*



Le Mot vert du mois – « Le brun pour tous, tous pour le brun! » - Août 2017

Citoyen (ne) s, votre bac brun a besoin de vous!

Comme vous le savez, vos matières organiques, récupérées via votre bac brun, sont traitées à l'usine de biométhanisation de Rivière-du-Loup, opérée par la SÉMER. Deux options s'offrent alors à vos résidus de table ou de jardin : une partie devient du biogaz, qui sera purifié et liquéfié afin de remplacer les combustibles fossiles nocifs pour l'environnement dans le transport. L'autre partie devient une sorte de compost appelé « digestat » et est utilisée comme fertilisant dans les champs agricoles.

Afin que la magie s'opère, l'usine a besoin d'une grande quantité de matières organiques provenant du milieu résidentiel. Or, malgré un bel effort, les quantités que nous envoyons pourraient être plus grandes. La SÉMER a lancé une invitation à la participation pour la collecte du bac brun, ne serait-ce que pour mettre vos papiers et cartons souillés. Un simple geste individuel, mais qui collectivement a un grand impact positif sur l'environnement tout comme sur votre portefeuille, en raison des redevances sur la performance municipale. L'équation est simple : plus dans le bac brun et moins d'enfouissement donne moins de gaz à effet de serre et plus de redevances.

Si vous pensez que vous ne produisez pas assez de matières organiques pour utiliser votre bac brun, détrompez-vous! Chaque cœur de pomme compte. Chaque reste de table compte. Chaque résidu de jardin compte. Chaque boîte de pizza compte ! Mais ce qui compte le plus, c'est que vous mettiez votre bac brun au chemin le jour de la collecte, parce que c'est lorsque tout le monde participe que l'on accomplit de grandes choses !

Bon été et bonne collecte du bac brun!

Vincent Dufour, coordonnateur en gestion des matières résiduelles

Pour plus d'information, visitez le www.ecoregie.ca ou téléphonez au 418 629-2053 poste 1138.
Site web : www.ecoregie.ca Courriel: matresi@mrcmatapedia.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 (photos numériques, articles, questions, commentaires, etc.)

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

Cellulaire : 418-730-4808

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

st-moise.com



AVIS À LA POPULATION

La municipalité demande à ces citoyens, desservis par le réseau d'aqueduc, de réduire leur consommation d'eau potable dans les semaines à venir afin d'éviter une baisse de la performance du réseau ou une pénurie causés par le manque de précipitations.

MERCI POUR VOTRE COLLABORATION.

Grand Prix cycliste de La Matapédia 6^e édition du 9 au 13 août 2017

Le mercredi 9 août, l'épreuve contre-la-montre individuel de 15 km, prendra le départ à Saint-Moïse au Centre sportif, 15 rue Fraser, direction Saint-Noël, pour se terminer à Saint-Damase.

Pour l'occasion, la Municipalité a besoin de recruter des bénévoles pour assurer la sécurité des cyclistes lors de la compétition. Appelez au **418-776-2833** pour donner votre nom.

BUREAU MUNICIPAL FERMÉ la semaine du 21 août 2017.

Calendrier des collectes



recyclables



ordures



organiques

| Août | | | | | | |
|------|----|----|----|----|----|----|
| D | L | M | M | J | V | S |
| 30 | 31 | 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 | | |

| Septembre | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
| 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

5 SEPTEMBRE (mardi)

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

Nadine Beaulieu, secrétaire-trésorière

Activités à venir...

- ◆ Activités de fermeture de la saison touristique à St-Damase (Noël des campeurs à la base de Plein Air) le 12 août.
- ◆ Opti-boeuf, organisé par le club optimiste Saint-Moïse, au centre des loisirs de **Saint-Moïse**, le samedi 19 août .
- ◆ Zumba extérieur, derrière la salle paroissiale de Saint-Damase, 7, 14 et 21 août 2017 à 19 h, 5 \$ / personne aucune inscription nécessaire.
- ◆ Déjeuner organisé par la fabrique de Saint-Moïse, à la salle communautaire de Saint-Moïse, le dimanche 3 septembre 2017.
- ◆ Vente de garage, organisée par la Fabrique de Saint-Noël, à la salle communautaire de **Saint-Noël**, le samedi 9 septembre 2017.



