



# Info Métis

## Bulletin municipal

### RENCONTRE CITOYENNE SUR LE PROJET D'ÉCO-QUARTIER

Près de 70 personnes se sont déplacées afin de s'informer et poser leurs questions entourant le projet d'Écoquartier présenté le 15 avril dernier par l'organisme à but non-lucratif, CMētis.

Au cours de l'après-midi, différents sujets ont été couverts en commençant par la présentation de l'Écoquartier et des valeurs encadrant le concept de co-habitat. Par la suite, le partenariat public-collectif (PPC) entre la Ville de Métis-sur-Mer et de CMētis a été expliqué en détails, ainsi que les différents éléments techniques entourant le développement du projet-pilote.

En terminant, un comité de pilotage formé de plus d'une dizaine de personnes qui contribueront sous peu à structurer les prochaines actions collaboratives de

développement sur différents sujets d'intérêts dont certains enjeux ayant trait à l'aménagement du nouveau quartier.

Encore une fois, toute l'équipe de CMētis tient à remercier les participants de leur temps, leur écoute ainsi que de leurs questions et idées hyper pertinentes partagées lors de cette consultation publique.



Ville de  
**MÉTIS-SUR-MER**

Si vous désirez recevoir l'INFO MÉTIS par courriel,  
simplement en faire la demande.  
Communiquez avec nous: [info@infometis.ca](mailto:info@infometis.ca)



## RESTAURATION DU PHARE : DE GRANDS PROGRÈS !

Vous ne le savez peut-être pas, mais l'année a été riche en activités de restauration du phare. Tout d'abord, sa tour et sa lanterne ont été peintes au printemps dernier, et il est à nouveau d'un rouge et d'un blanc éclatants, facilement visibles même de loin. Les travaux ont été réalisés par l'entreprise *Construction Béton 4 Saisons* de Rivière-du-Loup, et il a fallu cinq semaines de travail acharné à leur équipe pour redonner son éclat à l'icône de notre communauté – bon travail, Pierre et Vincent !

Bien sûr, ce n'est que la moitié de notre objectif, car nous voulons que le phare soit également visible la nuit. À cet égard, des progrès ont été réalisés pour rallumer le phare et, bien que nous n'en soyons pas encore là, nous nous en rapprochons. La firme Quaketek de Montréal a visité le site pour analyser la situation et proposer des solutions. Nous avons opté pour l'idée la plus simple et la plus rapide, celle qui nécessite des roues de haute technologie - les mêmes que celles utilisées sur les restaurants rotatifs ! Elles ont été fabriquées cet automne et seront installées ce printemps. Des travaux supplémentaires seront nécessaires, mais nous espérons que le système

fonctionnera, au moins pour de courtes périodes, d'ici cet été.

Et il y a encore plus ! Grâce à une généreuse contribution de la Caisse Desjardins et à deux subventions du gouvernement fédéral, nous avons pu aller de l'avant avec la restauration de l'ancien bâtiment de la corne de brume pour le transformer en « Atelier du Criard », un espace communautaire pour la poursuite d'activités culturelles, éducatives et scientifiques. Cet automne l'entreprise *Construction Joli-Mont* de Rimouski a commencé les travaux d'aménagement extérieur - nouvelle toiture, nouveaux bardeaux et nouvelles galeries et les terminera au printemps, au retour d'une météo plus coopérative. Pendant ce temps, la firme *Sun-Innov*,



Suite à la page suivante





également de Rimouski, travaille à l'intérieur pour rénover et réorganiser l'espace afin d'accueillir des artistes et des chercheurs en résidence, des ateliers, des cours sur le terrain et plus encore - un espace pour les activités créatives !

Tout ce travail n'aurait pas été possible sans les contributions de la municipalité et des donateurs privés, et nous les remercions beaucoup pour leur soutien - en effet, ces contributions, ainsi que celle de la Caisse Desjardins, ont été essentielles pour faire la contrepartie du financement fédéral que nous avons reçu. Bien sûr, il reste encore beaucoup à faire, et nous comptons sur le soutien continu de la communauté à l'avenir.

Nous espérons donc que vous aurez l'occasion de visiter le phare cette année et de constater les progrès accomplis. Comme les années précédentes, le site est ouvert toute l'année de 9 à 17 heures, mais comme toujours, les visiteurs - touristes et résidents - doivent se garer dans la zone prévue à cet effet et se rendre à pied sur le site. La sécurité des piétons est notre priorité et, bien que la plupart des visiteurs viennent en été, il y a des gens qui marchent et font du vélo, y compris des enfants, sur la route même hors saison. Nous savons que le stationnement peut parfois être un défi,

surtout les jours d'été ensoleillés, mais une nouvelle signalisation et de nouveaux espaces seront installés dans le parking ce printemps pour aider à réduire la congestion et améliorer la sécurité.

