



Un magazine pour nourrir notre solidarité et  
notre fraternité

## Marche aux flambeaux

Nouveauté 2019



Un gros merci à nos généreux commanditaires, bénévoles  
ainsi qu'à tous les participants qui ont fait de cette fête d'hiver  
un succès!

Au plaisir de se revoir lors de nos prochaines activités.

## « Table des matières »

Des nouvelles de votre Maire .....	3
Message pastoral .....	4
CLÉA et offre touristique .....	5
L'école vous informe.....	6
Comité de développement et d'urbanisme .....	7-8
Trésors de nos greniers .....	9-10
Cuisine communautaire .....	11
Message de votre municipalité .....	12
Notre ressource en loisirs .....	13
Sondage .....	14
Message d'un collaborateur .....	15
Chronique santé .....	16-17
Au gré du vent-théâtre .....	18
Le mois VERT.....	19
Les communiqués.....	20
Le semeur de mots .....	21-22-23
Commanditaires .....	24 à 28

**Prochaine date de tombée:  
31 mai 2019**

## « Des nouvelles de votre Maire »

Par Jean-Marc Dumont

Bonjour à tous les amis :

L'hiver dernier à la même date, j'écrivais dans le Petit Semeur cette phrase célèbre de notre poète national Émile Nelligan «*Ah! comme la neige a neigé.*» faisant allusion à la quantité de neige reçue depuis le début de la saison froide. À ce moment-là, je n'aurais pas imaginé qu'un an plus tard nous serions littéralement ensevelis sous des tonnes de neige. Mais nous pouvons nous réjouir tant soit peu, parce qu'à l'occasion d'un voyage à Québec dernièrement, j'ai constaté qu'il y avait encore plus de neige au sol là-bas qu'ici dans notre belle région.

Heureusement jusqu'à maintenant, notre équipe au déneigement a été à la hauteur et nos chemins sont bien entretenus. Espérons que le printemps nous reviendra bien vite et que les congères de neige ne seront que des mauvais souvenirs.

D'un autre côté, nos amis les motoneigistes en ont profité pour se permettre de magnifiques randonnées par les monts et vallées. Aujourd'hui, avec les machines extra performantes disponibles sur le marché, rien ne les arrête et ils vont là où peu de gens ont eu la chance de grimper. Il y en a d'autres qui préfèrent les sports de glisse et se donnent rendez-vous sur nos belles collines, qu'ils dévalent à belle allure. Rappelons nous que le centre de ski Val d'Irène est la propriété de votre MRC; ainsi en étant citoyen de la Matapédia, vous en êtes en partie propriétaire.

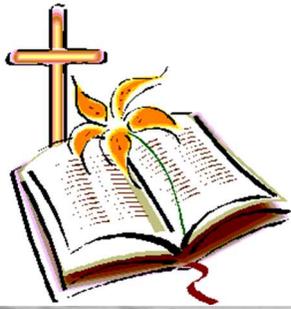
Mais ici dans votre municipalité, l'un des plus beaux passe-temps appréciés par les gens du troisième âge, ce sont les rencontres du mercredi après-midi à notre salle communautaire. Les amis viennent se divertir en groupe et jouer à différents jeux tels les cartes, la pétanque à tout et bien d'autres. Merci au Club des 50 ans et plus.

Parlons maintenant de notre municipalité. Nous sommes actuellement à préparer les travaux qui seront mis en chantier au cours de l'été. Il y aura certaines réparations de chemin, dont possiblement la reconstruction de la route du Lac Malcom. Si je dis possiblement c'est qu'avec tous les retards accumulés dans ce projet, je vais attendre que ce soit confirmé avant d'en faire l'annonce.

Je désire féliciter les membres de l'Association sportive pour l'organisation de la fête de l'hiver 2019 ici à St-Damase. J'ai eu le plaisir de participer à certaines activités alors « Bravo à toute l'équipe, vous faites un beau travail! ». Je profite de cette plateforme pour vous rappeler que notre patinoire est maintenant ouverte et que vous pouvez venir y donner un coup de patin. Vous en profiterez alors pour participer à la vie trépidante que vous retrouverez dans notre belle salle des loisirs au sous-sol de notre nouvel édifice municipal.

Nous sommes heureux de vous informer que M. Mathieu Morin a accepté de demeurer dans le poste qu'il occupait déjà suite au regroupement de nos municipalités de St-Moïse, St-Noël et St-Damase concernant l'organisation des loisirs. Il était le titulaire de ce poste en remplacement d'un congé de maternité. Étant donné que la personne n'est pas revenue à la fin de son congé, il conserve donc l'emploi. Bienvenue officiellement dans notre équipe Mathieu.

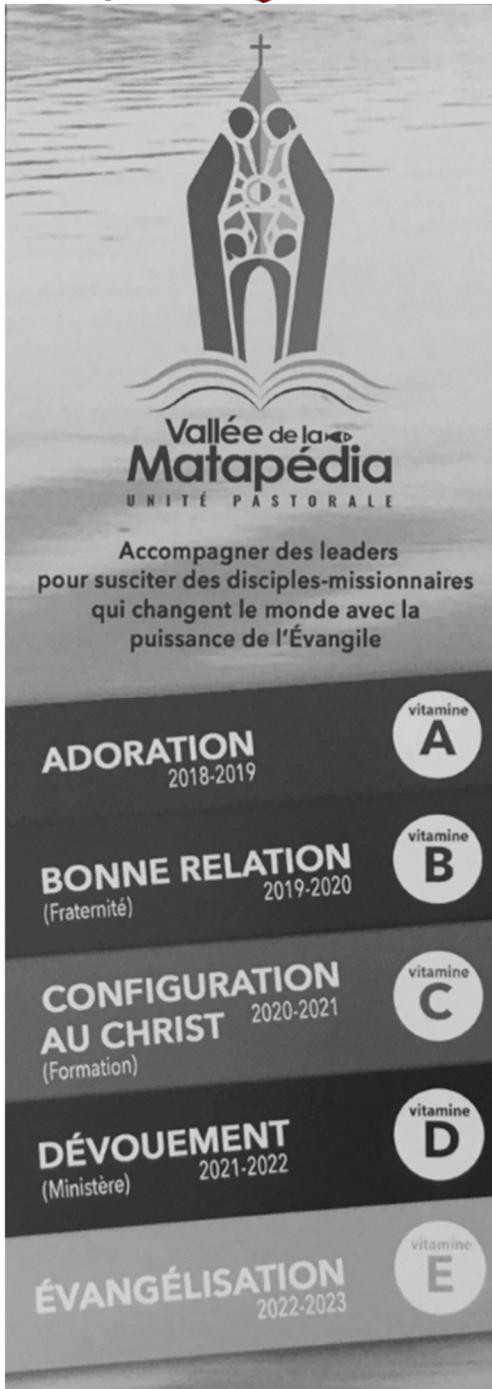
**Je vous souhaite un Bon et Beau printemps avec beaucoup de plaisir :** N'oubliez pas que votre municipalité est choyée du fait que nous avons beaucoup d'érablières. Je vous invite donc à venir goûter à nos produits de l'érable qui sont les meilleurs au pays.