Différentes pages Facebook pertinentes à suivre pour les activités de loisir

Facebook association sportive de Saint-Moïse: [Activités Comité sportif de St-Moïse](#)

Facebook du comité des loisir de Saint-Noël: [Les loisirs de Saint-Noël](#)

Facebook de l'association sportive de Saint-Damase: [Association Sportive de St-Damase](#)

Comité de développement de Saint-Moïse: [Ass. pour l'Avenir de St-Moïse](#)

Comité de restauration de l'église: [Restauration de l'église de Saint-Damase](#)



*À gagner
3 mois gratuit*



Bouge perd gagne

Cardio/aérobic

***En collaboration avec la Municipalité
de Sayabec***

Les lundis et mercredis 19 h à 20 h

Centre communautaire

Cours offert :

À QUI :

Aux femmes qui désirent perdre du poids ou garder la forme

ENTRAINEURE :

Christine Gagné

Diplômée en

Réadaptation physique

INSCRIPTION :

6 septembre de

18 h à 20 h

24 cours/150\$

Centre communautaire

***Minimum de 20 noms avant l'inscription

Dès le 11 septembre

Pour information et inscription : Guylaine 418-629-3642

Bilan du sondage réalisé auprès des résidents de Saint-Moïse au printemps 2017 sur l'intérêt pour les loisirs de la municipalité de Saint-Moïse

Au printemps dernier, un sondage a été réalisé auprès des citoyens de la municipalité de Saint-Moïse pour avoir leur opinion sur les intérêts des loisirs dans la municipalité. Voici un aperçu des résultats recueillis.

Seize personnes ont répondu au sondage envoyé en mai dernier dans le journal municipal. La majorité des répondants étaient âgés de plus de 60 ans. Il a été possible de constater qu'une majorité des répondants participent aux activités qui sont organisées dans leur municipalité. Les déjeuners ainsi que l'Opti-bœuf ressortent davantage dans les activités pratiquées.

Lorsque l'on demande aux répondants quelles sont les activités de loisirs qu'ils aimeraient voir dans leur municipalité, la moitié d'entre eux répond positivement à des cours de Zumba. De plus, plusieurs suggestions nous sont données telles que : pétanque, cours de tablette, activité pour les jeunes et plus encore. Une grande majorité des gens sont prêts à payer jusqu'à 20 \$ pour participer aux activités organisées à Saint-Moïse. Lorsque l'on demande aux répondants quelle est la meilleure façon pour les informer des activités de loisirs ceux-ci répondent que le journal l'Écho du sommet est l'un des meilleurs moyens pour les joindre. Nous avons pu constater à l'aide du sondage que les gens aimeraient que les activités se déroulent davantage en soirée ou durant l'après-midi de 13 h à 15 h, ainsi que la fin de semaine. Les citoyens de Saint-Moïse sont favorables à l'ouverture d'une bibliothèque puisque 12 personnes sur 16 ont répondu qu'ils aimeraient avoir une bibliothèque dans la municipalité.

L'ensemble des informations recueillies dans ce sondage nous permettront de mettre en place de nouvelles activités pouvant plaire aux gens de la municipalité et des municipalités avoisinantes. Toute suggestion d'activités et commentaires seront très appréciés par la coordonnatrice en loisir intermunicipal. Vous pouvez la joindre au 418 631-9834. Merci une fois encore aux répondants du sondage.



Les jeunes de Saint-Moïse, Saint-Noël et Saint-Damase réunis pour une journée d'activités le 17 juillet 2017 à Saint-Moïse .



Le terrain de jeux Saint-Moïse vous informe!

Le terrain de jeux a ouvert ses portes le 26 juin dernier et les fermera le 11 août prochain. Les monitrices du terrain de jeux sont Marie-Pier Thibault et Ariane Corneau. Une quinzaine de jeunes fréquentent chaque semaine le terrain de jeux de Saint-Moïse.

En nouveauté cette année les jeunes ont un chandail de terrain de jeux qui nous aide à reconnaître nos jeunes lors des sorties. Six sorties sont organisées durant la période du terrain de jeux 2017. Nous avons ainsi visité les terrains de jeux de Saint-Damase, Saint-Noël et Sayabec. Nous sommes allés à la base de plein air de Saint-Damase, à la piscine et au cinéma d'Amqui et la sortie de la dernière semaine se fera au Camp Sable chaud le 9 août prochain.

Smoothies!