Et maintenant que la pandémie est terminée, nous espérons que nos événements communautaires traditionnels (par exemple, la Journée québécoise des phares, le barbecue communautaire annuel) pourront reprendre cet été. Et si vous voulez vraiment vivre l'expérience du phare, pensez à séjourner dans la maison du gardien - il reste encore plusieurs semaines à louer cet été et cet automne. Quelle que soit le moment où vous venez, nous espérons vous voir l'été prochain !

---

Association des résidents de la pointe  
du phare (ARPP)

---





## **AVIS PUBLIC AUX RÉSIDENTS DE MÉTIS-SUR-MER**

### **RÈGLEMENT RELATIF À LA DÉMOLITION D'IMMEUBLES NUMÉRO 23-165**

**AVIS PUBLIC** est par les présentes donné par le soussigné, Stéphane Marcheterre, Directeur général et secrétaire-trésorier que le Conseil municipal de Métis-sur-Mer a adopté, le 1<sup>er</sup> mai 2023, un règlement portant le règlement relatif à la démolition d'immeubles numéro 23-165. Tous les intéressés peuvent prendre connaissance du dit règlement au bureau municipal ou sur le site internet de la Ville.

Ce règlement entrera en vigueur le 2 mai 2023.

AVIS DONNÉ À MÉTIS-SUR-MER, ce 2<sup>e</sup> jour du mois de mai 2023.

---

Stéphane Marcheterre,  
Directeur général et secrétaire-trésorier

---

### **DÉPOTOIR POUR BRANCHES ET FEUILLES MORTES - OUVERTURE DÈS QUE LE SOL LE PERMET.**

#### **Avis aux entrepreneurs et aux paysagistes :**

Si vous travaillez sur des propriétés à l'extérieur de la municipalité de Métis-sur-Mer vous ne devriez pas disposer de vos rebus de branches, feuilles mortes, etc. dans le dépotoir de Métis-sur-Mer.

Ce dépotoir est réservé uniquement aux citoyens de Métis-sur-Mer.

Le dépotoir pour branches, feuilles mortes et terre est ouvert en face du 249, Chemin de la Station (caserne incendie).

S.V.P. suivre les flèches le long du chemin pour se rendre au bon endroit.

Il est défendu de déposer des sacs à ordures ou du bois de construction.

### **FEU DE BRANCHES, D'ARBRES, DE DÉBRIS**

Demander la permission, quelques jours à l'avance.

Contactez M. Michel Desrosiers au (418) 775-2144 poste 2385





# Ville de MÉTIS-SUR-MER

Tél. : 418-936-3255

Courrier électronique : metissurmer@mitis.qc.ca



**Notre fleuve, notre musique est de retour pour une 2<sup>e</sup> édition !**  
**16 concerts extérieurs gratuits le long du fleuve Saint-Laurent pour célébrer notre**  
**fête nationale à travers la musique des compositeurs québécois**



Montréal, le 5 juin 2023 - Pour souligner la [Fête nationale du Québec](#), la série de concerts gratuits [Notre fleuve, notre musique](#) sera présentée pour une 2<sup>e</sup> édition, du 16 au 22 juin, dans 16 nouvelles villes et municipalités situées le long du fleuve Saint-Laurent, en partenariat avec le gouvernement du Québec.

Après un succès exceptionnel en 2022, la tournée fera halte cette année dans plusieurs villes et municipalités qui bordent le fleuve, de Montmagny à Matane. La série de concerts offrira une occasion unique de découvrir les joyaux cachés sur le bord du fleuve et les paysages pittoresques de ces régions tout en découvrant et redécouvrant les trames sonores de films et de téléseries québécoises signées par des compositeurs d'ici.

« Voici une véritable célébration de notre histoire et de notre héritage musical québécois. Nous sommes fiers d'offrir une expérience unique aux spectateurs, leur permettant de découvrir les richesses de leur patrimoine dans des espaces exceptionnels au bord du fleuve Saint-Laurent, accessibles à tous », explique Denis Chabot, producteur et directeur artistique à l'origine du projet.

## Un programme revisité

Le [Quatuor Cobalt](#), accompagné par le pianiste Steven Massicotte, interprétera des trames sonores de films et de téléseries d'ici sous la thématique de la musique à l'écran. La formation de musiciens chevronnés, composée de Guillaume Villeneuve et Diane Bayard au violon, Clément Bufferne à l'alto et François Leclerc au violoncelle, présentera des pièces qui plairont à un large public et feront découvrir des œuvres inédites en plus de faire revivre des souvenirs nostalgiques chez les spectateurs.

Le concert d'une durée d'environ 45 minutes saluera les compositeurs ayant marqué la musique de notre petit et grand écran, dont François Dompierre, Jorane, Michel Corriveau, Michel Cusson, et Jean-Michel Blais. Les pièces mettront en valeur la musique cinématographique québécoise et des airs de classiques télévisuels telles que Les Pays d'en haut, Séraphin, La passion d'Augustine, etc. **En exclusivité**, une





# Ville de MÉTIS-SUR-MER

138, Principale, Métis-sur-Mer, Québec

Tél. : 418-936-3255

Courrier électronique : metissurmer@mitis.qc.ca



pièce du film RU, inspiré du livre de Kim Thúy, sera interprétée en grande première mondiale avant la sortie en salle du film, prévue à l'automne.

