

Le **4** saisons



Baie-des-Sables

Édition été 2021

TABLE DES MATIÈRES

Mot des éditrices	p.3
Par Suzy Bergeron et Françoise Vaillancourt, éditrices du journal	
Ma communauté	p.4
<i>Le parcours de Denise et Michel</i> Par Huguette Marcoux	
<i>Une personne digne d'intérêt</i> Par Françoise Vaillancourt, coéditrice du journal	
Culture	p.6
<i>Des petites nouvelles de la bibliothèque</i> Par Françoise Vaillancourt, responsable de la bibliothèque	
<i>Un poème pour nourrir l'âme</i> Par Monique Roy	
Sports	p.8
<i>L'été s'en vient et la Covid s'en va! Ça commence à bien aller!</i> Par le CA du Club de ski de fond de Baie-des-Sables	
<i>Circuits cyclables de Baie-des-Sables – Pédale ton village</i> Par Pat Clements, Comité d'Embellissement et Tourisme de Baie-des-Sables	
Loisirs - Connaissez-vous le Sentier des Rosiers?	p.11
Par Denis A. Forest, Comité d'Embellissement et Tourisme de Baie-des-Sables	
Développement local	p.12
<i>Les dernières nouvelles du Café La Caisse</i> Par Odette Simoneau, présidente du CA du Café LA CAISSE	
<i>Une première Route du lait dans La Matanie</i> Par la Maison des familles de La Matanie et le Groupe d'entraide Lait Douces Heures	
Entrepreneurial	p.15
<i>Signature de l'entente avec Développement Économique Matanie</i> Par Mélodie Pardonnet, MRC de La Matanie	
<i>Nouvelle boutique éphémère à Baie-des-Sables pour l'été 2021</i> Par Gervais St-Pierre	
Environnement - Campagne d'été d'ISÉ	p.16
Par Mélodie Pardonnet, MRC de La Matanie	
Des services pour vous – Transport collectif de La Matanie	p.17
Par Vanessa Caron, MRC de La Matanie	
Cuisine - Recette de guédilles aux crevettes	p.18
Par Suzy Bergeron, amatrice de crevettes et éditrice du journal	
Espace jeux - Mots cachés	p.19

Crédit photo page couverture et couverture arrière : Suzy Bergeron

MOT DES ÉDITRICES

Par Suzy et Françoise, éditrices du journal

La saison estivale 2021 a de quoi bien débuter : belle température, chaleur, allègement des mesures sanitaires, réduction des cas de covid sur le territoire québécois, les processus de vaccination qui s'accélèrent, les Canadiens de Montréal qui nous enfilent plusieurs victoires consécutives dans les séries éliminatoires, etc. Qui aurait pu prédire qu'ils se seraient rendus en demi-finale des séries de la LNH cette année? Go Habs Go!

Les nouvelles sont plus positives et on se laisse porter par ce nouveau sentiment de légèreté après la lourdeur négative de la dernière année. Je ne sais pas pour vous, mais pour ma part, ça m'émeut beaucoup. Et ça fait du bien pour l'âme. Passer du temps dehors, préparer le jardin, revoir des membres de la famille, des amis, aller au restaurant.



Photo : Alain Raymond

CONCOURS 2021 – PRIX DE 100 \$

Nous souhaitons vous faire un rappel concernant notre concours annuel : « Une personne digne d'intérêt ». Écrivez-nous un court texte de 15 lignes (police de caractère Arial, 12 pt., interligne simple) nous présentant une personne du village que vous aimeriez faire connaître. N'oubliez pas de lui demander la permission de la nommer! On dit facilement dans les petits villages que « tout le monde connaît tout le monde », mais ce n'est sans doute pas exact. Les juges? Le comité de la bibliothèque. Le prix? 100 \$ pour le texte le plus inspirant, drôle, dans un style unique et accrocheur. Quand? Nous recevrons vos textes tout le long de l'année 2021 jusqu'au 5 décembre. Nous dévoilerons le/la gagnant(e) à l'édition d'hiver 2021, le 21 décembre.

PARTICIPATION AU JOURNAL – BESOIN DE PLUS DE CHRONIQUES DE LA COMMUNAUTÉ

Dans les dernières éditions du Journal 4 saisons, il y avait relativement peu de textes de la part de citoyens de Baie-des-Sables. Ainsi nous voulons vous rappeler que ce journal est communautaire et se veut rassembleur et convivial. Chronique culturelle, sportive, entrepreneuriale ou historique, nouvelle, bon coup, recette de cuisine, entrevue, lettre ouverte, opinion libre, dessin, présentation d'une entreprise ou d'un entrepreneur, etc. sont les bienvenus!

Pour proposer un article pour les prochaines éditions ou pour contribuer de quelque manière au journal, communiquez avec Françoise et Suzy :

journal4saisons@gmail.com

Dates de tombée : 5 septembre, 5 décembre, 5 mars et 5 juin.

Le parcours de Denise et Michel jusqu'à Baie-des-Sables

Par Huguette Marcoux

Aujourd'hui, je vous présente un couple très charmant et surtout très discret, Denise Michaud et Michel Hébert. Ils habitent tout près du fleuve dans la maison, en fait c'est la seule maison, du côté nord de la route 132 Est en allant vers Saint-Ulric. Je les remercie d'avoir partagé avec nous une partie de leur vie familiale et professionnelle. Bien que tous les deux soient à la retraite, leur implication dans notre communauté est un exemple pour nous tous.

Denise Michaud est née en 1941 à La Sarre, en Abitibi. Elle étudie à l'École normale de Rouyn-Noranda et obtient un brevet d'enseignante. Elle poursuit ses études à l'École des beaux-arts de Québec.

Michel Hébert est né en 1944 à Saint-Hyacinthe, en Montérégie. Suite à ses études au secondaire, il poursuit à l'École des beaux-arts de Québec, et y ajoute un brevet d'enseignement spécialisé en arts plastiques.