Smoothie "Jaune soleil"

- 1/2 tasse de mangue (fraîche ou surgelée)
- 1/2 tasse d'ananas (frais ou surgelé)
- 1 lime
- 1/2 tasse de lait de coco ou d'amande
- 1 once de rhum aromatisé à la noix de coco (Malibu)

Mélanger jusqu'à ce que le contenu soit homogène.
Servir dans une flûte à champagne.
Si vous optez pour des fruits frais, prévoir deux ou trois glaçons.

Une recette de « Blogue.saq.com »

Smoothie aux bleuets et pêches

- 1 tasse de bleuets congelés (ou frais en saison)
- 1 pêche dénoyautée et coupée en dés
- 1/4 de tasse de tofu soyeux (ou plus, au besoin)
- 1 c. à soupe de sirop d'érable (ou plus, au goût)
- 1 tasse de lait d'amande

Mixer tous les ingrédients jusqu'à l'obtention d'une texture homogène onctueuse.

Si vous optez pour des fruits frais, prévoir deux ou trois glaçons.

Une recette de « Trois fois par jour »

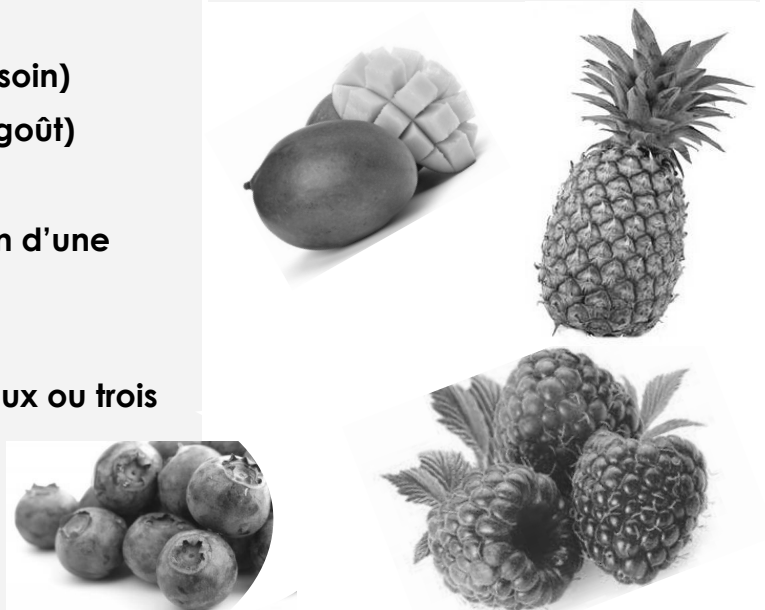


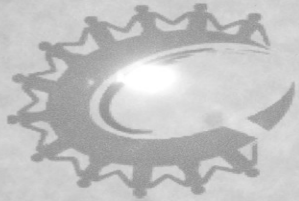
Smoothie rouge passion antioxydant

- 1 poignée de fraises
- 1 petite poignée de framboises
- 1 petite poignée de bleuets
- 2 bananes
- Jus de pomme (ou de l'eau)

Mélanger tous les ingrédients et savourer.

Une recette de « JMAGASINE.CA »





Affilié, Carrefour 50+ du Québec

SERVICES QUÉBEC ET SERVICE CANADA

Au service des aînés

Vous avez des questionnements sur la Régie des rentes du Québec, sur le Supplément de revenu garanti, sur l'aide à domicile? Voici les coordonnées de Services Québec et Service Canada pour obtenir des réponses!

SERVICES QUÉBEC



www4.gouv.qc.ca/FR/Portail/Citoyens/Pages/accueil.aspx
1 877 644-4545

SERVICE CANADA



Gouvernement du Canada

www.canada.ca/fr/emploi-developpement-social/ministere/portefeuille/service-canada.html
1 800 277-9915



VOTRE DANSE MENSUELLE
Les danses mensuelles reprendront en septembre.



Nos anniversaires du mois d'août...

