



LE PETIT SEMEUR

Volume 16

mars 2021

Numéro 1

Un magazine pour nourrir notre solidarité et
notre fraternité



Sortie au cinéma réservée aux adolescents

Merci à Mathieu Morin pour l'organisation de cette sortie

« Table des matières »

Mot du maire	3
Des nouvelles de nos organismes	4
L'école vous informe	5-6-7
Comité de développement et d'urbanisme	8-9-10
Hommage à René	11
Conseil de Fabrique	12-13
Chronique voyage	114-15-16-17
Chronique Santé	19
Chronique d'herboristerie	20-21
Le mois VERT	22-23
Les communiqués	24-25
Le semeur de mots	26-27
Commanditaires	28 à 32

L'équipe du Petit Semeur:

Mise en page et montage: Martine Lavoie

Abonnement et administration: Martine Bérubé et Mathieu Morin

Merci à Jocelyne Bélanger pour le travail exceptionnel à la correction des textes!

Prochaine date de tombée:

31 mai 2021



« Mot du maire »

Par: Martin Carrier

Bonjour à toutes et à tous,

Je voudrais vous souhaiter une bonne fin d'hiver et un beau printemps qui s'en vient. Nous avons eu un hiver quand même surprenant avec deux bonnes tempêtes comme nous en vivons rarement avec une accumulation rapide de neige. Notre équipe de déneigement travaille fort à l'entretien des chemins et je voudrais les remercier personnellement pour leur dévouement.

Depuis le temps des fêtes, nous avons eu de la part du gouvernement des directives de zone rouge et ensuite des directives de zone orange modérée. Suite à ces recommandations, nous devons tenir nos réunions de conseil à huis clos (sans présence du public). Les réunions sont cependant disponibles en audio sur le site de la municipalité. Nous vous suggérons de faire parvenir vos questions et commentaires à notre directrice générale et nous les traiterons durant la période réservée aux questions.

En ce qui concerne la salle communautaire, nous avons arrêté toutes les activités. Je sais que ce n'est pas évident pour tout le monde. La période que nous traversons est exceptionnelle mais la seule chose que nous pouvons faire c'est attendre le beau temps après la tempête. C'est notre détermination à respecter les règles qui déterminera la durée du confinement.

Présentement, le conseil municipal voit au bon fonctionnement de la municipalité soit par les nouveaux projets ou la continuité de ceux engagés. Si vous voulez me parler, je suis disponible avec le numéro de téléphone de la municipalité au 418-776-2103 et mon numéro de poste est le 3. Il me fera plaisir de vous répondre.

Je participe aux réunions de la MRC en visio-conférence à 100% et soyez assurés que mon but est de mettre la municipalité en valeur auprès de la MRC. Je défends, par le fait même, les intérêts de Saint-Damase pour qu'ils soient respectés à travers les projets proposés.

Dans les jours qui viennent, vous allez recevoir un fascicule explicatif du budget 2021 et vers la mi-année, nous vous ferons parvenir un document explicatif des états financiers de l'année 2020 vérifiés et corrigés par une firme comptable.

Pour terminer, il me fait plaisir de vous souhaiter un printemps rempli de beaux moments et profitez de l'occasion pour sortir prendre l'air et vous ressourcer auprès des chaudes journées printanières.

Merci

À votre service pour une municipalité vivante

« Des nouvelles de nos organismes »

Patinoire St-Damase 2021

Association Sportive
de
Saint-Damase

La patinoire a été ouverte le samedi 9 janvier 2021. À la suite des conditions météo peu clémentes pour glacer, nous avons dû ouvrir quelque peu plus tard qu'à l'habitude. L'équipe de travail de la patinoire était composée de Kenny Richard à l'entretien de la patinoire ainsi que de Camille Carrier, Tommy Ratté et Kelly-Ann Fortin à l'ouverture et préposés du local des loisirs. Malheureusement cette année, suite à la situation de la Covid-19, il n'était pas possible de faire des activités et de l'animation au local, car seulement les activités extérieures en lien avec la patinoire étaient permises.

Par Mathieu Morin

Fabrique Saint-Damase

Votre paroisse est encore disponible pour vous. Voici les différents responsables à contacter pour organiser vos célébrations religieuses.

Baptême: Jacqueline Lamarre 418-776-5749

Mariage(6 mois à l'avance): Yolande Bérubé 418-776-5736

Funérailles: Yolande Bérubé 418-776-5736

Catéchèse: Martine Lavoie 418-776-2572

Prochaines messe et célébration

14 mars :célébration à 10h00

27 mars : messe des Rameaux à 19h00

Jeudi saint: messe à 19h00 à Saint-Damase

Vendredi saint: messe à 15h00 à Val Brillant

Samedi saint: Messe à Saint-Moïse à 19h30

4 avril: Pâques à Saint-Noël à 9h00 et à Sayabec à 11h00



« L'école vous informe »

Par Martine Lavoie

- Merci à la Municipalité, à l'Association sportive et à Mathieu Morin qui nous prêtent régulièrement le local des Loisirs pour nos activités de patinage.
- Merci à Madame Denise Gagné pour nous avoir encore une fois tricoté et acheté de magnifiques mitaines qui font le bonheur des jeunes.
- Merci à Éric Caron et Martine Côté pour leur travail acharné afin de nous offrir des petits déjeuners diversifiés.
- Merci à Édith Deschênes pour sa présence à la bibliothèque municipale. Elle est toujours disponible pour nos commandes spéciales.
- Merci à Marie-Chantale Forget Bienvenue qui est venue nous en apprendre plus sur les plantes et leur utilisation pour notre bien-être et notre santé.
- Merci à Sonia D'Auteuil qui est bien plus qu'une concierge pour nous. Tu surveilles notre école avec bienveillance.