Denise et Michel se marient en 1964 et demeurent dans le Vieux-Québec jusqu'en 1970. Leurs trois enfants Caroline, Marie et Vincent y sont nés.

En 1969, c'est leur premier voyage en Gaspésie. C'est le coup de foudre pour la région, à un moment où la vie en ville ne leur plaît plus.

Un an plus tard, Michel postule un emploi d'enseignant en arts plastiques au Cégep de la Gaspésie, à Gaspé. Il donne également des cours de didactique des arts plastiques aux enseignants de l'élémentaire de toute la Gaspésie et des Îles-de-la-Madeleine.

En 1973, Michel devient enseignant au Cégep de Matane, dans le cadre du nouveau programme professionnel de photographie. Durant deux ans, la famille habite à Saint-Ulric, puis s'établit à Baie-des-Sables en 1975.

Les trois enfants fréquentent l'École L'Assomption jusqu'au secondaire II. Denise et Michel s'impliquent à tour de rôle dans le comité d'école et le comité de parents de la commission scolaire. Ils sont toujours présents aux assemblées sur le maintien du secondaire I et II à l'école locale.

Denise s'intéresse à l'alimentation naturelle biologique. Elle travaille à l'entrepôt La Grande Ô à Matane, centre de distribution régional en aliments naturels et biologiques.



Elle collabore activement à la fondation du Groupe d'achat Tartigou à Baie-des-Sables et préside le groupe et l'héberge durant plusieurs années. Aussi, elle monte et donne une série de cours de cuisine en alimentation naturelle pour l'Éducation des adultes de Matane. Elle répond à des demandes régionales pour ces cours, jusqu'au plateau de la Matapédia et de Mont-Louis. Denise s'implique durant plusieurs années au conseil d'administration de l'École de ballet de Matane.

D'abord dessinateur et peintre, puis artiste-photographe, Michel a participé à près de 60 expositions, solos ou de groupe. Dans le cadre du programme Intégration des Arts à l'Architecture, il a réalisé deux murales photographiques à Matane et New Richmond. Cinq de ses œuvres font partie des collections du Musée National des beaux-arts du Québec. Deux autres font partie de la collection du Musée régional de Rimouski.

En 2013, il présente son exposition de photographies « Émergence du littoral » à la Résidence des Sables et participe à l'exposition du 150^e de Baie-des-Sables toujours à la Résidence des Sables en 2019.

Depuis 1972, Michel s'est impliqué dans l'administration et le fonctionnement de plusieurs organismes de diffusion culturelle régionale tels la Galerie d'Art de Matane, le Centre d'Artistes Espace F, l'événement photographique PHOS, le Symposium de sculpture de Matane et le Musée régional de Rimouski.

En mai 2000, il lance le manuel didactique « Le système des Zones et la sensitométrie » Modulo Éditeur. Ce manuel fut sélectionné en France à la finale des Prix Roberval 2000, prix francophones du livre et de la communication en technologie.

Michel est membre du conseil d'administration du Club de ski de fond de Baie-des-Sables depuis une décennie et en est le président depuis 2015.

Caroline a été journaliste à Radio-Canada Matane, puis animatrice culturelle pour la Ville de Matane et la Ville de Rimouski, où elle demeure.

Marie est bibliothécaire et animatrice culturelle à la bibliothèque Du Boisé, à Ville St-Laurent.

Vincent est technicien en communication pour Télécommunication de l'Est à Matane.

Une personne digne d'intérêt

Par Françoise Vaillancourt, coéditrice du journal 4 saisons

Vous ne serez pas nombreux à reconnaître celui que j'ai rencontré dans le cadre de notre concours lancé lors de la dernière édition "une personne digne d'intérêt". Mais je ne participe pas au concours: je me suis dit que je ne pouvais pas suggérer ce concours sans faire moi-même l'exercice.

Un québécois né au Nouveau-Brunswick.

Je connaissais déjà la personne dont je parle mais je n'ai fait que des découvertes en l'écoutant me parler de son travail, de ses engagements, de ses initiatives et de sa contribution à l'innovation dans son travail.

J'ai pris des notes pendant qu'il me contait ce qui a occupé une grande part de sa vie : son travail. Approvisionnement et Service Canada. Conciliation bancaire du gouvernement fédéral. Ça vous dit

quelque chose? C'est compliqué! Ce sont des chèques, des paiements à vérifier, à contre-vérifier : paiements dont le gouvernement doit protéger la preuve, archiver tout ça, paiements faits, en circulation, annulés : tout doit être retraçable. Dans cette carrière, il s'est impliqué dans le développement de nouveaux procédés informatisés. MICR : Magnetic Ink Character Recognition est devenu OCR : Optical Character Recognition. J'ai compris mais pas assez pour vous expliquer ici son travail aussi bien qu'il l'a fait lui-même.

Ce qui m'importe, suite à notre conversation, ce que j'ai retenu, c'est sa personnalité, ses qualités. Un homme qui s'engage pleinement dans son travail, qui recherche des solutions et qui innove avec les membres de son équipe parce qu'il a à cœur d'améliorer le travail et les conditions qui le rendront plus efficace. Il poursuit les objectifs avec détermination et se consacre à identifier les problèmes et à développer les outils pour les résoudre. Il se retrouve ainsi à l'avant-garde.

Il n'était pas différent lors de notre rencontre : préparé, généreux; photos, anecdotes et sujets se sont enchainés sans difficulté.

Ce sont ces mêmes qualités qui font de lui un membre dynamique du Club de ski de fond auquel il se consacre. Pas étonnant non plus que vous le retrouviez à développer les pistes de vélo.



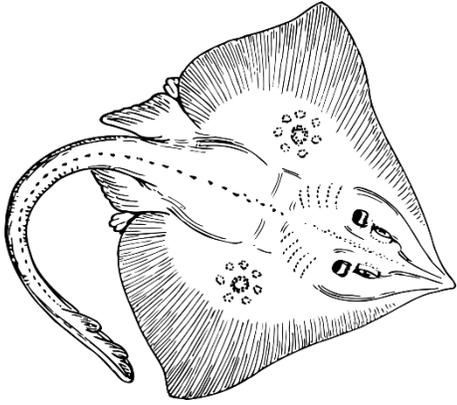
Le reconnaissez-vous sur cette photo?