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



Desjardins

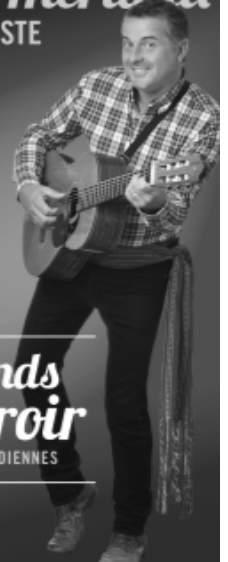
présente



DOMINIQUE BREAU
CONTEUR

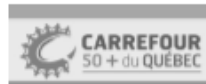
André Thériault

FANTAISISTE



Les Fonds
de Terroir
CHANSONS CANADIENNES

**SPECTACLE-BÉNÉFICE
AU PROFIT DE**



Club 50 + Amqui
91, rue du Collège, Amqui
Le samedi 23 septembre à 20 h
Admission générale : 15 \$
Bar sur place

Billets disponibles : Clubs des 50 ans et plus de la région

Infos : Pierre Raymond 418 776-5254 ou Jean-Luc Lévesque 418 629-2335



Le ronflement est dû à la vibration des tissus mous du palais et de la luette dans la gorge. S'il n'est pas nécessairement dérangeant pour le ronfleur, les personnes de son entourage peuvent être très incommodées par ce bruit qui est parfois comparable en intensité à celui du passage d'un camion. De plus, les ronflements peuvent signaler d'autres problèmes tels que l'apnée du sommeil ou encore une déviation de la cloison nasale. Il ne faut pas les prendre trop à la légère.

Causes

Différents facteurs peuvent être à l'origine du ronflement :

- des amygdales trop volumineuses;
- l'allongement de la luette;
- la congestion nasale (rhume, allergies);
- la consommation d'alcool, de tranquillisants ou de somnifères;
- la position de sommeil (sur le dos);
- le tabagisme;
- une cloison nasale déviée;
- un surplus pondéral.

Symptômes

Le ronflement est un symptôme en soi, mais il peut entraîner différents « effets secondaires » s'il devient très intense : des maux de tête chroniques, fatigue ou somnolence le jour.

Diagnostic

Une personne ayant des problèmes de ronflement devrait consulter un médecin. Celui-ci s'assurera qu'il n'y a pas d'apnée du sommeil ou d'autre situation critique qui nécessiterait un traitement différent et pourra informer le patient sur les différentes options qui s'offrent à lui pour régler son problème.

Traitement

Pour les ronflements légers, une modification des habitudes de vie est conseillée comme traitement :

- Perdre du poids : diminue l'obstruction des voies respiratoires.
- Dormir sur le côté : favorise l'ouverture des voies respiratoires.
- Faire de l'exercice : favorise l'obtention d'un poids santé et améliore la qualité du sommeil.
- Éviter l'alcool et les calmants : diminue les ronflements.
- Cesser de fumer : diminue l'irritation de la gorge.

Pour les ronflements modérés à sévères, d'autres mesures sont aussi ajoutées comme traitement. Si les ronflements sont dus à la congestion nasale (rhume, allergies), un décongestionnant ou encore un vaporisateur nasal peut beaucoup améliorer la situation. Des bandes nasales peuvent également augmenter l'ouverture des narines.

Dans les autres cas, une solution souvent adoptée est le port d'un appareil CPAP pour la « ventilation spontanée en pression positive continue ». Autrement dit, à l'aide d'un masque facial, on fournit une pression d'air constante qui maintient la gorge ouverte et empêche l'affaissement du tissu mou. Cette méthode est très efficace, mais constitue une béquille et ne règle pas le problème. Le masque doit donc être porté toutes les nuits.

Des dispositifs dentaires peuvent également être portés pour avancer la mâchoire inférieure. Cela empêche le tissu du fond de la gorge de se relâcher et évite que la langue ne s'enfonce dans la bouche. Ces appareils peuvent entraîner de l'inconfort et ne conviennent pas à tous. Finalement, une chirurgie peut être effectuée afin d'enlever le surplus de tissu. Toutes ces méthodes ont essentiellement le même objectif : dégager les voies respiratoires.



Au Canada, les espèces de fourmis connues pour envahir les résidences sont la fourmi charpentière, la petite fourmi noire, la fourmi odorante, la fourmi ravisseuse et la fourmi pharaon. Même si certaines peuvent piquer, la plupart de ces fourmis ne sont pas agressives. Toutefois, la **fourmi charpentière** est connue pour causer des dommages aux structures en bois et sa présence peut être très nuisible.