## Une innovation scénique québécoise écologique

Chaque représentation se déroulera sur une plateforme inédite nommée [La Caravane](#). Cette scène mobile amplifiée, éclairée, couverte et autonome est conçue et fabriquée au Québec. Les artistes s'y produisent dans un décor naturel et avec une sonorité de grande qualité. Cette tournée de concerts sera carboneutre puisque tous les véhicules utilisés seront électriques.

### RAPPEL

#### *Notre fleuve, notre musique*

**Quoi** : Tournée de concerts extérieurs gratuits

**Qui** : Le Quatuor Cobalt et Steven Massicotte

**Quand** : Du 16 au 22 juin

**Où** : Dans 16 villes et municipalités, situées le long du fleuve Saint-Laurent

<https://linktr.ee/notrefleuve>

*Du 16 au 24 juin 2023, entrez dans la danse et célébrez la fête nationale. Le gouvernement du Québec vous invite à vous joindre aux festivités et à participer aux diverses activités culturelles qui seront offertes gratuitement partout au Québec. Pour en savoir plus, consultez [Quebec.ca/fetenationale](http://Quebec.ca/fetenationale)*

-30-

Source : Denis Chabot MTL

Lien pour les photos et biographies : <https://app.box.com/s/ger058sf49fasvj1fbg826dx6ntopnzs>

### Relation avec les médias

Nicholas Choinière / [nchoiniere@gfnproductions.ca](mailto:nchoiniere@gfnproductions.ca) / 514-445-5114



**DENIS CHABOT**  
MONTREAL

En partenariat avec :

**Québec**





**Il n'est plus nécessaire de communiquer avec le bureau municipal pour la cueillette des gros rebuts. Cependant, vous devez toujours mettre vos articles au chemin la veille des collectes. Les prochaines dates pour les collectes sont le 31 mai 2023, le 26 juillet 2023 et le 27 septembre 2023. Les matériaux de construction demeurent interdits.**

**Merci**

---

**La saison du jardinage approche à grands pas. Les personnes qui sont intéressées à avoir une parcelle dans notre jardin communautaire sont invitées à communiquer avec Isabelle Dion par courriel au [adj.metissurmer@mitis.qc.ca](mailto:adj.metissurmer@mitis.qc.ca) . Les gens ayant une parcelle l'année passée sont également invités à confirmer leur intérêt.**

**Nous sommes également à la recherche de bénévoles qui pourraient nous aider à assurer une belle gestion au niveau des jardins. Tout cela dans le but d'offrir un service des plus adaptés aux besoins de tous.**

**Merci et au plaisir de se croiser aux jardins !**

---

Le ramonage des cheminées de votre propriété est une procédure simple mais tout à fait essentielle. L'accumulation de crésote sur les parois internes d'une cheminée représente un risque sérieux d'incendie. De plus, un feu de cheminée peut se propager dans les murs intérieurs et à la toiture du bâtiment. Vous pouvez consulter la liste des ramoneurs accrédités par l'Association des professionnels du chauffage (APC), reconnu par la Régie du Bâtiment du Québec, à l'adresse internet suivante: [www.poelesfoyers.ca](http://www.poelesfoyers.ca)

Nous vous recommandons Les Entreprises JML Inc. de St-Ulric, 418-560-6286.

Il n'est plus nécessaire d'appeler au bureau municipal pour vous enregistrer, la municipalité ne tient plus de liste de réservation. Vous devez directement contacter un ramoneur de votre choix pour effectuer les travaux.





**JEUDI 22 JUIN DE 16H30 À 17H15 :**

## **SPECTACLE NOTRE FLEUVE, NOTRE MUSIQUE.**

Le Quatuor Cobalt, accompagné par le pianiste Steven Massicotte dans le cadre de la tournée Notre Fleuve, notre musique.

La formation de musiciens chevronnés présentera des pièces qui plairont à un large public et feront découvrir des œuvres inédites en plus de faire revivre des souvenirs nostalgiques chez les spectateurs.

---

**VENDREDI 23 JUIN DÈS 20H :**

## **LA CLASSIQUE DU COMITÉ DES LOISIRS**

Salut au drapeau, feu de joie, feu d'artifices et bar sur place !

### **LE TOUT À LA HALTE ROUTIÈRE**

Merci à tous nos précieux partenaires qui rendent ce genre d'événements possibles !

---

L'équipe des petits déjeuners du vendredi tient à remercier toutes les personnes qui ont pris part aux repas de la dernière année : on parle de 26 déjeuners ! Les profits pour cette année s'élèvent à plus de 6 000\$, encore une fois merci.

Par le fait même, nous tenons à remercier toute l'équipe de vaillants bénévoles d'être fidèle au poste et de nous préparer des déjeuners savoureux avec une bonne humeur contagieuse.