## « Message Pastoral »

Par Diego Molina

Bonjour à vous tous,



C'est avec joie, confiance et une grande espérance que nous voulons vous informer sur le projet pastoral qui commence à prendre forme dans notre unité pastorale Vallée de la Matapédia (de 22 paroisses) tel que Mgr Denis Grondin et Diego vous l'avait annoncé.

Une équipe pastorale élargie composée de 9 personnes a été formée avec des personnes venant des 4 secteurs de l'unité pastorale. Un prêtre du diocèse de Québec, Jean-Philippe Auger, a été engagé par le diocèse pour nous supporter dans ce projet d'une durée d'un an. Nous avons eu une formation de 2 jours à Mont-Joli avant de démarrer le projet.

Nous avons pris conscience que chaque baptisé, par son baptême, est devenu prêtre, prophète et roi. Il est appelé à vivre 5 « essentiels », qu'on appelle les 5 vitamines essentielles pour la vie chrétienne des disciples missionnaires: vitamine A (ADORATION), vitamine B (BONNE RELATION), vitamine C (CONFIGURATION AU CHRIST), vitamine D (DÉVOUEMENT), vitamine E (ÉVANGÉLISATION).

Pour la première année nous avons eu à choisir une vitamine essentielle que nous essaierons de mieux vivre dans nos communautés. Nous avons choisi l'ADORATION, c'est-à-dire apprendre à se reconnaître FILS ET FILLES DE DIEU et apprendre à entrer en relation avec Lui de différentes façons, soit par la prière personnelle, en petits groupes ou en communauté.

Dans notre unité pastorale nous avons décidé de faire redécouvrir la prière en famille à partir des jeunes par les prières apprises en catéchèse, les prières aux repas et la participation aux célébrations à l'église.

Pour faire connaître ce projet pastoral à la communauté paroissiale, Diego a fait préparer des dépliants avec les vitamines et des crayons avec le logo de notre unité pastorale. Nous vous invitons, les responsables de la liturgie, à prendre la responsabilité de vendre les dépliants et les crayons lors des célébrations. Les crayons et les dépliants se vendront 2\$. Le profit servira à l'équipe pastorale pour la réalisation d'autres projets. Nous comptons sur votre aide.

Merci de bien vouloir nous aider,

Équipe pastorale de la Vallée de la Matapédia

## « CLÉA »

Par Gisèle Caron

OBJET: cours offert pour tous

SUJET: GYM Cerveau  
(Physique,bricolage,peinture,mental )

QUAND: À la mi-mars

COÛT: c'est gratuit  
Pour plus d'informations, contacter :  
Gisèle :418-776-2623  
Suzanne:418-776-5391



Venez vous amuser avec nous



### SPECTACLE MUSICAL À L'ÉGLISE DE SAINT-DAMASE

CONCERT DU QUATUOR SAINT-GERMAIN

SAMEDI 1<sup>ER</sup> JUIN À 19H30

Cette année, le comité de l'Animation touristique et culturelle vous offre une prestation du Quatuor St-Germain de Rimouski, formé de quatre musiciens professionnels, dont deux violonistes, un altiste et un violoncelliste.

Nous souhaitons souligner le centième de l'église à notre façon, en vous offrant ce spectacle de renommé, à faible coût.

Polyvalents et dynamiques, ces musiciens sont aussi professeurs à l'École de musique du Bas St-Laurent. Leurs prestations se multiplient dans toute la province depuis une dizaine d'années. C'est un honneur et un privilège de les recevoir dans notre magnifique église.

Billets bientôt en vente au coût de 5\$ auprès des membres de la CDU, chez Alimentation St-Damase et à la porte le soir du spectacle. Goûter et vin seront servis après le spectacle.

Alors c'est un rendez-vous à ne surtout pas manquer, samedi le 1<sup>er</sup> juin à 19h30 à l'église de Saint-Damase. Pour information :

Martine Bérubé (418) 776-5644 ou Cyndy Canuel (418) 776-5584



## « L'école vous informe »

Par Martine Lavoie



Voici Béa et Scarlett, nos deux femelles cochon-d'Inde. Elles résident à l'école Saint-Damase depuis avril 2018. Elles font partie d'un programme de zoothérapie offert aux élèves de 8 à 12 ans. Certains jeunes profitent plus que d'autres de leurs présences. Ce qui est sûr, c'est que tous sont mis à contribution pour leur entretien. Lors de la période estivale, ce sont même des élèves qui se partagent la garde de nos deux amies poilues.

Les **bienfaits** de la zoothérapie **sont nombreux**. Pour plusieurs personnes, la présence d'un animal de compagnie peut être un facteur de santé physique et psychologique très important. Elle développe aussi le sens des responsabilités et le respect face aux autres êtres vivants.

---

### D'où vient la relâche scolaire

La première semaine de relâche scolaire a eu lieu à la Commission des écoles catholiques de Québec (CECQ) en 1979. C'était une initiative locale pilotée et mise en place par le directeur de la CECQ, M. Fernand Paradis.

Il s'était inspiré du modèle français afin de faire diminuer l'absentéisme (élèves et professeurs) qui était assez marquant à la fin février. Pour ce faire, il faut toutefois rentrer en classe une semaine plus tôt, en août.

L'idée fait rapidement boule de neige. Vers le milieu des années 80, la relâche avait déjà séduit le reste de la province.

La semaine de relâche n'est pas une obligation et reste une décision de la commission scolaire. Maintenant que cette habitude est bien ancrée dans nos habitudes, je ne voudrais pas être le directeur ou le ministre qui suggérerait de la retirer.

## « Comité de développement et d'urbanisme »

Par Hélène Ouellet

# Concours décoration de Noël

## Critères d'évaluation

Originalité

Vue d'ensemble- Harmonie

Complexité

Éléments qui soulignent la fête de Noël (ex: crèche, personnages, texte...)

Gagnants éliminés pour 3 ans

### 2015

Stéphanie Béland

Daniel Chouinard

Francis Bélanger

Hélène Ouellet

### 2016

Clément D'Astous

Gilles Gendron

Denis Landry

Alain D'Astous

### 2017

Daniel Caron

Robert Caron

Marie-Claude Dubé

Yoland Lévesque

Le jugement pour le concours 2018 s'est fait le jeudi 27 décembre. Les membres de la Corporation de Développement et d'Urbanisme qui ont participé au jugement sont: Mario Caron, Cyndy Canuel et Clermont Miousse. Les gagnants (2 dans le périmètre du village et 2 dans les rangs) sont:

### 2018

**Yves D'Astous**

**Yolande Bérubé-Lavoie**

**Marius Thibeault**

**Jacqueline Sinclair**

Félicitations aux gagnants !

Merci aux membres de la Corporation de Développement et d'urbanisme qui ont participé bénévolement au jugement et à la Corporation Municipale qui donne les prix. aux gagnants.

## « Comité de développement et d'urbanisme »

Par Cyndi Canuel et Martine Bérubé

# Projet exposition des photos de mariage

Le comité de l'offre touristique de Saint-Damase a lancé son projet d'exposition de photos de mariage dans l'église. Notre magnifique église a 100 ans. Nous voulons l'honorer en exposant les photos des couples qui y ont fait bénir leur union.