Voici **quelques conseils pour dépister la fourmi charpentière** :

1. Inspectez tous les endroits qui sont très humides et mal ventilés, le bois en contact avec le sol de même que les endroits où le bois de charpente est exposé.
2. Déterminez s'il s'agit bien d'une infestation de fourmis charpentières ou simplement de quelques individus qui errent dans la maison. Vérifiez des endroits précis à la recherche d'un grand nombre de fourmis, par exemple sous l'évier de cuisine.
3. Observez les fourmis en quête de nourriture ainsi que leurs déplacements. Il est possible qu'une piste mène à une colonie mère, à l'extérieur de la maison. (Il est à noter que les fourmis sont particulièrement actives après le coucher du soleil.)
4. Soyez à l'affût des essaims de fourmis ailées qui cherchent à s'échapper à l'extérieur, généralement au printemps.
5. Surveillez les accumulations de copeaux semblables à de la sciure de bois à l'extérieur des galeries creusées par les fourmis.
6. Essayez de reconnaître le bruit d'une colonie de fourmis en activité, un bruissement sec. Ce son est plus facile à entendre la nuit, lorsque les fourmis sont plus actives et la maison silencieuse. Utilisez un verre à vin ou un stéthoscope pour ausculter les murs.

Pour en savoir plus sur les fourmis charpentières et pour obtenir des conseils sur la façon de s'en débarrasser, consultez : <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/conseils-pour-contrôle-parasites/fourmis-charpentières.html>

Pour plus d'information au sujet des fourmis :

<https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/conseils-pour-contrôle-parasites/fourmis.html>



Bibliothèque municipale et scolaire Quilit de Sayabec

Facebook



Horaire d'été 2017

2, 9, 16, 23 et 30 août 14 h à 16 h et 18 h 30 à 20 h

Vous pouvez maintenant vous abonner à notre page Facebook : [Bibliothèque municipale et scolaire Quilit de Sayabec](#)

À LOUER

À l'Office municipal d'habitation de Saint-Moïse, 8 rue HLM, un logement de 3 1/2 pièces est disponible à partir du 1^{er} août.

Vous pouvez me joindre au :

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

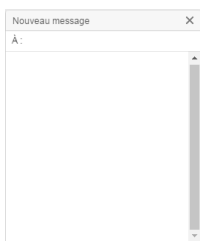
Simone Beaulieu, directrice.



Continuer sur...

facebook

Messenger : il y a une différence essentielle entre les moyens de communication sur Facebook : le **caractère public ou privé des échanges**. Les messages dans le journal, votre statut et les commentaires sont affichés aux yeux de tous, tandis que les messages type courriel et la messagerie instantanée restent privés. Donc, pour échanger en privé, il faut utiliser la messagerie (Messenger). Au même endroit, vous pouvez discuter en direct avec une personne, si elle est connectée en même temps que vous (et cela reste privé).



Pour envoyer un message avec Messenger (une des façons) : cliquer sur « **Messages** » en haut de la fenêtre Facebook, puis « **Nouveau message** ».



Dans la zone « **À** », indiquer le

ou les destinataires. Saisissez votre message et appuyez sur la touche sur « **Entrée** » de votre clavier pour envoyer le message.

Quelques autres informations utiles pour un débutant :

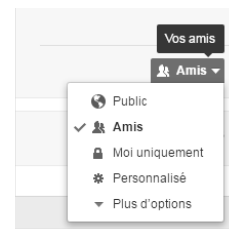
Recevoir et traiter une demande d'ajout : vous avez fait des demandes d'amis, mais, logiquement, vous en recevrez vous aussi, et parfois avec un message. Pour voir si vous avez eu des demandes, cliquez sur l'icône

« **Invitations** ». Avant d'accepter ou de refuser une demande, vous pouvez cliquer sur le nom de la personne pour voir son profil public.

Important : le profil public d'une personne dépend des paramètres de confidentialité qu'elle a choisis. Il affiche au minimum le nom et la photo de la personne (si elle l'y a mise).

Paramètres de confidentialité de votre profil :

Affichez votre profil. Pour chaque information, vous pouvez choisir les paramètres de confidentialité (voir l'image à droite).



Changer votre photo de couverture :

en plus de votre photo de profil, vous pouvez mettre une photo à l'arrière, qui se nomme « photo de couverture ». Rendez-vous sur votre profil, puis survolez l'icône d'appareil photo en haut à gauche. Les options pour changer votre photo de couverture apparaissent. Choisissez votre photo et le tour est joué!