On se dit certainement à la prochaine  
pour une autre série de déjeuners du vendredi





Ville de  
MÉTIS-SUR-MER

# CAMP DE JOUR Métis-sur-Mer 2023

26 JUIN  
AU  
11 AOÛT



**FORFAIT 1 : 240\$/ENFANT  
7H-17H, LUNDI AU VENDREDI**

**FORFAIT 2 : 190\$/ENFANT  
9H-16H, LUNDI AU VENDREDI**

**FORFAIT 3 : 65\$/SEM./ENFANT**

Chandail du comité des loisirs  
offert aux premiers inscrits !



Pour plus d'informations :  
[adj.metissurmer@mitis.qc](mailto:adj.metissurmer@mitis.qc)

Période d'inscription :  
1 au 19 mai

# Pour s'inscrire :

Le formulaire d'inscription est disponible dans la section « Nouvelles » du site web de la Ville ([www.ville.metis-sur-mer.qc.ca](http://www.ville.metis-sur-mer.qc.ca)). Il est également disponible en version papier au bureau municipal (ouvert de 9h à 12h et de 13h30-16h du lundi au jeudi, sauf avis contraire).

Vous pouvez envoyer votre formulaire d'inscription dûment rempli via courriel au [adj.metissurmer@mitis.qc.ca](mailto:adj.metissurmer@mitis.qc.ca), par la poste ou en personne au bureau municipal, situé au 138 rue Principale à Métis-sur-Mer.

L'inscription de votre enfant sera officielle seulement lors de la réception du paiement. Vous recevrez un courriel de confirmation avec les règlements du camp.

Pour payer :

1- En argent comptant ou par chèque en personne au bureau municipal (selon les heures d'ouverture en vigueur).

2- Par paiement de facture en ligne via votre institution financière. Il est essentiel d'inscrire votre numéro de matricule (qu'on retrouve sur le compte de taxes pour les résidents du territoire seulement).

Priorité aux résidents de Métis-sur-Mer

5 à 12 ans (doit avoir 5 ans au 30 septembre)

# ENTREZ DANS LA DANSE

## La fête Nationale à Métis-sur-Mer

Le 23 juin 2023 à la halte municipale



\* Activités remises  
au lendemain (24  
juin même heure,  
même lieu) en cas  
de pluie

### Programmation :

- 20h Salut du drapeau et discours patriotique
- 20h30 accueil des participants
- 21h feu de joie et feux d'artifices

En partenariat avec  
**Québec**

"FÊTE NATIONALE  
"QUÉBEC



Mouvement national  
des Québécoises  
et Québécois



Présentateur officiel

**Hydro  
Québec**



**HERITAGE**  
Lower Saint Lawrence  
Bas-Saint-Laurent

130, rue Principale, Métis-sur-Mer

(418) 936-3239 / info@heritagelsl.ca

www.heritagelsl.ca

**HEURE D'OUVERTURE DU CENTRE DE RESSOURCES & BIBLIOTHÈQUE**  
**OPENING HOURS OF RESOURCE CENTRE & LIBRARY**

**Mardi**  
Tuesday

**14h - 18h**  
**2 p.m. - 6 p.m.**

**Jeudi**  
Thursday

**14h - 16h**  
**2 p.m. - 4 p.m.**

Il est possible de prendre rendez-vous avec les employés sur semaine  
It is possible to schedule an appointment with employees during the week.

**Suivez nous**  
Follow us



heritagelsl  
bibliometis



sudoku #13

	6	4			9			
5			7					
			2	8		3		
9				4				6
4				3	5	8		2
	7				6		3	
2					8			9
6		7						8

sudoku #14

		8			9		6	
	3	6	4			7		5
	7					8	4	
2	9				7	3	5	
	6							
8				2				
				6	4		3	
	2				3			6
				8				





## **COORDONNATEUR/TRICE DE PROJET SANTÉ ET COMMUNAUTÉ**

Héritage Bas-Saint-Laurent (HBSL) est un organisme sans but lucratif dont le rôle principal est d'offrir des services aux communautés d'expression anglaise du Bas-Saint-Laurent (BSL). 1468 résidents anglophones sont répartis sur tout le territoire. Via ces Centres de ressources et bibliothèques à Métis-sur-Mer et à Rimouski, HBSL participe activement au développement de la communauté. HBSL collabore avec les institutions publiques et les organismes du milieu dans le cadre d'améliorations de l'accès aux services de santé et aux services sociaux, d'initiatives éducatives, d'événements communautaires et d'activités culturelles.

Nous sommes à la recherche d'une personne dynamique et polyvalente pour collaborer avec la directrice-adjointe - Santé et services sociaux d'Héritage Bas-Saint-Laurent, voir au maintien et au développement de l'Initiative de réseautage et de partenariat (NPI) en santé et en services sociaux, ainsi qu'effectuer des tâches liées au soutien et au développement communautaire en facilitant l'accès aux services en anglais aux membres de la communauté de langue officielle en situation minoritaire (CLOSM) du Bas-Saint-Laurent.