CULTURE

Des petites nouvelles de la bibliothèque

Par Françoise Vaillancourt, responsable de la bibliothèque

ATTENTION : Surveillez dans le prochain bulletin municipal (juillet) l'horaire de la bibliothèque qui risque d'être modifié afin de recevoir le Club de lecture Desjardins qui se tiendra les mercredis de 15h30 à 16h30.

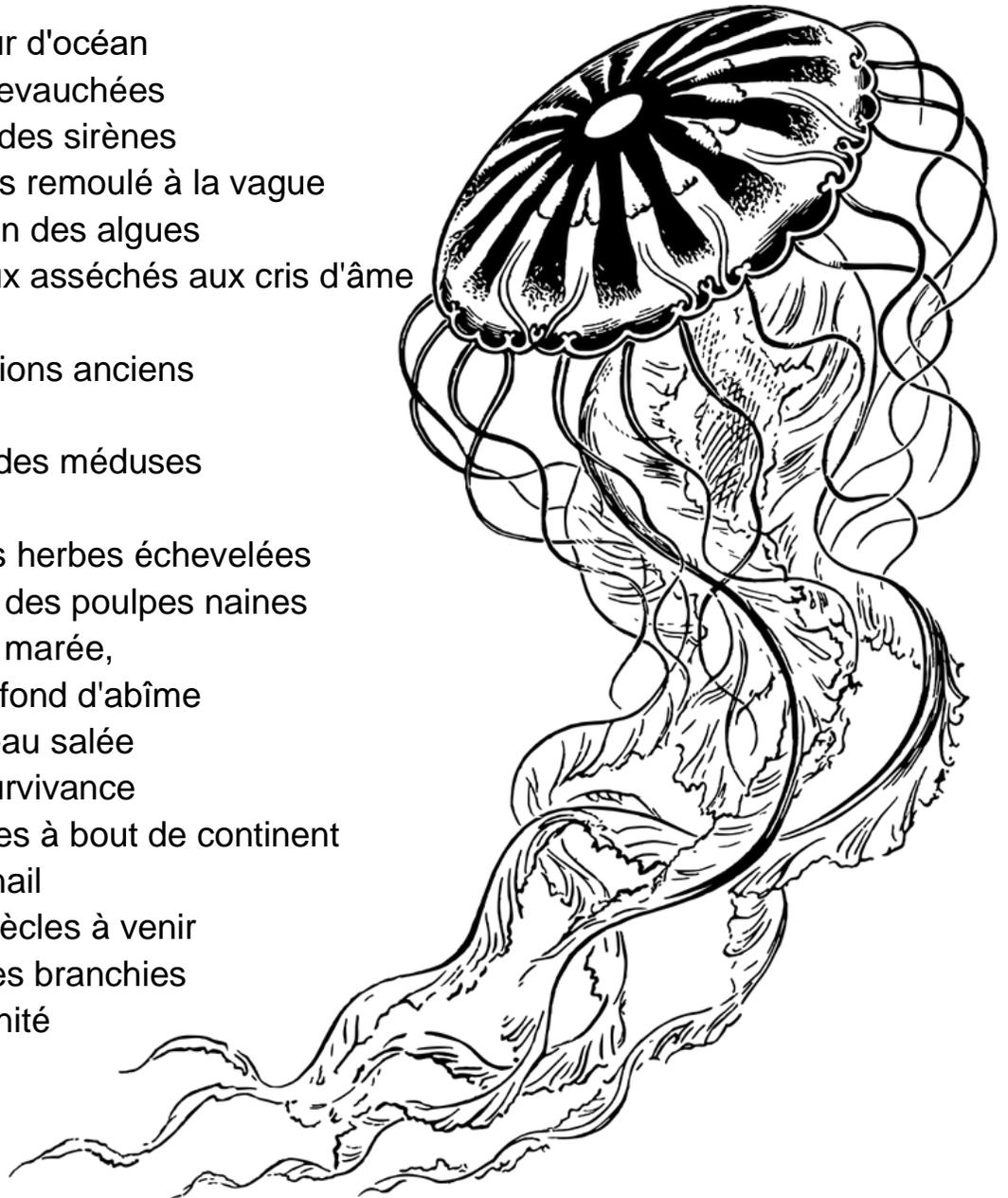


Un poème pour nourrir l'âme

Par Monique Roy

BALLADE MARINE

Le pont inachevé
Tu as plongé en cœur d'océan
Par-delà les mers chevauchées
Tu as ployé au pays des sirènes
Pour cacher ton corps remoulé à la vague
Tu as plongé au jardin des algues
Pour mouiller tes yeux asséchés aux cris d'âme
Baignée, bercée
Ton pied frôle les galions anciens
Alanguie
Tu flottes au rythme des méduses
Ballotée, tanguée
Tes bras enlacent les herbes échevelées
Tes doigts dessinent des poulpes naines
Ton ventre rythme la marée,
pousse une vague à fond d'abîme
Tes seins gonflés d'eau salée
ont dilué un lait de survivance
Marine fleur, tu vogues à bout de continent
Perdue sans gouvernail
Femme sirène des siècles à venir
sur le quai sèchent tes branchies
Femme noyée d'éternité
En ballade marine
Tu dances l'infini
Baignée, bercée



L'été s'en vient et la Covid s'en va! Ça commence à bien aller!

Par le CA de votre Club de ski de fond : Michel Hébert, Karen Lamarre, Carl Lefrançois, Jocelyne Guimont, Fabrice Ouellet et Pat Clements.