Ceci est un appel à tous: **nous avons besoin de vos photos de mariage**. Mettez-vous à l'ouvrage et cherchez dans vos albums et vos boîtes. Arrière-grands-parents, grands-parents, parents, frères, sœurs, oncles et tantes, n'oubliez personne ! Un indice pour vous aider dans vos recherches: la tradition veut que le mariage ait lieu dans la paroisse de naissance de l'épouse.

Nous comptons sur vous pour interpeller vos parents et amis qui ne sont plus à Saint-Damase.

Faites parvenir vos photos bien identifiées aux responsables du projet. Vos coordonnées sont nécessaires pour le retour des photos; elles vous seront rendu intactes dès que la copie sera faite.

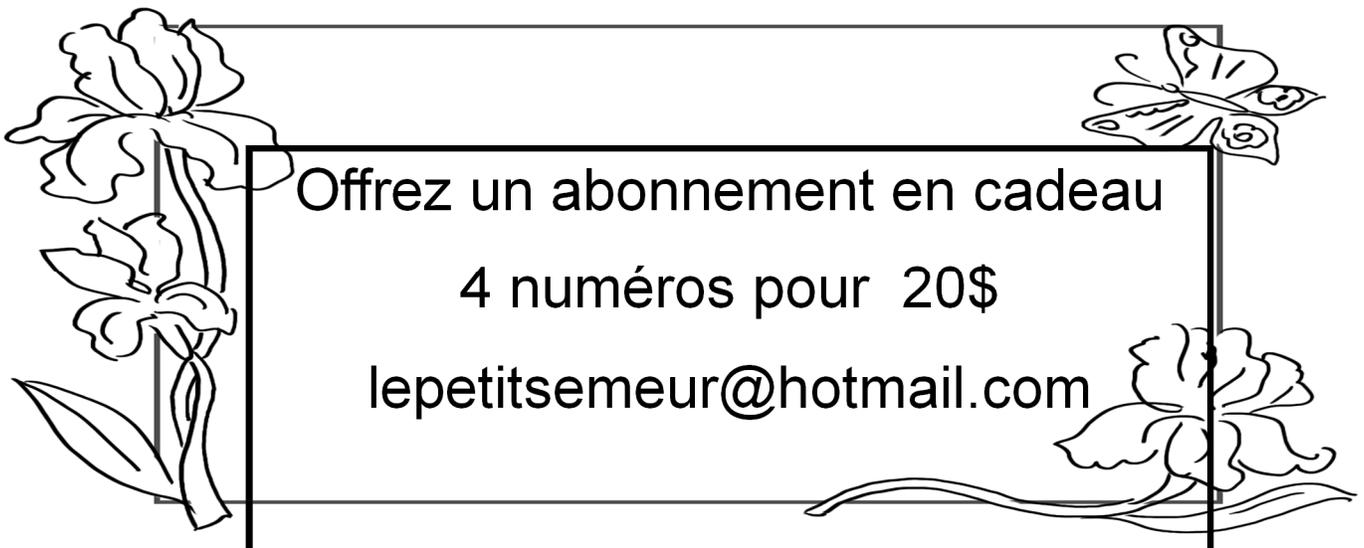
Nous avons reçu un bon nombre de photos, nous attendons les vôtres !

Lieux de dépôt: bureau municipal, Marché d'alimentation , chez Martine Bérubé .

Aidez-nous à faire de ce projet une réussite.

Martine Bérubé , Cyndy Canuel pour la CDU

[martineberube1954@gmail.com](mailto:martineberube1954@gmail.com)



Offrez un abonnement en cadeau  
4 numéros pour 20\$  
[lepetitsemeur@hotmail.com](mailto:lepetitsemeur@hotmail.com)

## « Trésors de nos greniers-partie 1 »

Par : Jean-Yves Lepage

En février 1973, cet article a été publié dans le journal. L'article parle évidemment des débuts de la Base de Plein-air qui était à l'époque une coopérative.

S'en suivra une série d'échanges assez directs entre un journaliste de l'époque et des citoyens de Saint-Damase. Le journalisme a bien changé...

# M. Paul Phaneuf, ministre responsable du Haut-Commissariat aux Loisirs et aux Sports visite le centre de Plein Air de St-Damase Inc.

La décision prise par le Haut-Commissariat de la Jeunesse aux Loisirs et aux Sports d'aller constater sur place ce qui existe en sports et loisirs de plein air dans l'Est du Québec a amené les têtes dirigeantes

au Centre de Plein Air de Saint-Damase Inc.

Dans cette visite, M. Gérard Soulard, directeur-régional au Haut-Commissariat de la Jeunesse aux Loisirs et aux Sports accompagnait M. Paul Phaneuf,

nouvellement élu Ministre au Haut-Commissariat ainsi que M. Yves Bélanger sous-ministre de ce même ministère.

Ils ont été reçus à 14h00 dans l'après-midi par la direction du Centre de Plein Air Familial de Saint-Damase Inc. Après la signature du livre d'Or de la paroisse et la présentation des visiteurs par M. Soulard, le président directeur fit l'historique de ce complexe de plein air né d'un besoin de développer toutes les ressources du milieu de garder la paroisse bien vivante et viable.

Sachant à l'avance que l'agriculture et la forêt exploitées au maximum ne pouvaient à elles seules maintenir les cadres de la paroisse et après avoir pris connaissance de la réalité, un groupe du milieu décida avec l'aide de gens qui s'y connaissaient dans le domaine touristique de faire l'inventaire de toutes les possibilités du milieu telles que lacs (22), rivières, paysages, montagnes, sites uniques (grottes de fées) points de vue, etc.

Après avoir été mis au courant des études, la population n'a pas hésité à collaborer en fournissant les droits de passages et les terrains à prix réduit et du bénévolat.



Portes d'aluminium  
Fenêtres

Devant cet enthousiasme et cette grande collaboration on forma une société à but non lucratif qui obtint ses lettres patentes, le 15 juillet 1971 et qui entreprit aussitôt le développement de ce complexe qui comprend une zone de récréation intensive: pavillon d'accueil, salle à manger, casse-croûte, buanderie, garderie d'enfants, aménagements sanitaires, camping, pique-nique, plage, pédalos, jeux pour enfants, balançoires, équitation, postes d'observation. Pour l'hiver, sentiers de moto-neiges, raquettes et ski de fond. La zone naturelle: visite des lieux géologiques (grotte des lées, saut sur la rivière Blanche), l'aménagement de la forêt en vue de favoriser la faune, sentier nature, l'ensemencement des lacs, coupe sélective de la forêt.

En terminant, le président fit remarquer qu'au printemps 1973 il y aura plus d'un million de dollars d'investi soit par la population, le gouvernement fédéral et le gouvernement provincial par le biais de leurs ministères qui ont contribué directement et indirectement à faire de ce centre de Plein Air, l'un des plus complets au Québec.

Après cet exposé, le Ministre et le sous-ministre firent le tour des aménagements tant de la zone intensive que la zone naturelle au guidon d'une moto-neige en faisant le trajet de 26 milles de sentier, visite des relais et des aménagements fauniques, en montant même jusqu'au faite des postes d'observation.

Coincidence heureuse, pendant que M. Paul Phaneuf circulait sur la piste de moto-neige, la radio nous apprenait que celui-ci venait d'être nommé Ministre responsable au Haut-Commissariat aux Loisirs et aux Sports lors du dernier remaniement ministériel dans le cabinet Bourassa.