### **RESPONSABILITÉS**

### **GÉNÉRALES**

- Coordonner et mettre en œuvre le plan d'action annuel du HBSL-NPI en collaboration avec la directrice-adjointe - Santé et services sociaux ;
- Participer à des tables de concertation, comités de pilotage et autres organes décisionnels afin de représenter la communauté anglophone du BSL en situation minoritaire en regard aux langues officielles et sensibiliser aux besoins relatifs à l'accès aux services en langue anglaise pour les membres de la communauté ;
- Initier et maintenir des partenariats aux niveaux local, municipal, régional et provincial pour faciliter l'accès aux soins de santé et aux services sociaux en anglais pour les membres de la CLOSM du BSL ;
- Coordonner la diffusion des informations sur la santé et les services sociaux en anglais auprès des membres de la CLOSM du BSL ;
- Aider les agents de développement social d'HBSL à coordonner et à mettre en œuvre des initiatives de santé et de sécurité ciblées, selon les besoins et les différentes clientèles (enfants, jeunes, familles, aînés, santé mentale, etc) ;



- Participer à la collecte de statistiques et à la préparation de rapports conformément aux accords de financement ;
- A l'occasion, être disponible pour des réunions, des activités et des séances de formation qui ont lieu à l'extérieur de Métis-sur-Mer et/ou en dehors des heures normales de bureau, être disponible pour aider les membres de l'équipe de d'autres secteurs d'activités avec des activités connexes.

## **QUALIFICATIONS ET COMPÉTENCES**

- De préférence, diplôme universitaire en travail social ou dans un domaine connexe, mais les candidats possédant d'autres diplômes ou une expérience pertinente dans d'autres domaines seront pris en considération ;
- Bilingue (anglais et français), excellentes compétences orales et écrites ;
- Expérience en ressources humaines et en gestion de projet ;
- A l'aise avec l'utilisation de Google Suite Apps, de la suite MS Office et des outils de vidéoconférence ;
- Esprit d'équipe, initiative, bonnes capacités d'organisation, diplomatie, compétences interpersonnelles et en résolution de problèmes ;
- Connaissance de la dynamique des communautés linguistiques minoritaires et des programmes gouvernementaux (un atout) ;
- Permis de conduire.

## **LIEU DE TRAVAIL**

Modèle de travail hybride avec un bureau principal à notre Centre de ressources de Métis-sur-Mer.

## **DATE D'ENTRÉE EN FONCTION**

Dès que possible ; les demandes seront ouvertes jusqu'à ce que le poste soit comblé.

## **SALAIRE**

Selon les politiques de rémunération d'HBSL.

Héritage Bas-Saint-Laurent est un organisme qui s'engage à offrir un environnement de travail sain et à promouvoir des pratiques qui facilitent la conciliation travail-vie personnelle de ses employés.

Veillez envoyer votre curriculum vitae et une lettre de présentation expliquant pourquoi vous êtes un candidat idéal pour ce poste unique à : [swoodfine@heritagelsl.ca](mailto:swoodfine@heritagelsl.ca) Seules les personnes sélectionnées pour une entrevue seront contactées.



# Consultation de la communauté anglophone au Bas-Saint-Laurent

Consultation of the Lower Saint Lawrence  
English-speaking Community

- ✿ *Est-ce que l'anglais est votre langue maternelle ?*
- ✿ *Parlez-vous anglais (ou anglais et une autre langue) à la maison ?*
- ✿ *Est-ce que l'anglais est votre première langue officielle parlée ?*
- ✿ *Êtes-vous bilingue ?*

OU

- ✿ *Êtes-vous intéressé(e) par des services et/ou des activités sociales, culturelles ou littéraires en anglais ?*

**Héritage Bas-Saint-Laurent a besoin de votre participation** à une consultation de la population régionale d'expression anglaise ! La consultation abordera les origines, l'éducation, l'emploi, l'accès aux services en santé et aux services sociaux, et les opportunités socioculturelles des participants. Cette consultation s'adresse à des personnes de tout âge. **Aidez-nous à passer le message !**

Pour participer ou pour plus d'informations, veuillez contacter

To participate or for more information, please contact

Alexandra Rao  
(581) 814-0794  
arao@heritagelsl.ca

- ✿ *Are you a native English speaker?*
- ✿ *Does your family speak English (or English and another language) at home?*
- ✿ *Is English your first official language spoken?*
- ✿ *Are you bilingual?*

OR

- ✿ *Are you interested in services and/or social, cultural or literary activities in English?*

**Heritage Lower Saint Lawrence needs your input** for a consultation of English speakers in the region! The community consultation will address participants' origins, access to health care and social services, employment, education, and sociocultural opportunities. Participants of all ages are needed. **Please help us to spread the word!**