Enfin de la chaleur, du soleil, la plage, les vacances! Nous nous sentons presque comme des «snowbirds» qui auraient perdu le «Sud». Pour les skieurs que nous sommes, c'est à peu près ça. Encore quelques dossiers à finaliser, de gros projets mis de l'avant au printemps sont en attente de réponses, mais nous prendrons bientôt une pause bien méritée. C'est sûr qu'il faut garder la forme – marche, vélo, canot, natation, jardinage, la «maud...» pelouse, tout est bon! Il suffit d'en faire régulièrement. Pensez aussi à l'alimentation! On coupera un peu sur les boissons «alcool hic!» et les gros soupers au profit des belles salades et des desserts fruités. Mais surtout : amusez-vous!

Parlant de s'amuser, le Club de ski de fond espère de tout cœur que les règles sanitaires s'adouciront assez pour permettre la tenue de notre match annuel de pétanque contre le groupe des 50 ans et plus. La date sera fixée dès que nous en saurons plus. Il sera probablement permis d'aller se pratiquer par petits groupes au moment de lire ces lignes. Nous invitons les intéressés à jouer dans leur équipe favorite, à se faire connaître le plus tôt possible. M. Therrien, vous avez intérêt à bien vous préparer! Notre saison de ski a été superbe et le moral est au plus haut. Bonne chance les 50 ans et plus!

En passant le Club de ski de fond aimerait souhaiter la meilleure des chances à un de membres du conseil d'administration qui déménagera sous peu à Ottawa avec sa petite famille. Un gros MERCI à Carl Lefrançois et à Nadine Zeyl pour votre implication dans le ski de fond à Baie-des-Sables et auprès des jeunes skieurs. Vous allez nous manquer!

Pour terminer, les membres du conseil d'administration vous souhaitent un bel été.

Soyez prudents, soyez actifs, gardez-vous en santé et profitez des beaux jours.

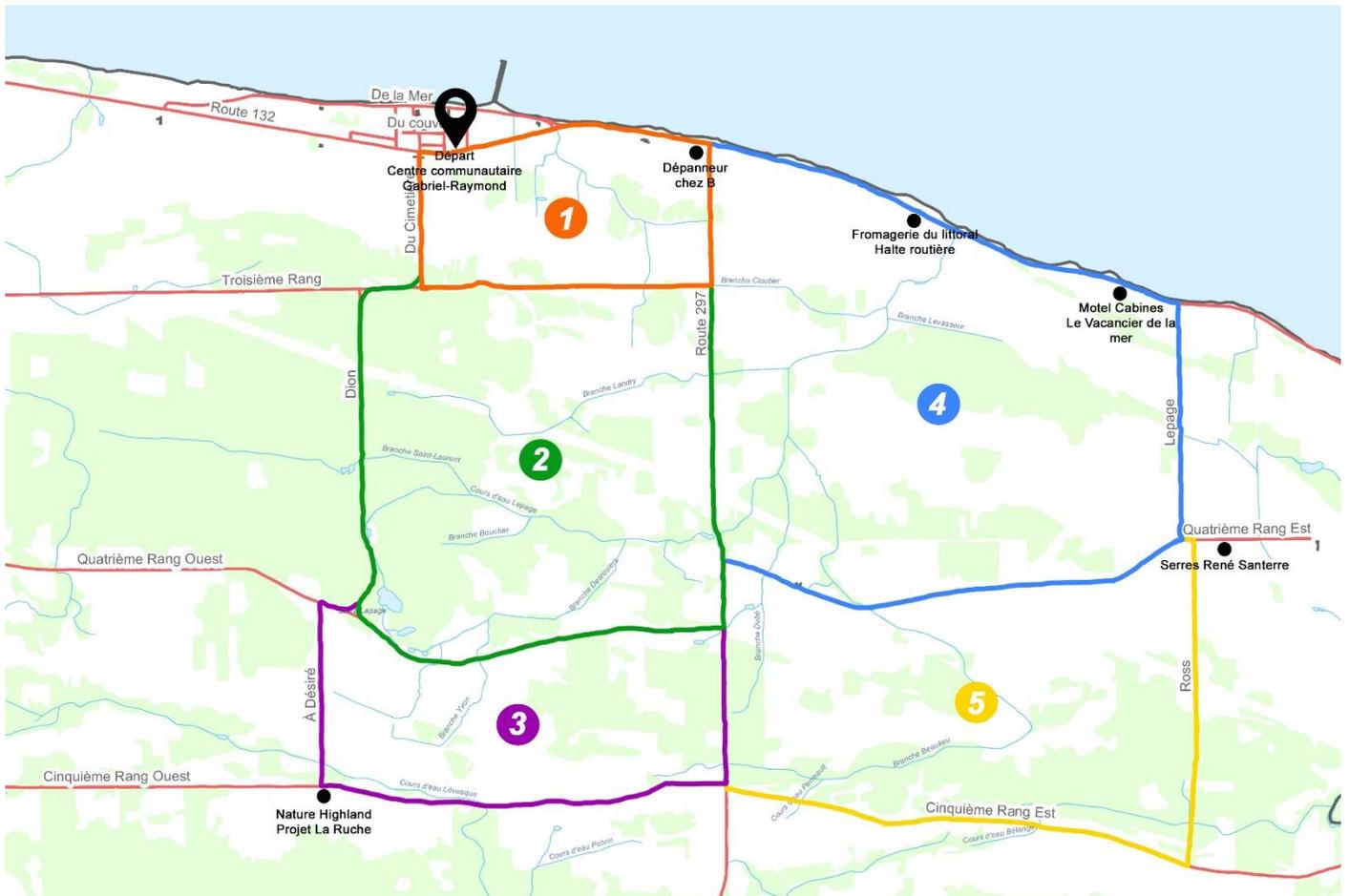
On ne parlera même pas de l'automne pour l'instant!



Circuits cyclables de Baie-des-Sables – Pédale ton village

Par Pat Clements, Comité d'Embellissement et Tourisme de Baie-des-Sables

Tous les circuits débutent à partir du Centre communautaire Gabriel-Raymond. Les distances sont approximatives et calculées sur Google Map.