Le NOUVEAU Ministre s'est dit impressionné par l'ampleur du projet de ce magnifique centre de Plein Air de Saint-Damase Inc.

Mme Pierrette Chouinard

Le premier article ci-haut est assez favorable à Saint-Damase.

Dans la prochaine édition vous verrez la version d'un autre journaliste beaucoup moins positif envers le projet.



## « Cuisine communautaire »

*Par Pauline Charest*

Suite à la rencontre organisée le printemps passé qui avait réuni une douzaine de personnes, Elise et moi avons suivi la formation en hygiène et salubrité alimentaire du MAPAQ.

Une première activité s'est tenue lors de la journée estivale qui a permis aux jeunes de récolter plus de 150\$ en vendant les galettes, biscuits et muffins que nous avons préparés. Plusieurs personnes ont participé à cette activité et nous espérons pouvoir renouveler l'expérience cette année encore.

L'été passé, tous les lundis, nous recevions les jeunes du terrain de jeux pour les initier à la préparation des légumes ou à la confection de biscuits et muffins. Nous avons eu beaucoup de commentaires encourageants concernant cette activité et nous aimerions bien continuer cet été. Toutefois il serait important de pouvoir compter sur la participation de quelques mamans ou grand-mamans (les hommes sont les bienvenus bien entendu) afin de diversifier l'expérience vécue par les jeunes.

Lors d'activités qui réunissaient 5 ou 6 personnes, nous avons également préparé les bouchées pour le spectacle de l'offre touristique, pour les 2 conférences organisées par les fermières, pour la marche aux flambeaux de l'association sportive ainsi que les biscuits et bouchées pour les soirées de danse du Club des 50+. En décembre, nous avons reçu les jeunes de l'école avec leurs professeurs pour une activité cuisine.

En début d'année, nous avons eu une rencontre avec le Conseil municipal et la Corporation de développement pour définir nos orientations. Il a été convenu que ce comité relève de la Corporation de développement et les activités se dérouleront dans le cadre de 2 volets : la « cuisine communautaire » qui confectionne des bouchées pour les activités des organismes et la « cuisine collective » qui réunit un petit groupe de personnes qui mettent en commun leurs compétences pour confectionner des plats économiques, sains et appétissants qu'elles rapportent chez elles.

Notre prochaine activité se déroulera donc le 19 mars dans le cadre du volet « collectif » : confection de tartes et pâtés. Nous invitons les personnes intéressées à participer à s'inscrire le plus tôt possible. Il en coûtera 10\$ par personne pour 5 pâtés ou tartes et chacune doit apporter le remplissage.

Nous avons déjà quelques commandes pour des activités prévues en mars et avril. Pour la préparation des bouchées, nous faisons appel aux bénévoles qui ont donné leur nom. Si vous êtes intéressé(e) à participer, communiquez avec :

Pauline Charest (418-776-2887) ou  
Elise Turcotte (418-556-3307) ou  
Martine Côté (418-776-5260)



## « Message de votre municipalité »

Par Martine Bérubé et Joël Charest

# Nos bons coups écologiques

Aujourd'hui on se perd facilement dans les directives, les interdits, les bons et les mauvais coups concernant l'environnement. Tout un vocabulaire est apparu: empreinte écologique, énergie renouvelable, urgence écologique, etc. Une chose est certaine, le temps des lamentations est passé, celui de la conscientisation et de l'action est arrivé.

Démolissons tout de suite un mythe: " Les petits gestes ça ne sert à rien ." Faux: les petits gestes sont multipliés par des millions. Vous n'êtes pas seul à refuser les sacs de plastique au marché, à composter, à manger moins de viande. Des millions de personnes font chaque jour de petits gestes significatifs pour l'environnement. Inutile de se flageller pour nos lenteurs à prendre le virage vert, nos erreurs et nos cafouillages. Pensons plutôt à nous féliciter pour nos bons coups.

Notre communauté se classe bien dans le virage vert. Voyons comment:

### **Corporation municipale:**

Depuis un an environ, nos élus lors des séances du conseil, ont troqué la version papier des documents contre celle numérique.

Nous compostons depuis 2015. En plus de produire un gain environnemental important, cette bonne habitude génère pour tous les citoyens un gain financier. Votre compte de taxes vous révèle une baisse de l'enfouissement et vos taxes ont diminué parce que vous compostez et récupérez.

Chaque année une redevance est versée à la municipalité selon ses performances en élimination des matières résiduelles. Moins une municipalité envoie de matières à l'enfouissement, moins ça coûte cher. Notre corporation municipale a fait le choix d'appliquer cette subvention directement à nos taxes .

Un deuxième bac brun s'ajoute à la salle municipale et des sacs spéciaux à compostage sont maintenant fournis par la corporation.

### **Corporation d'urbanisme et de développement CDU**

Ce comité, lors des rencontres, est en voie de réduction de la forme papier des documents.

Depuis 6 ans, la CDU fournit gratuitement à tous les organismes la vaisselle compostable pour leurs activités de déjeuner ou autre.

Il a été décidé en comité qu'elle serait désormais offerte à tous les autres usagers de la salle communautaire moyennant un coût.

Les membres de la CDU ont mis en marche une action d'aide au compostage lors des activités à la salle.

Par son concours Villages fleuris, la CDU encourage les citoyens à garnir leur propriété d'espaces verts, d'arbres et d'arbustes.

De plus elle a restauré et entretient les espaces verts communs : pieds de croix, platebandes dans les parcs et devant l'école et l'église.

D'autres comités s'impliquent de plus en plus dans le virage vert.

Le **Club des 50 ans +** a été le premier à abolir la vente et l'usage de bouteilles d'eau durant ses activités.

Les bénévoles du **Comité cuisine** apprennent aux jeunes du camp d'été à cuisiner de façon écologique et économique.

**Tous les organismes** sont sensibilisés au slogan "Zéro déchet" et lors de leurs activités ils travaillent à atteindre ce but.

Voilà de quoi se féliciter et s'encourager à multiplier nos efforts collectifs pour contribuer à un meilleur environnement.



## « Association sportive et ressource en loisir »

Par Audrey Turcotte et Mathieu Morin

### Marche aux flambeaux et soirée dansante

(14 décembre 2018)

*Initiative de l'association sportive en collaboration avec le plan d'action MADA*

Plus de 50 personnes ont bravé le froid le vendredi soir 14 décembre pour participer à la première édition de la marche au flambeau à Saint-Damase suivi d'une soirée dansante animée par Madame Rose Anne Langrois.

### Activité intermunicipale

(5 mars 2019)

Les municipalités de Saint-Moïse, Saint-Noël et Saint-Damase se sont regroupées le mardi 5 mars dernier afin d'offrir à leurs jeunes une belle journée d'activité à Val d'Irène en matinée et au Cinéma Figaro en après-midi. Au total, 54 personnes ont participé à la sortie dont 30 de Saint-Damase.