HERITAGE  
Lower Saint Lawrence  
Bas-Saint-Laurent

UQAR

# ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DE HÉRITAGE BAS-SAINT-LAURENT

LE JEUDI, 15 JUIN

18H A 20H

Centre de ressource de Rimouski

*(167, Ave Belzile, Rimouski)*

**Bienvenue a tous!**

---

## ACTIVITÉS EN ANGLAIS

**We invite you to join us, from the comfort of your home, for any of those  
Videoconferences, offered in English – for Free - via Zoom.**

**On the following Wednesday mornings, from 10:00 am - 11:30 am:**

**May 17th, 2023 : Downsize, Rightsize and Lightsize:** Decluttering your home and mind, Marie-Claude Giguere, Founder of Helping Seniors

**June 21st, 2023 : Men's Health–Taking the fear out of prostate screening & follow up,** Jennifer Hobbs, M.ScA, BCN, CNEd, Senior Advisor – JHCP

You must register a few days in advance. You can register by emailing Marie-Claude Giroux at [mcgiroux@heritagelsl.ca](mailto:mcgiroux@heritagelsl.ca). She will send you the link to register online.

*This initiative is funded by the CHSSN through Health Canada as part of the Action Plan for Official Languages – 2023-2028: Investing in our future.*





**versle  
mieux-être.tv**

> Rendez-vous sur **verslemieuxetre.tv**

Une plateforme web qui  
vous fait du bien!

- Pour toute personne touchée  
de près ou de loin par le cancer
- Accessible gratuitement,  
partout, en tout temps
- Une variété d'ateliers et de conférences  
pour apprivoiser, comprendre et mieux vivre  
avec la maladie : psychologie | nutrition | yoga  
conseils financiers et plus encore!

**Connecté**  
à votre  
mieux-être  
partout, en tout temps

UN SERVICE DE

  
Association  
du **Cancer**  
EST DU QUÉBEC





## AVIS D'INTÉRÊT PUBLIC POUR LA RÉGION DE LA MITIS

### FEU DE BRANCHES, D'ARBRES, DE DÉBRIS

Demander la permission, quelques jours à l'avance.

Contactez M. Michel Desrosiers au (418) 775-2144 poste 2385

---

### BRUNO LEBLANC DÉPANNEUR

Nous tenons à vous informer que nous procéderons à des travaux d'amélioration majeurs à partir du 22 mai pour une durée de 2-3 semaines. Les travaux visent à remplacer le réservoir d'essence ainsi que les 2 pompes existantes. Nous offrirons désormais le diesel pour répondre à un besoin persistant de la part de notre clientèle.

Heureusement, le dépanneur restera ouvert durant toute la période des travaux mais l'essence par contre, sera seulement disponible que dans la première semaine.

La mise à niveau de ces équipements était nécessaire dû à l'âge avancé du réservoir ainsi qu'à sa capacité insuffisante pour palier à la demande croissante en essence. Il sera relocalisé et sa capacité sera augmenté pour éliminer les manques d'essence durant l'été.

Nous aurons deux nouvelles pompes multi-produits qui offrirons 3 types d'essence (Bronze 87, Argent 89, Or V-Power 91) et le diesel s'ajoute sur une des 2 pompes avec 2 distributeurs pour desservir les petits et gros véhicules.

Nous sommes conscients que cette période de travaux aura un impact important sur la vie quotidienne de nos clients mais nous sommes aussi très confiants que ces améliorations apporteront une valeur ajoutée au commerce pour assurer sa pérennité à long terme.

Nous vous rappelons que le dépanneur restera ouvert à l'intérieur avec un accès sécuritaire signalisé pendant toute la durée des travaux pour offrir les mêmes services.

La date des travaux est sujette à changements selon de possibles imprévus mais vous en serez informés.

Merci de votre compréhension





## AVIS D'INTÉRÊT PUBLIC POUR LA RÉGION DE LA MITIS

### WITH BARBARA PEARCE

e-mail: [bp@barbarapearceyoga.com](mailto:bp@barbarapearceyoga.com) / Telephone : 418-936-3171 / [www.barbarapearceyoga.com](http://www.barbarapearceyoga.com)

### MY REGULAR ZOOM YOGA, REIKI AND SOUND HEALING AD COULD CONTINUE TO RUN IN EACH ISSUE

Location: Town Hall at 370 Rue Beach, Metis-sur-Mer, Quebec

#### “DIVYA YOGA (GENTLE HATHA YOGA) – 8:30 – 9:30 A.M. (1 HOUR)”

**When:** Mondays, Wednesday and Fridays (July 3 – August 25th, 2023)

**Cost:** \$210 tax included for the **month of July** (13 classes @ \$14/class plus tax)

**OR** \$177 tax included for the **month of August** (11 classes @ \$14/class plus tax)

**OR** \$332 tax included for the **whole summer** (24 classes @ \$12/class plus tax)

\$190 for a **10-class card**, tax included - expires August 25th/23 (\$16.50/class plus tax)

\$20/class for **drop-ins**

---

#### “CHAIR YOGA – 9:45 – 10:30 A.M. (45 MINUTES)”

**When:** Mondays, Wednesday and Fridays (July 3 – August 25th, 2023)

**Cost:** \$180.00 tax included for the **month of July** (13 classes @ \$12/class plus tax)

**OR** \$152.00 tax included for the **month of August** (11 classes @ \$12/class plus tax)

\$276 tax included for the **whole summer** (24 classes @ \$10/class plus tax)

\$155 tax included for a **10-class card** - expires August 25th/23 (\$13.50/class plus tax)

\$16/class for drop-ins

This class is for anyone who wants to stretch and relax but is reluctant to sign up for a regular yoga class. Whether you're full-bodied, inflexible, recovering from a physical set-back or older, this is the class for you. Beginners are welcome, as are any other levels. Variations of the poses will be given to suit your needs.