Souhaiter un bon anniversaire à vos amis :

Facebook vous aide à vous souvenir de la date d'anniversaire de vos amis, si ceux-ci ont donné l'information dans leur profil. Pour voir les notifications des anniversaires du jour, cliquez à gauche, sur « Événements », puis sur « anniversaires ». Ainsi, vous ne pouvez plus manquer d'anniversaires! Et ce jour-

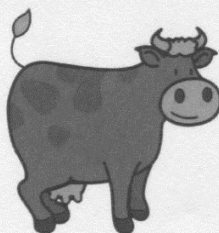


là, il vous suffit d'écrire un message sur le journal de votre « ami » ou lui écrire un message privé. Pour écrire sur son journal, affichez son journal, par exemple en saisissant les premières lettres de son nom dans la zone de recherche en haut de l'écran. Cliquez sur le résultat qui apparaît. Ensuite écrivez dans la zone « écrire quelque chose à ». Cliquez ensuite sur « publier ».

OPTI-BOEUF



Samedi 19 août
Centre sportif
de Saint-Moïse



Entrée sur le site

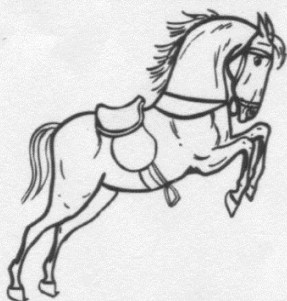
0 à 5 ans gratuit

6 à 12 ans 3 \$

13 ans et plus 6 \$

Tire de chevaux

Vous pouvez parrainer une équipe
de chevaux. 100 \$ par team.
Pour info : Martine 776-2456



Horaire de la journée

Ouverture du site : 11 h

Début des tirs de chevaux : 13 h

Fin des tirs de chevaux : 17 h

Remise des bourses : 17 h

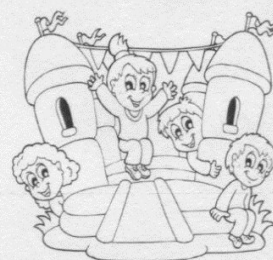
Musique avec le duo Harvey : À partir de 18 h

Disponible sur le site en après-midi

Hot dogs, sous-marins, blé d'Inde Bière, fort, vin et bien d'autres!

Ainsi que de nombreux prix de présence!

Musique sous le chapiteau avec le



Jeu gonflable
pour les enfants
de 5 à 12 ans

Merci à nos commanditaires!

Pascal Bérubé, député de Matane-Matapédia / Municipalité de Saint-Moïse
Sciage et Planage Saint-Moïse / Desjardins Caisse de Mont-Joli-Est de la Mitis
Salon de quilles Price / Geneviève et Maryse, coiffure et esthétique / Les transports C. Harvey
Clérobéc inc. / Les entreprises Harvey et fils / Scierie SerDam / Immobilier Jean-Michel Gagnon
Nutrite Gaspésie / Garage Yannick Ouellet Inc. / Salle de quilles St-Noël / Brunet Pharmacie Éric St-Laurent
Coop alimentaire de St-Noël / Sonic Distribution B. Picard Inc. / RPF
Ferme Laifort inc. / Familiprix Extra Kaven Mc Nicoll et Jean-Philippe Hallé / Ferme Jolipré Holstein

ALLOCATION POUR LES PERSONNES ÂGÉES DE 60 À 64 ANS

Qu'est-ce que l'Allocation ?

L'Allocation est une prestation mensuelle destinée aux couples à faibles revenus.

Quels sont les critères d'admissibilité ?

Vous êtes admissible à l'Allocation si vous répondez à toutes les exigences suivantes :

- vous êtes âgé de 60 à 64 ans;
- votre époux ou conjoint de fait reçoit la Sécurité de la vieillesse et est admissible au Supplément de revenu garanti;
- vous êtes un citoyen canadien ou un résident autorisé au Canada;
- vous habitez au Canada et y avez vécu pendant au moins 10 ans après l'âge de 18 ans;
- votre revenu annuel combiné avec celui de votre époux ou de votre conjoint de fait est inférieur au seuil annuel maximal admissible.



Sous certaines conditions, il est possible de recevoir cette prestation même si la personne n'a pas vécu au moins 10 ans au Canada depuis son 18e anniversaire de naissance. Il faut s'adresser à l'un des bureaux de programme de la Sécurité de la vieillesse.

À quel moment doit-on faire la demande ?

La demande peut se faire de 6 à 11 mois avant le 60e anniversaire si le conjoint est un pensionné admissible au Supplément de revenu garanti.