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

« Sondage »

*Par Hélène Ouellet*

Aux MEMBRES de la Caisse Desjardins de Mont-Joli—Est de La Mitis

### **Heures d'ouverture du Centre de services de Baie-des-Sables**

Le 29 octobre 2018, le comité de sauvegarde du Centre de services de Baie-des-Sables se réunissait avec Monsieur François Paquet, directeur général de la Caisse Desjardins de Mont-Joli—Est de La Mitis. Monsieur Paquet nous a présenté l'état de la situation au regard de la diminution de l'achalandage au Centre de service de Baie-des-Sables. (Environ 5% seulement des membres viennent sur place pour effectuer leurs transactions)

Le comité continue de travailler avec la Caisse au maintien des services. M. le directeur confirme que la gestion du réseau de distribution de la Caisse relève du conseil d'administration de la Caisse. Cela dit, il préfère travailler avec le comité et chercher des solutions alternatives et élaborer un plan d'action. Le comité va travailler dans ce sens.

Le comité croit qu'il vaut mieux travailler ensemble à une nouvelle structure afin de maintenir des services dans notre municipalité et les municipalités environnantes.

Depuis le début des regroupements, les membres ont demandé d'augmenter les heures d'ouverture. M. Paquet confirme au comité qu'il n'est pas possible d'augmenter le nombre d'heures. Par contre, il est possible d'envisager une réorganisation du nombre d'heures d'ouverture actuelles. De plus, l'implantation d'un guichet automatique n'est pas envisageable puisque le nombre de transactions qui y seraient effectuées ne serait pas suffisant. La très grande majorité des membres de la Caisse effectuent leurs transactions via les services AccèsD Internet et mobile. La Caisse n'ajoutera pas d'heures d'ouverture la fin de semaine pour une question, entre autres, de gestion de personnel.

Ce sondage, validé par la direction de la Caisse, a pour objectif d'alimenter les administrateurs de la Caisse dans leur réflexion. Il n'y a pas d'échéancier pour la modification de l'offre de services à ce moment-ci, cette démarche en étant une parmi d'autres afin d'avoir un portrait complet de la situation.

**Nous vous demandons de remettre vos réponses pour le 22 mars dans une boîte qui sera identifiée au Centre de services de Baie-des-Sables.**

**Pour les membres de St-Damase vous trouverez une boîte pour recueillir vos réponses au sondage à la Coopérative alimentaire Boni Choix.**

Les membres du comité sont : Mesdames Odette Simoneau, Gabrielle Trigaux, Nicole Caron, Diane Lavoie, Johanne Castonguay pour Baie-des-Sables ainsi que Madame Hélène Ouellet et Monsieur Mario Caron de Saint-Damase.

**Si vous avez des questions ou commentaires concernant le sondage, veuillez svp communiquer avec Madame Odette Simoneau au numéro 418-380-7275**

## « Message d'un collaborateur »

*Par Steve Ouellet*

Bonjour,



J'avais le privilège depuis 2011 d'agir à titre de conseiller en développement au CLD et à la MRC de La Matapédia. Cette opportunité professionnelle m'a permis de découvrir, entre autres, la magnifique communauté de Saint-Damase. Nous avons eu au cours des dernières années l'occasion de travailler ensemble à la réalisation de projets porteurs et mobilisateurs pour votre milieu.

Comme vous le savez sans doute maintenant, j'ai été nommé au poste de directeur du service de développement de la MRC de La Matapédia et je suis entré en fonction le 7 janvier dernier.

Autant j'étais extrêmement fier de la confiance que mon employeur portait en moi, en me nommant directeur du service de développement, autant je réalisais, avec un réel pincement au cœur, que j'allais devoir vivre un certain deuil en migrant vers de nouvelles fonctions. J'étais très attaché à ce rôle que je pouvais jouer pour le développement de votre municipalité, et bien évidemment à vous aussi, les acteurs de développement de Saint-Damase.

J'ai beaucoup appris au cours de mon passage chez vous et ce sont ces expériences qui ont fait de moi une meilleure personne. Je reste évidemment au service du développement de La Matapédia et ma porte restera toujours ouverte pour vous accompagner et vous soutenir, avec toute l'équipe de la MRC, dans la réalisation de vos rêves et de vos ambitions.

Mon nouveau rôle est d'assurer un leadership fort dans la planification et la mise en œuvre de notre stratégie de développement durable en collaboration avec les leaders de La Matapédia. Je suis présentement à l'œuvre pour engager une personne qui me remplacera à titre de conseiller en développement local et territorial pour votre secteur et je vais bientôt avoir de bonnes nouvelles à vous annoncer.

Bien que mes nouvelles fonctions m'occupent à plein temps à mon bureau à Amqui, soyez assuré que j'aurai à nouveau le plaisir de venir vous rencontrer à Saint-Damase pour jaser développement. Merci de votre confiance, de votre générosité et d'être une source d'inspiration pour un jeune professionnel dévoué au développement de sa région.

Cordialement

Steve Ouellet

## « Chronique santé »

Par Geneviève Laroche

### Faits saillants du nouveau Guide alimentaire canadien

Le 29 janvier dernier marque un moment important dans l'histoire de l'alimentation au Canada. La ministre fédérale de la Santé a dévoilé le nouveau Guide alimentaire canadien, dont la dernière version datait de 2007. Ce dernier adopte une approche plus globale pour communiquer ses recommandations et vise à répondre aux besoins de divers utilisateurs, y compris les consommateurs et les professionnels de la santé.

#### Bye-bye aux portions, bienvenue aux proportions

Dans le nouveau Guide alimentaire canadien, on n'y retrouve plus de portion. L'un des objectifs de ce dernier est d'orienter les Canadiens vers des aliments sains, plutôt que de recommander des portions précises d'aliments. Cela implique de manger une variété d'aliments en respectant ses sensations de faim et de rassasiement. Cela simplifie aussi la compréhension en misant sur l'assiette plutôt que sur les calculs pour une journée complète.

#### Nouvelle image du Guide alimentaire canadien

Le Guide alimentaire canadien est maintenant celle d'une assiette, dont la moitié est composée de **fruits et de légumes**. Un autre quart est représenté par les **aliments protéinés** (noix, légumineuses, poisson, viande, yogourt, etc.). Et le dernier quart est composé **d'aliments à grains entiers** (pain, pâtes, riz, etc.).

#### Que fait-on du lait?

Le lait, le yogourt et le fromage sont désormais inclus dans la catégorie « Aliments protéinés ». Plusieurs se demandent s'il faut cesser de boire du lait : la réponse est non. Le lait est encore un aliment nourrissant et comme les autres, il a encore sa place dans notre alimentation, notamment celle des enfants ou des personnes âgées. Le guide alimentaire canadien ne bannit pas le lait, il le repositionne, tout simplement!

**Plusieurs conseils sont présents dans les outils du Guide alimentaire canadien. Je vous en illustre quelques exemples dans cet article avec des actions concrètes de mise en application :**

- **Prenez conscience de vos habitudes alimentaires**
- Prenez le temps de manger : un temps d'au moins **20 minutes, sans écran** ni distraction;
- Apprenez à reconnaître la sensation de faim ou lorsque vous êtes rassasié; ce n'est pas toujours facile, mais se poser la question est un bon début! Je vous invite à visiter ce lien pour plus d'information :

<https://equilibre.ca/documents/files/depliant-jisd2016.pdf>



- **Cuisinez plus souvent**

- Prévoyez ce que vous allez manger : prenez un temps, en début de semaine, pour penser à vos repas, en validant les ingrédients que vous avez en main et ceux dont vous avez besoin;
- Faites participer les autres membres de la famille à la planification et à la préparation des repas : bienvenue les enfants! Tout est meilleur lorsqu'on y a participé.