---

#### REIKI OR SOUND HEALING – BY APPOINTMENT ONLY

**Location:** 279 Station

Telephone: Barbara Pearce 418-936-3171

**Reiki \$70 for 45-50 minutes** – insurance receipts provided

**Sound Healing \$80 for 60 minutes** – insurance receipts provided





## AVIS D'INTÉRÊT PUBLIC POUR LA RÉGION DE LA MITIS

### LUCIE FALARDEAU, MASSOTHÉRAPEUTE

Mes Massages en Bord de mer seront disponible à partir du **jeudi 18 mai**.

#### PROMOTION ESTIVALE :

- \***Nouveauté** : Passeport santé, Forfait 3X3 : 3 massages, 3 soins et 3 cadeaux
- \***Retour du populaire Forfait Découverte** (4 soins pour une durée de 2 heures)
- \***Rabais de 50%** sur les séances de Pressothérapie de 60 minutes les mardis et mercredis à partir de 19h00

Information et réservations :  
Massages Bord de mer (Facebook, Messenger)  
418-775-2417  
[massotherapielf@videotron.ca](mailto:massotherapielf@videotron.ca)  
18, chemin de la Pointe Leggatt,

À bientôt

---

Lucie Falardeau, massothérapeutev

---



SEMPÉ, ICI PARIS, FRANCE





## AVIS D'INTÉRÊT PUBLIC POUR LA RÉGION DE LA MITIS



# OUVERTURE LE 10 JUIN !

COMME D'HABITUDE, NOUS NE SERONS OUVERTS QUE  
LES FINS DE SEMAINE JUSQU'AU 25 JUIN, DATE À  
LAQUELLE NOUS SERONS OUVERTS À TEMPS PLEIN.

NOUS AVONS HÂTE DE VOUS RETROUVER !

-----

## OPENING ON JUNE 10!

AS USUAL, WE'LL ONLY BE OPEN ON WEEKENDS UNTIL JUNE 25, AT WHICH  
POINT WE'LL BE OPEN FULL-TIME.

WE LOOK FORWARD TO SEEING YOU ALL!





## AVIS D'INTÉRÊT PUBLIC POUR LA RÉGION DE LA MITIS

Brocante estivale d'antiquités et d'artisanat à **Baie-des-Sables pour l'été 2023.**

**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 et de l'art populaire.

Ces articles sont à voir sur place, **au 187 route 132 (du 23 juin au 4 septembre).**

Pour de l'information sur l'horaire, passer voir ou prendre rendez-vous, contacter:

Gervais St-Pierre

Cell: 418-953-2153

Courriel : [expertise.gstp@videotron.ca](mailto:expertise.gstp@videotron.ca)



Antiquités

Brocante  
GSTP inc.

Un nouveau service voit le jour dans La Mitis! Le SARL est un service d'aide à la recherche de logement qui s'adresse à l'ensemble de la population. C'est gratuit et ouvert à tout le monde. Le service permet de recevoir de l'information et de l'accompagnement dans vos recherches de logement sur le territoire de La Mitis.



**SARL**  
DE LA MITIS

SERVICE D'AIDE À LA  
RECHERCHE DE LOGEMENT



(418) 740-2574



[sarl@omhlamitis.ca](mailto:sarl@omhlamitis.ca)



Sarl Mitis



**ACTIVITÉS DU CLUB  
DES 50 ANS ET PLUS DE MÉTIS-SUR-MER**

For info. : 936-3525  
Hélène Gendron, vice-president



**CARREFOUR  
50+ du QUÉBEC**



*Bienvenue à TOUS*

## 50e Anniversaire

**Parents pour toujours**



### **Dîner au Matelot pour souligner les Fêtes des Mères et des Pères**

Mercredi 14 juin dès 11h30  
*Réserver avant le 9 juin*

Pour info. :

Diane Dubé, présidente: 418 935-3276  
Hélène Gendron, vice-présidente: 418 936-3525

### **Petit circuit touristique Commandité par**

# INNERGEX

**Samedi 17 juin**  
*Réserver avant le 9 juin*



9h30	Transport gratuit en autobus
10h	Vignoble Carpintery (Saint-Ulric) \$
12h	Dîner au Café aux délices (Matane) \$\$
14h	Jardins de Doris (Matane) \$
16h	Fromagerie du Littoral (Baie-des-Sables) \$