Circuit #1 : Distance 5,6 km. Niveau de difficulté : Très facile

Départ du Centre communautaire Gabriel-Raymond, prendre la route 132 direction Est, tourner à droite sur la route 297 Sud (Dépanneur Chez B), tourner à droite le 3^{ème} rang Ouest (après la voie ferrée - partie gravelée : environ 2 km). Prendre la route du Cimetière à droite et retour au centre communautaire.

Circuit #2 : Distance 11 km. Niveau de difficulté : Très facile si fait dans l'ordre. Intermédiaire si fait à l'envers.

Départ du Centre communautaire Gabriel-Raymond, prendre la route 132 direction Est, tourner à droite sur la route 297 Sud (Dépanneur Chez B), tourner à droite sur le 4^{ème} rang Ouest (avant la montée), tournée à droite sur la route Dion, rejoindre la route du Cimetière, retour au centre communautaire.

Circuit #3 : Distance 13,5 km. Niveau de difficulté : Intermédiaire.

Départ du Centre communautaire Gabriel-Raymond, prendre la route 132 direction Est, tourner à droite sur la route 297 Sud (Dépanneur Chez B), monter la côte à François-Arthur Dubé, tourner à droite sur le 5^{ème} rang ouest (partie gravelée), tourner à droite sur la route à Désiré (partie gravelée),

tourner à droite sur le 4^{ième} rang Ouest, puis tout de suite à gauche sur la route Dion. Rejoindre la route du Cimetière, retour au centre communautaire.

Points d'intérêt : usine d'huile de cameline (Nature Highland) et miellerie (Projet La Ruche) / table à pique-nique.

Circuit #4 : Distance 15 km. Niveau de difficulté : Intermédiaire.

Départ du Centre communautaire Gabriel-Raymond, prendre la route 132 direction Est, tourner à droite sur route Lepage, tourner à droite sur le 4^{ième} rang Est, tourner à gauche sur la route 297 Sud, tourner à droite sur le 4^{ième} rang Ouest (avant la montée). Prendre la route Dion à droite, rejoindre la route du Cimetière, retour au centre communautaire.

Points d'intérêt : Fromagerie du Littoral, halte routière du Meunier (toilettes et eau), Motel Le Vacancier de la mer, serres de tomates biologiques (Serres René Santerre) / table à pique-nique.

Circuit #5 : Distance 19,5 km. Niveau de difficulté : Intermédiaire.

Départ du Centre communautaire Gabriel-Raymond, prendre la route 132 direction Est, tourner à droite sur la route Lepage, tourner à gauche sur le 4^{ième} rang Est, puis à droite sur le boulevard Ross (partie gravelée), tourner à droite sur le 5^{ième} rang Est (partie gravelée), tourner à droite sur route 297 Nord, tourner à gauche sur le 4^{ième} rang Ouest (au pied de la côte), prendre la route Dion à droite, rejoindre la route du Cimetière, retour au centre communautaire.

Points d'intérêt : Fromagerie du Littoral, halte routière du Meunier (toilettes et eau), Motel Cabines Le Vacancier de la mer, serres de tomates biologiques (Serres René Santerre) / table à pique-nique.



Vous pourrez consulter ces circuits en couleur sur le site Internet de la municipalité au www.municipalité.baiedessables.ca



Connaissez-vous le Sentier des Rosiers?

Par Denis A. Forest, comité d'embellissement et tourisme de Baie-des-Sables

Connaissez-vous le **Sentier des Rosiers** de Baie-des-Sables?

Vous cherchez une occasion de faire de l'exercice? Un beau sentier s'offre à vous, dans notre municipalité. À son entrée Ouest, trouvez la belle enseigne, **SENTIER DES ROSIERS 2.8 km**, juste en face du Garage Donald Santerre. Le Sentier des Rosiers se termine, côté Est, à la halte routière du Meunier.

Ce sentier existait depuis plusieurs années, mais il manquait d'amour. Le comité d'embellissement et tourisme de Baie-des-Sables a entrepris, l'année dernière, de lui redonner sa beauté.

Tout de gazon, poussière de pierres et asphalté (la vieille route 2), borné de rosiers à plusieurs endroits, longeant le fleuve, vous bénéficiez d'un sentier avec une surface confortable pour la marche tout au long du parcours. Devant le Dépanneur chez « B », plusieurs bancs colorés, rénovés, vous attendent pour un p'tit répit, peut-être accompagné d'un rafraîchissement acheté au dépanneur. Même l'hiver, le sentier est accessible. Merci aux différents bénévoles qui tondent le gazon l'été et dament le sentier l'hiver avec leur motoneige.

Les gens peuvent se rejoindre pour marcher en bonne compagnie. Vous pouvez débuter la marche où vous voulez, à l'une ou l'autre des extrémités du sentier ou à son centre, et faire la distance qui vous convient. Les gens marchent ensemble ou se croisent. C'est à votre choix.

Pour conserver ce lieu propre et invitant, d'ici à ce que nous puissions y ajouter des bacs pour les déchets, il est suggéré d'apporter un p'tit sac pour ramener vos surplus et peut-être cueillir un bout de papier ou autres objets indésirables sur un si beau sentier.

Bonne marche!



Les dernières nouvelles du Café LA CAISSE

Par Odette Simoneau, présidente du CA du Café LA CAISSE

Bonjour à vous!!!

Un bel été débute et l'équipe du Café LA CAISSE est toujours au poste pour préparer son ouverture prévue dans un an maintenant!

En tant qu'OBNL, nous nous devons de nous autofinancer le plus possible. Parmi nos actions, nous avons organisé la vente de cartes cadeaux qui a été un franc succès avant Noël. Elles sont d'ailleurs toujours disponibles sur notre site Internet cafelacaisse.com. Si vous souhaitez faire un cadeau à la fête des pères, par exemple, ou pour toute autre occasion, votre achat sera un appui au projet du Café LA CAISSE.