- **Limitez les aliments hautement transformés. Si vous les choisissez, mangez-en moins souvent et en petite quantité**

- Évitez les aliments qui contiennent plus de cinq ingrédients;
- Évitez les aliments qui contiennent des ingrédients dont vous ne pouvez prononcer le nom;
- Achetez vos aliments frais;
- Privilégiez les aliments locaux;
- Quelques exemples d'aliments transformés : charcuteries, pâtisseries, biscuits, céréales su-crés.

**Guide alimentaire canadien**

# Bien manger. Bien vivre.

**Savorez une variété d'aliments sains tous les jours**

Mangez des légumes et des fruits en abondance

Consommez des aliments protéinés

Faites de l'eau votre boisson de choix

Choisissez des aliments à grains entiers

Découvrez votre guide alimentaire au [Canada.ca/GuideAlimentaire](http://Canada.ca/GuideAlimentaire)

Canada Health Canada

Canadã

© 2014 Santé Canada. Tous droits réservés. L'usage de ce guide est autorisé à condition que le contenu ne soit pas modifié, révisé ou révisé. Toute reproduction ou utilisation non autorisée est interdite. Santé Canada, 100, rue de la Paix, Ottawa, Ontario K1P 6K6. Téléphone : 1-877-967-7237. Site Web : www.canada.ca



## « Théâtre Au gré du vent »

*Par Martine Lavoie*

### **Nouvelle production pour l'été 2019**

Réservez votre samedi soir le 13 juillet car vous êtes invités au théâtre! Dans le cadre de la fête du centenaire de notre église, sept auteurs de Saint-Damase vous offrent un voyage dans le temps.

Vous remonterez jusqu'au début du 20e siècle pour entendre parler du choix du site de la nouvelle église, celle qui remplacera la chapelle existante mais devenue trop petite.

Par la suite, c'est le dur labeur de nos ancêtres afin de construire cet ambitieux édifice qui vous sera montré. Comment passer sous silence les efforts déployés pour payer ce bâtiment et la rigueur d'un certain curé Beaupré...Dieu ait son âme. Campé en plein milieu de notre histoire, c'est la visite paroissiale du curé dans les maisons qui vous rappellera sûrement de bons ou de mauvais souvenirs.

Nous nous déplacerons ensuite vers l'époque moderne où il a fallu décider du sort de l'église car son carnet de santé n'augurait rien de bon.

Sur un fond d'humour, c'est l'histoire de notre village que nous voulons vous raconter. Les faits mis en scène sont véridiques mais bien sûr romancés.

D'autres activités sont prévues durant la fin de semaine. Il y aura évidemment une messe spéciale avec des invités de marque...à suivre.

Nous avons eu la surprise d'être invités à Baie-Des-Sables afin de jouer une partie de cette pièce. C'est le 23 juillet en soirée que nous participerons à notre manière aux festivités de notre paroisse-mère. À une certaine époque, le rang 6 appartenait à notre voisine de Baie-des-Sables.

Alors, cet été il y aura du mouvement avec le théâtre, l'exposition de photos de mariage, une journée familiale et la messe soulignant la fête de notre chère église. Dans la parution de juin, vous aurez plus de détails sur les activités organisées.



## « Le mois VERT »

*Par Vincent Dufour*

Comment bien placer son bac au chemin ? La question semble anodine, mais elle constitue une source assez grande de frustrations, de retards et de bris coûteux et inutiles. Voici une liste de petites choses importantes à retenir pour bien mettre son bac au chemin :

**Les bacs à déchets et bacs bleus doivent être des bacs roulants de 240 ou 360 litres.** Aucun autre type de bac n'est accepté dans la collecte. Ils sont disponibles dans la majorité des quincailleries.

**Utilisez la bonne couleur de bac.** Le bac bleu est pour le recyclage, le bac brun pour le compostable et le bac vert ou noir pour les déchets! Autrement, des déchets se retrouvent dans le recyclable, du plastique dans le compostable et du papier va inutilement à l'enfouissement.

**Attention au poids!** Des bacs trop lourds peuvent endommager le bac lui-même ou ne pas être ramassés. La terre, le sable, la roche ne vont pas dans vos bacs. Payer pour enfouir de la terre, ce n'est pas très logique. Les résidus de construction, les produits dangereux, les branches et les encombrants vont à l'Écocentre.

**Placez votre bac la veille de la collecte, après 18 h.** Les heures de collecte varient selon les conditions routières, itinéraires, bris, etc. Il se peut que le camion passe toujours à 7 h 15, mais si vous attendez 7 h pour mettre votre bac au chemin et qu'une journée le camion a changé d'itinéraire et a dû passer à 6 h, vous ne serez pas content !

**Les roues et poignées doivent toujours être orientées vers la maison, le bac le plus près de la bordure du chemin, mais toujours sur votre terrain.** Beaucoup de bacs sont brisés parce qu'ils étaient mal positionnés ou parce qu'ils se trouvaient dans le chemin et se sont fait accrocher par une voiture ou une déneigeuse.

Si vous devez avoir 2 bacs ou plus, placez-les un à côté de l'autre et **espacez les d'environ 1 mètre (3 pieds)** afin de permettre au bras mécanisé de saisir les bacs sans problème.

**Les bacs bruns appartiennent à votre municipalité.** Chaque bac brun a une puce qui attribue un bac à une résidence. Si vous déménagez, votre bac brun doit rester à la même maison. Pour le bac bleu, contactez votre municipalité afin de savoir la politique en place.



**Régie intermunicipale de traitement  
DES MATIÈRES RÉSIDUELLES**  
MRC de La Matapédia et de La Mitis

## « Les communiqués »

Près de 200 interventions en 2018 pour le projet Travailleur de rang dans La Matapédia

**Amqui, 19 février 2019** – Le comité Travailleur de rang est fier d'annoncer que près de 200 interventions ont été réalisées auprès des productrices et producteurs matapédiens au cours de l'année 2018. Cette statistique confirme pleinement l'importance du projet pour la clientèle agricole et la nécessité de poursuivre les efforts pour assurer le maintien du service au cours des prochaines années.

### Des statistiques probantes

Une activité bilan 2018 a été organisée le 19 février dernier afin d'informer les producteurs agricoles, les intervenants et les partenaires financiers de l'ensemble des réalisations du projet. Parmi les statistiques présentées, on dénote 185 interventions réalisées entre janvier et décembre 2018. Six références formelles ont été réalisées auprès du Centre de santé et de services sociaux du Bas-Saint-Laurent, installations de La Matapédia. 58% des personnes rencontrées étaient des hommes et 65% du premier contact a été réalisé par la travailleur de rang. Ces statistiques démontrent clairement que la clientèle s'ouvre plus facilement si elle est contactée dans un premier temps : « Les producteurs agricoles sont désormais plus ouverts à discuter des difficultés psychologiques auxquelles ils sont confrontés dans leur quotidien. On constate d'ailleurs que les producteurs sont plus enclins à contacter eux-mêmes la Travailleur de rang qu'ils ne l'étaient lors des premières années du projet », de dire M. Gilles St-Laurent, membre du comité Travailleur de rang.