La rétroactivité est-elle possible ?

Oui. Un retour en arrière pour des paiements non effectués est possible pour une période maximale de onze mois.

À quel moment les versements des prestations commencent-ils ?

Le conjoint bénéficiaire commence à recevoir son Allocation le mois suivant son 60e anniversaire de naissance.

L'Allocation est-elle imposable ?

L'Allocation est un revenu non imposable. Cependant, le montant doit être indiqué dans la déclaration de revenus annuelle.

Pour plus d'information ou pour avoir un service-conseil gratuit dans vos démarches, téléphoner Karine au 629-6077

Source: Inform'elle

LA RESSOURCERIE AU SERVICE DE LA COMMUNAUTÉ

Vous avez des électroménagers, des meubles, des jouets ou des appareils électroniques dont vous voulez vous départir . Pensez à la Ressourcerie de la Matapédia. Nous offrons le service de cueillette gratuitement dans les 18 municipalités.

Nous récupérons aussi des articles de toutes sortes:

Articles de sports - Luminaires - Matelas - Antiquités - Vaisselles - Armoires - Évier
Comptoir de cuisine - Bains - Couchettes - Sièges d'auto - Lavabos - meubles -
Informatiques - Électroniques - Électroménagers (même s'il ne fonctionne plus) - Etc...



De plus, nous sommes à la recherche de sacs de plastique pour notre service à la clientèle lors de l'emballage de la marchandise. Vous pouvez nous rejoindre au 418-629-6777.



COIN DÉTENTE



PENSÉES

Sourire coûte moins cher que l'électricité, mais donne autant de lumière.

N'oubliez pas de fréquenter des gens heureux car le bonheur est contagieux!

Le bonheur n'est pas une destination mais une façon de voyager.

DEVINETTES

Quelle est la différence entre l'être humain et un dauphin?

Quel mot commençant par la lettre C désigne quelque chose qui peut être clair ou obscur, humide ou sec, ouvert ou fermé, noir ou rose?

Quel est le comble d'un Rugby Man?

BLAGUES

Un homme demande à sa femme blonde :

- Chérie, peux-tu m'expliquer pourquoi mes pantalons ne sont jamais repassés jusqu'en bas?

- Ben oui. C'est parce que le câble électrique de mon fer à repasser n'est pas assez long!

Lors d'un mariage, une fillette demande à sa mère :

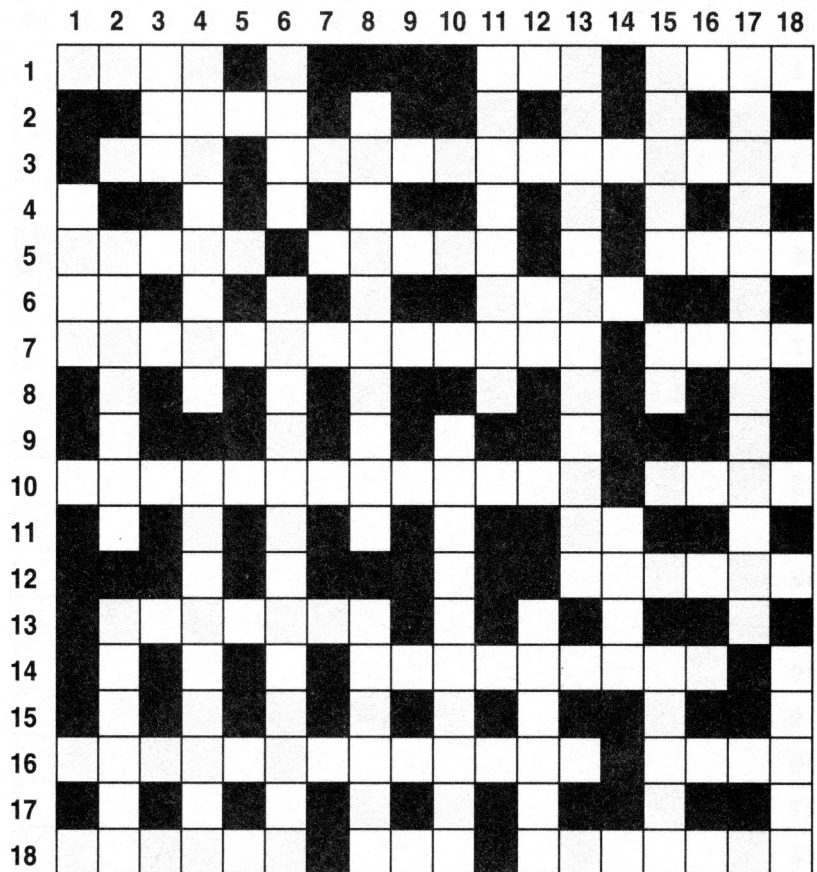
- Maman, maman, pourquoi la madame elle est habillée tout en blanc?