En février 2020, nous avons fait renaître le Carnaval **BRASSE BRASSE** de Baie-des-Sables. Quel beau succès!!! Cela a été mémorable! Plusieurs centaines de carnavalesques et carnavalesques sont venus fêter. Que de beaux souvenirs!! Le hockey d'antan, le diner hot-dog des pompiers, la souque à la corde, la glissade, le défilé « Flambeaux et tintamarre », le souper spaghetti, la soirée animée!!! Wow!! Merci encore à tous! Plus de 6 000 \$ ont été amassés pour le café grâce aux généreux commanditaires, participants, bénévoles, aux fermières, aux pompiers, au Club des 50+ans et à mère nature évidemment!!!! Nous n'avons pas été en mesure de vous l'offrir cette année vu la situation, mais il sera de retour en février prochain si cela est possible. Le Carnaval **BRASSE BRASSE** sera notre activité hivernale officielle.

Cette année, nous organisons la première édition de ce qui sera notre activité estivale officielle. Un tournoi de golf bénéfique pour le Café LA CAISSE aura lieu le samedi 21 août prochain au Club de Golf LE BOULE ROCK de Métis-sur-Mer! Monsieur René Landry retraité des Pêcheries Denis & René Landry Inc. et de la Poissonnerie Gagnon de Rimouski, a généreusement accepté d'être notre président d'honneur. Nous souhaitons faire de cet événement un franc succès qui deviendra un rendez-vous annuel à ne pas manquer! En cette année un peu particulière, les règles sanitaires seront respectées et nous permettront tout de même d'aller de l'avant.

Un plan de commandites est disponible et nous espérons attirer 144 joueurs donc 36 quatuors de golf (foursomes). Nous sommes ambitieux mais c'est ce qui nous distingue depuis le début!

Si vous souhaitez participer :

- Les inscriptions individuelles coûtent 60 \$ (incluent la partie, la voiturette et une consommation).
- Le quatuor de golf (foursome) vaut 240 \$.
(Vous pouvez vous inscrire seul, par deux, trois, quatre, c'est sans importance, nous formerons les équipes.)
- Les départs simultanés (shot gun) des 18 trous seront à 11 h.
- Vous devrez arriver au restaurant du Club de Golf à partir de 10 h pour vous inscrire.
- L'adresse du Club de Golf est le 164 Route 132 à Métis-sur-Mer.

- Il fera beau!!!

Si vous ne jouez pas au golf, vous pouvez tout de même faire un don au Café LA CAISSE. Nous aurons aussi besoin de bénévoles si vous souhaitez vous joindre à l'équipe.

Voici toutes les coordonnées pour retrouver l'information sur le tournoi, pour vous inscrire, faire un don ou une commandite.

Site internet : cafelacaisse.com

Facebook : Café « La Caisse »

Instagram : @cafelacaisse

Adresse courriel : cafelacaisse@gmail.com

Téléphone : 1-418-380-7275 ou 418-750-2029

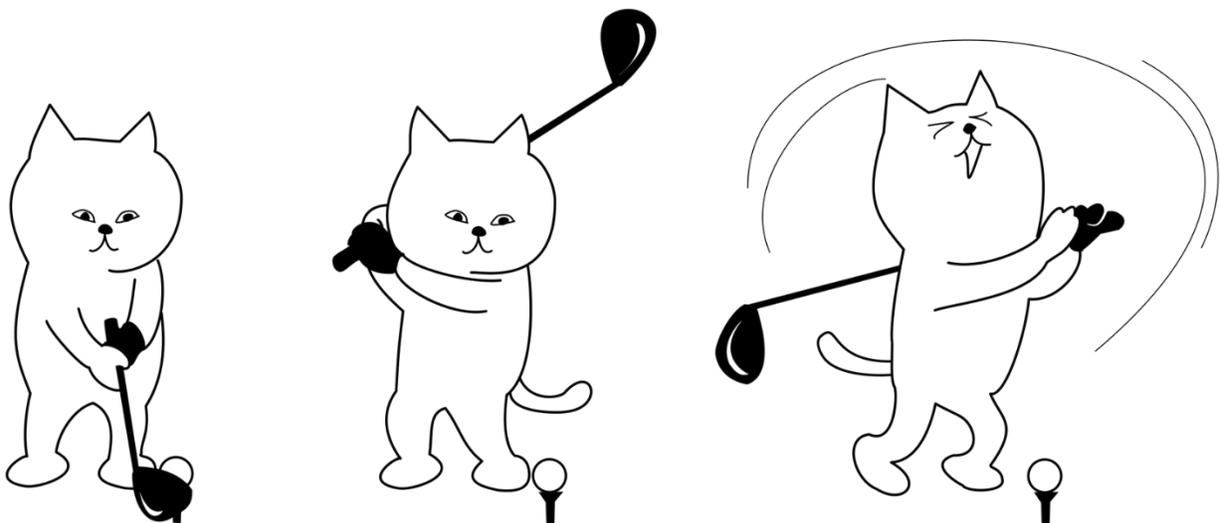
Au plaisir de vous y retrouver et au nom de toute l'équipe et de la communauté, merci de tout cœur!

Notre président d'honneur, Monsieur René Landry



« Le Café LA CAISSE est un projet structurant dont Baie-des-Sables et ses environs ont besoin. Il a pour mission de contrer l'isolement, de mettre en valeur notre histoire, notre culture et notre art sous toutes leurs formes, d'offrir des activités de loisirs, d'accueillir nos visiteurs et nous permettre d'aller s'y retrouver pour partager. Il est important pour moi de me joindre à cette équipe de vaillants bénévoles afin de leur offrir mon soutien. Merci de vous joindre à moi! »

A handwritten signature in cursive script that reads "René Landry".



Une première Route du lait dans La Matanie

Par la Maison des familles de La Matanie et le Groupe d'entraide Lait Douces Heures

Le groupe d'entraide en allaitement maternel, Lait Douces Heures, est heureux d'annoncer la mise en place d'une première Route du lait dans La Matanie. Les lieux participants au projet sont la Bibliothèque municipale Fonds de solidarité FTQ, les Galeries du Vieux-Port, la Maison des Familles de La Matanie et la Promenade du St-Laurent. Pour connaître tous les détails, visitez le site web www.laitdoucesheures.org/route-du-lait.