### Assurer la pérennité du service

L'enjeu d'assurer la pérennité du service demeure bien réel. D'un projet-pilote amorcé en mai 2014, le projet s'étend assurément jusqu'en décembre 2019 et le comité met tout en œuvre afin de maintenir le service après cette date. Des discussions sont en cours avec certains partenaires, mais le comité aimerait que d'autres partenaires démontrent de l'intérêt à s'impliquer financièrement dans le dossier : « Nous avons des partenaires qui sont là depuis le commencement du projet il y a cinq ans. Nous croyons sincèrement avoir démontré l'importance du maintien d'un tel service, service qui est d'ailleurs gratuit pour les utilisateurs. Nous lançons donc un appel à la mobilisation de partenaires potentiels pour assurer le maintiendu service à plus long terme », déclare Stéphane Pineault, coordonnateur de l'Écoterritoire habité à la MRC de La Matapédia et membre du comité Travailleur de rang. Le partenariat développé avec l'organisme Au cœur des familles agricoles (ACFA) au cours de la dernière année a également permis d'encadrer davantage la ressource qui participe régulièrement à des formations en lien avec son travail et qui peut compter sur un réseau de travailleurs de rang à l'échelle du Québec. L'initiative Travailleur de rang est rendue possible grâce à la participation financière des partenaires suivants : la MRC de La Matapédia, l'UPA de La Matapédia, le Ministère des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec (MAPAQ), la SADC de La Matapédia, Desjardins Vallée de La Matapédia et la Meunerie Bernard Landry.

### L'approche terrain

Une des clés du succès du projet repose sur l'approche de proximité développée par la ressource qui se déplace régulièrement sur les fermes afin de rencontrer les producteurs. Les statistiques démontrent d'ailleurs une augmentation du nombre de rencontres directement chez le client, alors que 65 % des rencontres ont eu lieu à cet endroit au cours de la dernière année : « C'est une partie importante de mon mandat que d'aller rencontrer les producteurs dans leur environnement afin que je puisse bien prendre connaissance des défis auxquels ils sont confrontés dans leur quotidien », de dire Marie Pier Boissonnault, travailleur de rang.

Stéphane Pineault, Coordonnateur de l'Écoterritoire habité de La Matapédia





## « Le semeur de mots »

Par: Richard Bérubé

Bonjour amis des mots.

Aujourd'hui nous sommes à la recherche de noms de villes ou de pays.

Vous pouvez blâmer la rédactrice en chef pour cela; c'est elle qui veut voyager par les mots de pays en capitales et de capitales en pays.

Pour ce faire nous allons utiliser une nouvelle sorte de grille avec seulement une question verticale.

La question est au #5 et comporte dix lettres. Et une flèche pour vous situer.

Aucune case noire.

Les quinze définitions sont horizontales seulement.

Commençons par le 5 vertical : Capital africaine.

◆ Maintenant les 15 horizontal.

1.Capital du Népal.

2.Il flotte à Londres.

3.Un vivait à Florence, l'autre dans les égouts.

4.San José est sa capitale.

5.Continent disparu.

6.Célèbre rocher.

7.Son mot est devenu mémorable parmi la gente théâtrale.

8.Il a donné son nom à la capitale du Vietnam.

9.Capitale de la musique country. Ce n'est pas Saint-Tite.

10.. Ville de Croatie, lieu du tournage du *Trône de fer* et ancienne capitale de la république de Raguse. Après ça, il vous faut quoi? La réponse.

11. Des légumes pour Skopje.

12.Île de la mer Méditerranée.

13.On y retrouve Nice et La promenade des Anglais.

14.Capitale canadienne de la patate frite.

15.Pays d'un colley et d'une outlander

Pour le plaisir culturel et auditif voici le nom complet de la capitale du Paraguay.

À prononcer avec l'accent espagnol.

Muy Noble y Leal de Nuestra Señora Santa Maria de la Asunción.

Qui a dit que nos villes sont difficiles à écrire.

*Et pour les amoureux des chiens :*

*Un chien est la seule chose sur terre qui t'aime plus qu'il s'aime lui-même.*

*Josh Billings*

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2	k	a	t	m	a	n	d	o	u
	u	n	i	o	n	j	a	c	K
	d	o	n	a	t	e	l	l	o
	c	o	s	t	a	r	i	c	a
	a	t	l	a	n	t	i	d	e
	g	i	b	r	a	l	t	a	r
	c	a	m	b	r	o	n	n	e
	h	o	c	h	i	m	i	n	h
	n	a	s	h	v	i	l	l	e
	d	u	b	r	o	v	n	i	k
	m	a	c	e	d	o	i	n	e
	s	a	r	d	a	i	g	n	e
	c	o	t	e	d	a	z	u	r
	c	a	v	e	n	d	i	s	h
	h	i	r	h	l	a	n	d	s

« NOS COMMANDITAIRES »

**Bois d'oeuvre WJ** INC.

FABRICATION D'ARMOIRES, ESCALIERS, MEUBLES, GAZÉBOS...

**BERNARD DESROSIERS**  
 TÉL.: 418 776-3333  
 TÉLEG.: 418 776-2222  
 bdesrosi@globetrotter.net

**Ayrshire**  
**ARobichaud et Fils (2002) Inc.**

Bruno Robichaud et Édith Deschênes  
 7, rang 8 Ouest  
 Saint-Damase de Matapédia  
 418 776-5217 • bruno.robichaud@globetrotter.net

Pur Sang Charolais  
 Croisement Simmental - Angus

*Ferme Bovine  
 Reflet  
 Des Vosges*

*Annelis Baber -  
 René Maller*

No 5 Rang 10<sup>e</sup> - St-Damase (Québec) G0J 2J0  
 Tél. : (418) 776-2348 - Fax : (418) 776-2669

**COIFFURE  
 ET JOLIS PIEDS**

**MADONE GAGNÉ**  
 Coiffeuse • Technicienne soins et hygiène de pieds

offre service à domicile  
 18-776-2550 • 418-318-0352

membres de F.A.N.Q.

**GROUPE  
 DAMABOIS**  
 Damabo inc.

ACHAT DE BOIS :  
 Essences  
 tremble, peuplier  
 tous les bois francs

Usine de composantes  
 de palettes  
 441, Rang 7 Est  
 St-Damase (Québec) G0J 2J0  
 Tél. : (418) 776-5455  
 Tél. usine : (418) 776-5471  
 Téléc. : (418) 776-5705  
 damabois@globetrotter.net

**Martin Lavoie**  
 Directeur général

**Jean-Marie Lavoie**  
 Directeur usine

**Ferme René Turcotte  
 Atelier d'usinage et de soudure**



311 Rang 7 ouest  
 St-Damase-de-Matapédia  
 (Québec) G0J 2J0  
 Tél : (418)776-5737

**Chevaliers de Colomb  
 Conseil Tartigou 9985**



Clément Harvey, député  
 Jean Plourde, trésorier

**CHANTAL  
 COIFFURE**

410 Rue Principale  
 St-Damase, Qc.

Salle de Bronzage



776-5779





**MRC de  
LA MATAPÉDIA**

420, route 132 Ouest  
Amqui (Québec) G5J 2G6

☎ 418 629-2053

☎ 418 629-3195

administration@mrcmatapedia.quebec  
MRCMATAPEDIA.QC.CA

ESPRIT DE COLLABORATION - SOLIDARITÉ- TRANSPARENCE  
ÉCOUTE - OUVERTURE D'ESPRIT - LEADERSHIP  
ÉQUITÉ - COMPÉTENCE - PROFESSIONNALISME