Pour info. :

Diane Dubé, présidente 418 935-3276  
Hélène Gendron, vice-présidente 418 936-3525

**Bonne vacances estivales à tous !**



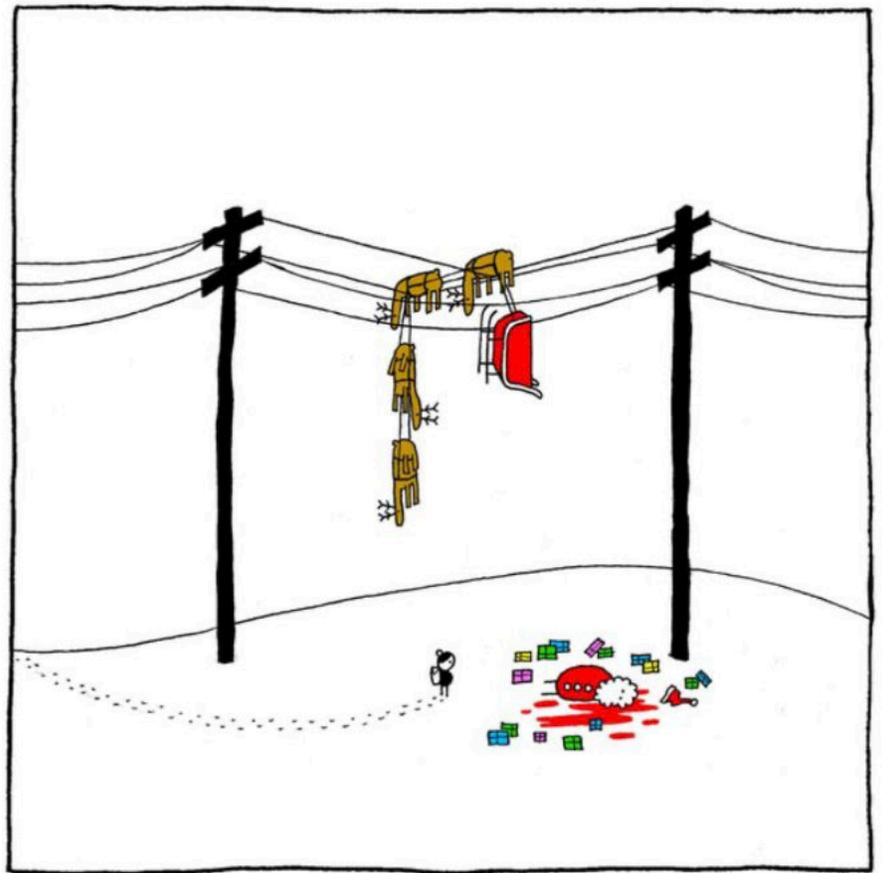


# Info Métis

Si vous avez des suggestions  
pour le prochain numéro,  
envoyez-les nous !

If you have any suggestions  
for the next newsletter, send  
them to us!

[info@infometis.ca](mailto:info@infometis.ca)



HUGLEIKUR DAGSSON

---

## Où trouver une version papier d'Info Métis ? Where to find a paper version of InfoMétis Info Métis?

---

### L'année entière / All year round

**METIS BEACH SCHOOL**  
468 Rue Beach

**CENTRE DE LA PETITE ENFANCE**  
24 Rue du Couvent

**BUREAU MUNICIPAL**  
138 Rue Principale

**CANADA POST**  
134 Rue Principale

**HERITAGE LOWER SAINT LAWRENCE /  
BAS-SAINT-LAURENT**  
130 Rue Principale

**DÉPANNEUR MÉTIS-SUR-ME**  
97 Rte 132

### Pendant l'été / In the summer

**AUBERGE DU GRAND FLEUVE**  
131 Rue Principale

**CAMPING ANNIE**  
394 QC-132

**LE CLUB DE GOLF ET TENNIS  
CASCADE**  
7 Rte Macnider,

**ATELIER CULINAIRE  
PIERRE-OLIVIER FERRY**  
164 Rue Principale

**CAFÉ SUR MER**  
160 Rue Principale

**EPICERIE RATTÉ**  
118 Rue Principal



sudoku #13

3	6	4	5	1	9	2	8	7
5	2	8	7	6	3	4	9	1
7	9	1	2	8	4	3	6	5
9	3	2	8	4	7	1	5	6
4	1	6	9	3	5	8	7	2
8	7	5	1	2	6	9	3	4
2	5	3	4	7	8	6	1	9
6	4	7	3	9	1	5	2	8
1	8	9	6	5	2	7	4	3

sudoku #14

4	5	8	2	7	9	1	6	3
9	3	6	4	1	8	7	2	5
1	7	2	5	3	6	8	4	9
2	9	1	6	4	7	3	5	8
3	6	7	8	9	5	4	1	2
8	4	5	3	2	1	6	9	7
5	8	9	7	6	4	2	3	1
7	2	4	1	5	3	9	8	6
6	1	3	9	8	2	5	7	4