Initiée en mars 2021, la Route du lait est un regroupement d'établissements publics et de commerces qui sont favorables à l'allaitement. Ils permettent aux mères d'entrer dans leurs établissements pour allaiter leurs enfants. Quand un établissement s'affiche comme tel, le propriétaire ou le responsable du lieu s'engage à accueillir les familles le temps d'une tétée, sans nécessairement devoir consommer. Ils doivent également voir à ce que le personnel sur place soit informé de cette démarche. Ainsi, le personnel sera disposé à accueillir les familles chaleureusement et sans jugement.

En plus de promouvoir et normaliser l'allaitement maternel dans la collectivité, l'objectif du groupe d'entraide Lait Douces Heures est d'encourager et de faciliter l'allaitement pour les familles d'ici et en visite dans la région. La pandémie a grandement affecté le soutien et l'accès aux ressources communautaires en allaitement. Sous le thème « Être là pour les familles », l'édition 2021 de la Semaine québécoise des familles du 10 au 16 mai souligne l'importance de soutenir les familles pendant la crise sanitaire, mais aussi à la sortie de celle-ci. Le groupe d'entraide Lait Douces Heures souhaite faire connaître ses services toujours accessibles malgré les restrictions liées à la zone rouge et favoriser la création de lieux favorables à l'allaitement et respectueux des mesures sanitaires en vigueur. Les établissements de la MRC de La Matanie intéressés à se joindre au réseau de la Route du lait peuvent communiquer dès maintenant avec la Maison des Familles de La Matanie.

À propos du groupe d'entraide Lait Douces Heures

Le groupe d'entraide en allaitement maternel Lait Douces Heures est formé de mères bénévoles qui désirent partager leurs connaissances et leurs expériences en allaitement. Elles ont comme mission d'offrir de l'information aux femmes qui désirent allaiter ou qui allaitent déjà, à leur conjoint et à leur entourage. Les marraines d'allaitement offrent une écoute active aux parents dans toutes les phases de l'allaitement, de la préparation au sevrage, et ce, dans le but de valoriser la relation parent/enfant. Les renseignements transmis permettent aux familles de faire des choix éclairés. Cette démarche leur permet également de promouvoir l'allaitement maternel auprès des familles ainsi qu'auprès de la population.

Pour information :

Edith Johnson
Intervenante
Maison des Familles de La Matanie
418 562-0918, edithj333@gmail.com

Valérie Landry-Cayouette
Marraine d'allaitement
Groupe d'entraide Lait Douces Heures
418 560-6663, vlandry.c@gmail.com

Signature de l'entente avec Développement Économique Matanie

Matane, le 6 mai 2021 – La MRC de La Matanie annonce la signature du protocole d'entente de délégation concernant l'exercice de certains pouvoirs appartenant à la MRC à l'organisme Développement Économique Matanie (DEM).

Faisant suite à l'autorisation de la ministre des Affaires municipales et à la conclusion de l'entente de délégation, la MRC confie à DEM les mandats suivants, à compter du 3 mai 2021 :

- Le développement économique et durable, incluant la gestion des fonds FLI et FLS;
- Le développement touristique, la promotion et l'accueil (Bureau d'accueil touristique);
- Le marketing territorial et l'attractivité (coordination et pilotage);

Le préfet de la MRC, Andrew Turcotte, mentionne : « Nous travaillons en étroite collaboration avec DEM pour faciliter la transition du personnel et des dossiers. Notre objectif commun est le service aux entreprises et la poursuite des opérations de préparation de la prochaine saison touristique. ».

Les responsables de DEM sont enthousiastes face aux mandats dont ils ont désormais la responsabilité. Le président de DEM, Lynn Francoeur, indique : « Notre objectif est que DEM soit une organisation agile qui soit en mesure de répondre rapidement aux besoins du milieu ».

Vous pourrez joindre DEM au 418-566-4222 ou info@dem.quebec

Sources et renseignements :

Andrew Turcotte, préfet
MRC de La Matanie
prefet@lamatanie.ca

Lynn Francoeur, président
DEM
lynn.francoeur@desjardins.com



De gauche à droite : Jean Langelier, directeur général de DEM, Line Ross, directrice générale et secrétaire-trésorière de la MRC, Andrew Turcotte, préfet de la MRC, Lynn Francoeur, président de DEM. © MRC de La Matanie – Mélodie Pardonnet

Nouvelle boutique éphémère à Baie-des-Sables pour l'été 2021

Par Gervais St-Pierre

Une grande collection d'antiquités diverses à vendre : équipements et outils d'atelier, bar, bureau, commerce, maison, ferme, sport et loisir et bien d'autres objets du patrimoine.

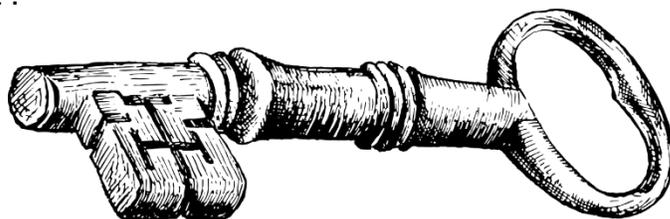
En raison des règles sanitaires de la pandémie Covid-19, les visites au point de vente sont possibles seulement sur réservation (du 20 juin au 6 septembre).

Pour information ou prendre rendez-vous contactez :

Gervais St-Pierre

Cell: 418-953-2153

Courriel : expertise.gstp@videotron.ca



ENVIRONNEMENT

Campagne d'été d'ISÉ

Par Mélodie Pardonnet, conseillère en communication et affaires publiques de la MRC de La Matanie

La campagne d'été d'information, de sensibilisation et d'éducation (ISÉ) à l'amélioration de la qualité et de la quantité des matières résiduelles récupérées est en cours dans la MRC de La Matanie. Elle a commencé le 10 mai et se poursuivra jusqu'au 20 août 2021.