- Hé bien, c'est pour montrer qu'elle est heureuse, c'est une couleur qui annonce le bonheur, pour dire que son amour durera toujours.

- Ha, mais pourquoi le monsieur alors il est tout en noir?

Indice : Qualificatif

- | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------------|--------------------------------------|--------------------------|--|---|--|--|----------------------------------|------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------|--|
| 2 AB EC Su UV | 3 Gag LAV RDA Sou | 4 AELE Bave | Dème Égée Ford Girl Mélo Pest Sial Ubac Velu | 5 Banal Blasé Pulsé Reger Virus | 6 Allées Huître Lampée Mégère Réputé | 7 Abitibi Consort Effraie LaMotta | 8 Déviance Glissant | 9 Commodore Langueurs | 10 Circonvenu Pleinement | 12 Génuflacteur | 13 Appointments Circonférence Intermittence Obscurantisme Solutionnable Vulnérabilité |
|----------------------------------|--------------------------------------|--------------------------|--|---|--|--|----------------------------------|------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------|--|



Deux blondes se promènent lorsque l'une trouve un miroir par terre. Elle se regarde dedans et dit : -Oh mais je la connais celle-là ! L'autre prend le miroir se regarde à son tour et s'exclame : Évidemment que tu la connais c'est moi!!

RÉPONSES DE LA PAGE COIN DÉTENTE

DEVINETTES

Aucune, on dit que les deux sont intelligents, mais personne n'a encore pu le prouver.

Le ciel

De se faire plaquer par sa femme

MOT MYSTÈRE

CONSORT



À VENDRE

DEUX TERRAINS NON AMÉNAGÉS

SUR LA RUE FRASER

CONTACTER :

RÉGIS HARVEY

418-776-2885

OU COLOMBE HARVEY

418-750-2907

Centre de l'auto (mobile)

Réparation de véhicule

Accidenté

Peinture

Esthétique

Antirouille

Pose de pare-brise



A.G.

418-730-8399

André Gagné Prop.



Dany Ouellet

Instructeur en SIR/DEA/SA/PS4

3, rue Bossé

Sayabec (Québec) G0J 3K0

Tél. : 418 536-5936

Cell. : 418 631-4692

Courriel : danyrecem@hotmail.com

le guichet unique en solutions informatiques

Informatique

Produits d'impression

309-B, rue Fournier, Matane (Québec), G4W 4G1

tél. : **418 562-0252** téléc. : **418-566-0277**

turcottec@maticsolutions.ca

www.maticsolutions.ca

MaticSolutions



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

Point de service :

Saint-Moïse

Tél. : 418-776-2289

Sur rendez-vous.



Offre service à domicile

418-776-2550 • 418-318-0352

membre de l'A.N.Q



CHEVALIERS DE COLOMB

CONSEIL TARTIGOU 9985

M. Jean-Claude Robichaud

GRAND CHEVALIER

M. Simon Lavoie: secrétaire



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

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 (soir, fin de semaine)

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

Carosserie
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!



11/09/2015

st-Amand et Sirois

Mécanique générale
&
Essence avec service

420, Route 132
St-Moïse QC
G0J 2Z0

Tél : (418) 776-2147



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

Clement Sirois

Propriétaire

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

T 418 536 3344

F 418 536 3348
clerobec@globetrotter.net

RESTAURANT
CHEZ
TARZAN

418 rte 132,
St-Moïse
G0J 2Z0

Spécialité
PIZZA
Menu du
jour

418 776-5211 Propriétaires : Hermel Richard
et Carole Paradis

Horaire : 7 jours sur 7 de 10 h à 19 h

Éleveur laitier, travaux à forfaits et Dénivellement

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



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

* MÉCANIQUE SPÉCIALISÉE

* PNEUS DE TOUS GENRES

* VITRES D'AUTO

* ASSISTANCE ROUTIÈRE



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



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-Moise, 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