*Les Entreprises GéRacine inc.*



**FERME  
OLIVAL**

*Nathalie Chenel & Michel Lavoie*

*Bienvenue*

QUINCAILLERIE ET MATÉRIAUX DE CONSTRUCTION  
**MATÉRIAUX G. OUELLET**



www.timbermart.ca

68, route 132 Ouest  
Baie-des-Sables, Qc.  
G0J 1C0

Tél.: 418 772-6308  
Fax: 418 772-6730  
helouellet@glebetrotter.net



*Helene Ouellet*

*Gestions Helene*  
Impôt des particuliers

518, Rang 7 Est  
Saint-Damase-De-Matapédia (Québec) G0J 2J0  
Tél: (418) 776-2222

QUINCAILLERIE ET MATÉRIAUX DE CONSTRUCTION  
**MATÉRIAUX G. OUELLET**



www.timbermart.ca

68, route 132 Ouest  
Baie-des-Sables, Qc.  
G0J 1C0

Tél.: 418 772-6308  
Fax: 418 772-6730  
helouellet@glebetrotter.net

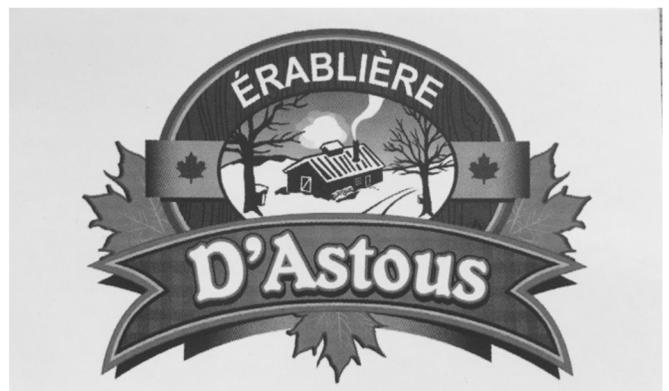
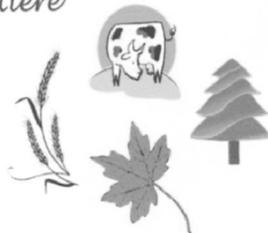
*Les productions Guillaume D'Astous*  
Productions laitière, agricole, acéricole et  
forestière

Tél : (418) 776-2676

F: (418) 776-2630

107 rang 6 ouest  
St-Damase, QC  
G0J 2J0

productionsguillemedastous@hotmail.ca



**TRANSPORT**  
L.L.P.C.  
**MATTER**  
ST-DAMASE • 418 566-9273

TRANSPORT DE MATIÈRE EN VRAC  
AVEC CAMION 10 ROUES :  
grain, ensilage, fumier, brin de scie,  
gravier, sable, terre, neige etc.

**FERME Multi-Ressources**



PRODUCTEUR  
*Pomme de terre*  
**Jean-Marc Durette**  
PROPRIÉTAIRE

504, Rang 7 Est  
Saint-Damase, Qc G0J 2J0  
Tél.: (418) 776-2611



**Algonquin**



**Nancy D'Astous, RSG**  
504, Rang 7 est  
St-Damase, Québec  
G0J 2J0  
418-776-2611



**Ferme Guy D'Astous**

402, rue de l'église  
St-Damase, Qc G0J 2J0

Commerçant de foin, paille, animaux, machineries,  
accessoires de cabane à sucre,  
et bois de chauffage en 8'

**Téléphone : 418 776-2116**



**Ferme Guy D'Astous**

402, rue de l'église  
St-Damase, Qc G0J 2J0

Commerçant de foin, paille, animaux, machineries,  
accessoires de cabane à sucre,  
et bois de chauffage en 8'

**Téléphone : 418 776-2116**

LES ENTREPRISES

*Yvon*

**D'ASTOUS**

ET FILS INC.

418/776-5540 Fax 418/776-2743

R.B.Q. # 1864-2769-43

**Alimentation St-Damase**

Marché OMNI

370 rue Principale  
St-Damase

776-5327  
776-5927  
(télécopieur)



Service SAQ  
Permis chasse & pêche  
Loto-Québec

Boucherie, Mets préparés, Pain frais, pâtisserie  
Produits d'érable régionaux  
Essence, Bière, vin, location vidéo  
Livraison Pharmacie Aubert Lévesque  
1 fois semaine

**OUVERT 7 JOURS SEMAINE**



**Pharmacie  
Hallé et McNicoll**

Affiliée à:  
 **familiprix**

99, rue de l'Église  
Sayabec (Québec)  
G0J 3K0

**T: 418 536-1414**  
F: 418 536-3410

Suivez-nous sur:



[familiprix.com](http://familiprix.com)

**Jean-Philippe Hallé**  
pharmacien  
**Kaven McNicoll**  
pharmacien



**Pharmacie  
Hallé et McNicoll**

Affiliée à:  
 **familiprix**

99, rue de l'Église  
Sayabec (Québec)  
G0J 3K0

**T: 418 536-1414**  
F: 418 536-3410

Suivez-nous sur:



[familiprix.com](http://familiprix.com)

**Jean-Philippe Hallé**  
pharmacien  
**Kaven McNicoll**  
pharmacien

**RELAIS ST-DAMASE**

**OUVERT 7 JOURS**

**418 776-2525**

**Restaurant-Bar**

*Bienvenue!*



**Chalets**

**302, route 297 Sud, Saint-Damase (Qc) G0J 2J0**

**CAMPING**

**418 776-2828**

**302, route 297 Sud  
Saint-Damase (Qc)  
G0J 2J0**



[www.basepleinair.com](http://www.basepleinair.com)



Depuis plus de 60 ans

*Stéphane et Simon Landry,*  
propriétaires

393, av. Principale  
St-Damase-de-Matapédia  
(Québec) G0J 2J0

S.B.Q. : 2527-2196-03



**Tél. : 418 776-2080**  
**Fax : 418 776-2153**

[ad\\_landry@globetrotter.net](mailto:ad_landry@globetrotter.net)  
[www.entreprisesadlandry.com](http://www.entreprisesadlandry.com)

**• TERRASSEMENT**

**• EXCAVATRICES**  
Mini à 35 tonnes

**• TRANSPORT ET VENTE**  
- Terre, sable, gravier tamisé  
- Terre à jardin  
- Pierre, concassé, chaux

**• CHEMINS FORESTIERS**  
construction de routes  
et canalisation

**• INSTALLATION FUSSES SEPTIQUES  
ET CHAMPS D'ÉPURATION**  
(Standard, modifié, Ecoflo, Blonest)

**• TRANSPORT**  
- Général, fardler  
- Copeaux, sciure  
- Écorces  
- Plancher mobile  
- Maïs - Orge - Avoine

**• TRAVAUX EN RUISSEAU**  
excavatrice à l'huile végétale  
**• TRANSPORT BILLES DE BOIS**  
**• TRANSPORT SCOLAIRE**

Espace publicitaire  
à vendre

Carte d'affaire:25\$  
1/2 page:45\$  
1page:100\$