Deux agentes d'information, Emma Carpinteri et Éliane Fortin, feront la tournée des municipalités en vue, notamment, de distribuer des dépliants d'information sur le tri des matières résiduelles, d'inspecter les bacs de recyclage, de participer aux activités de sensibilisation dans les camps de jour et aux corvées de nettoyage des dépotoirs clandestins.

La campagne ISÉ s'inscrit dans le cadre des actions du Plan de gestion des matières résiduelles (PGMR) de la MRC de La Matanie.



Pour être informé des activités en lien avec l'environnement prévues cet été, abonnez-vous à la page Facebook Environnement Matanie.

En espérant un accueil favorable à nos agentes d'information, nous vous souhaitons un très beau printemps et un bel été!

DES SERVICES POUR VOUS

Le transport collectif et adapté offert gratuitement vers la clinique de vaccination COVID-19

Afin de faciliter l'accès à la vaccination pour l'ensemble de la population du territoire, la MRC de La Matanie annonce que les déplacements vers la clinique de vaccination COVID-19 (au Colisée Béton Provincial) seront gratuits pour tous les usagers du transport adapté et collectif.

Selon le préfet, monsieur Andrew Turcotte : « Par cette mesure, nous cherchons à encourager la population à se prévaloir de la vaccination contre la COVID-19. Nous tenons à mettre en place des éléments facilitants et à mettre toutes les chances de notre côté pour que des mesures d'allégement soient prises le plus tôt possible. Notre taux de vaccination doit être encore meilleur si nous souhaitons passer en zone jaune. »

Rappelons que le transport adapté et collectif est disponible du lundi au dimanche de 6 h à 21 h 30. Après avoir pris leur rendez-vous pour la vaccination, les personnes souhaitant bénéficier de cette gratuité doivent appeler au 418-566-2001 pour réserver leur déplacement. Pour faciliter l'organisation du transport, il est recommandé que les usagers prennent leur rendez-vous pour la vaccination entre 9h00 et 14h30, en dehors des heures de pointe du transport adapté et collectif.

De plus, cette année encore, le service Transport La Matanie est gratuit cet été pour les jeunes de 6 à 17 ans.

Pas besoin de vous déplacer ni de payer  pour amener votre jeune à son emploi d'été !



Réservez au 418 566-2001

Source et renseignements :

Vanessa Caron

Directrice adjointe au développement territorial et responsable du transport

MRC de La Matanie

vanessa.caron@lamatanie.ca | 418 562 6734 poste 230

Recette de guédilles aux crevettes

Par Suzy Bergeron, amatrice de crevettes et éditrice du journal 4 saisons

Les fameuses crevettes de Matane sont arrivées dans nos poissonneries il y a quelques semaines. Nous avons eu aussi de bonnes chaleurs au début du mois de juin. Quoi de mieux que de manger des bonnes guédilles aux crevettes fraîches de notre Saint-Laurent.

Ingrédients

- 1 lb de crevettes nordiques fraîches
- ½ tasse de mayonnaise
- ¼ tasse d'oignons verts ciselés
- ¼ tasse de céleri coupé en dés
- ½ citron (zeste et jus)
- 3 c. à soupe d'aneth frais haché
- 3 c. à soupe de ciboulette fraîche ciselée
- Sel et poivre au goût
- 4 pains sous-marin ou hot-dog
- Laitue au goût
- Concombres tranchés en minces rondelles au goût



Préparation

Pour le mélange de crevettes

Dans un bol, mélangez les crevettes, la mayonnaise, les oignons verts, le céleri, le zeste et le jus de citron ainsi que les herbes fraîches. Mélangez bien le tout. Salez et poivrez le mélange de crevettes. Goûtez-y et rectifiez l'assaisonnement au besoin.

Pour la guédille

Tartinez de beurre l'extérieur des pains. Dans une grande poêle à feu moyen-vif, faites griller les pains de chaque côté. Garnissez l'intérieur de chaque guédille d'une feuille de laitue et de quelques tranches de concombre. Répartissez le mélange de crevettes dans les pains. Servez les guédilles!



MOTS MASQUES

Rayer dans la grille tous les mots de la liste ci-dessous. Ces mots sont toujours inscrits en ligne droite, horizontalement, verticalement ou diagonalement, à l'endroit ou à l'envers. Quand ce sera fait, il vous restera 10 lettres : assemblées, vous découvrirez le nom de celui qui arpente les sentiers...

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

ACOUSTIQUE
 ALTITUDE
 AMIS
 ANCIENS
 AOUT
 ARTISAN
 ASSOCIATION
 AVENIR
 BAIGNADE
 BALADE
 BARBECUE
 BISTROT
 BLEU
 BOIS
 BONJOUR
 BOURGOGNE
 BRAVER
 BRONZER
 CAMP
 CANTONNIER
 CHALEUR
 CHANT
 CHATON
 CHEMIN
 CHENE
 COQUILLAGE

Jeu créé par <http://nounoubricabrac.centerblog.net/>

... Sylvie

CREMANT	FLEUR	LAGON	PENSEE	SIECLE
DESSIN	FOIN	LEZARD	PINGPONG	SOLEIL
DEVERSOIR	GLANDEE	LIBERTE	PISCINE	SOURIRE
DOMAINE	GOLFE	LOISIRS	PLAGE	SURF
DOUDOU	GRENOUILLE	LUZERNE	PLAISIR	TENTE
DRUIDE	GRILLON	MEMOIRE	PLUIE	UNIVERS
DUNE	HABITANT	MER	POESIE	UTOPIE
ECHO	HIRONDELLE	MUSIQUE	PRAIRIE	VACANCES
EDITO	ILOT	NATATION	PUITS	VIGNE
ENVOL	INSTANT	OCEAN	RAFTING	VIGNOBLE
ESCALE	JAUNE	OISEAU	RELAXATION	VOILE
EXPOSITION	JEU	OMBRE	REVERIE	ZOO
FESTIVAL	JONC	PALAIS	RIVIERE	
FEUX	JUILLET	PAPILLON	ROSEE	

Réponse : RANDONNEUR

Bon été !