=====

Bravo à Alexandra Carrier et Charlotte Ratté pour leur initiative environnementale. Elles ont organisé une manifestation contre la pollution.





« L'école vous informe »

Par Martine Lavoie

Être dehors ce n'est jamais du temps perdu. En collaboration avec l'enseignant d'éducation physique, les jeunes de troisième à sixième année ont eu droit pas à 1, ni à 2 mais bien à 3 bons moments à l'extérieur.

Nous avons patiné, nous sommes allés en raquettes et en skis au plus grand plaisir de tous. Un bon feu a même récompensé les efforts des enfants et ce bien sûr accompagné de saucisses et de guimauves.

Merci à Vallier Lavoie et Olivette Bérubé pour nous avoir préparé le terrain et accompagné au feu. Merci à Alexis et Karyanne Dumont pour nous avoir aussi fait une belle piste afin de faciliter nos déplacements. Pour plusieurs jeunes c'est une initiation au patin ou au ski qui débouche sur un nouvelle passion...pas vrai Frédérick!



De belles joues rouges, des regards pétillants dans une activité où on en apprend autant que notre classe. La persévérance se manifeste sous bien des visages



Bravo à Frédérick Bélanger qui est notre gagnant à la finale locale de la Dictée PGL(Paul Guérin Lajoie)



La Dictée P.G.L.

=====

Du 15 au 19 février se tenait les Journées de la persévérance scolaire (JPS) sous le thème «Un moment. Pour eux». Les JPS sont l'occasion de se donner un élan collectif, doux et bienveillant, pour que la réussite éducative soit au cœur de nos actions collectives.

Nous avons eu la chance de faire une rencontre inspirante. Nous avons été choisis pour poser une question directement à Laurent Duvernay Tardif lors d'une conférence qui s'est déroulée le 17 février dernier. C'est Lydia D'Astous qui nous a représentés à l'écran. Cette conférence a été écoutée par plus de 250 000 jeunes à travers le Québec.



LES JOURNÉES DE LA
**PERSÉVÉRANCE
SCOLAIRE**



=====

Offrez un abonnement en cadeau
4 numéros pour 20\$
lepetitsemeur@hotmail.com

« Comité de développement et d'urbanisme »

Par Cyndy Canuel

REMERCIEMENT

Chère Élise,

C'est toute l'équipe de la Corporation de développement et d'urbanisme qui souhaite te remercier pour ton immense contribution au sein de notre organisme. Pendant toutes ces années, tu as su te dévouer pour l'avancement de la paroisse. C'est sans compter les heures de bénévolat où tu t'es impliquée dans de nombreux projets novateurs, soit le projet Bâtir une communauté nourricière, la réfection des croix de chemin, le belvédère Gagnon, la halte à l'entrée du village, la station des cloches et la fontaine au cœur du parc de l'église, le projet d'équipement de la salle municipale, le journal Le Petit Semeur, le projet cuisine communautaire, pour n'en nommer que quelques-uns. Quels beaux accomplissements. Et comme si ce n'était pas assez, ton implication va bien au-delà, puisque ton savoir-faire, ta rigueur et ton efficacité dans la tenue consciencieuse des finances ont permis à toute l'équipe d'avoir le cœur léger face à la trésorerie.

Tu as su pendant un peu plus de 10 ans, laisser une marque bien particulière auprès de la corporation de développement et d'urbanisme. Ton sens de l'implication, du dévouement et ton souci de l'environnement ont su donner une voie bien distincte au comité de développement et ta couleur nous manquera bien certainement.

Tu as été un membre de choix, très impliquée, dynamique et par-dessus tout dévouée envers ta paroisse. C'est avec beaucoup de regrets que nous te laissons partir. Tu nous manques déjà.

Et comment te remercier? Par **mille mercis** peut-être, ce qui semble bien peu pour tout ce que tu as donné. Heureusement, nous te verrons souvent dans tes autres bénévolats, puisque nous savons que ton implication dans la communauté se poursuit.

Bonne chance et bon succès dans tous tes projets futurs!

Les membres de la CDU

« Comité de développement et d'urbanisme »

Décoration du village: une belle initiative de la CDU dirigée par Hélène Ouellet

Merci à Sonia D'Auteuil pour son accompagnement essentiel lors de la décoration des bonshommes de neige par les élèves de 5e et 6e années



« Comité de développement et d'urbanisme »

Par Hélène Ouellet

Concours décoration de Noël

Le jugement pour le concours 2020, s'est fait le Lundi, 28 décembre. Les membres de la Corporation de Développement et d'Urbanisme qui ont participé au jugement sont: **Martine Bérubé et Clermont Miousse**. Les gagnants (2 dans le périmètre du village et 2 dans les rangs), sont:

2020

Alain D'Astous & Sonia D'Auteuil
Roger Lemelin & Francine Ratté
Robin Leblanc & Linda Gendron
André Paquet & Jocelyne Bélanger

Nous vous rappelons que les gagnants sont éliminés pour une période de 3 ans et qu'ils se méritent un chèque de 25 \$ gracieuseté de la Corporation Municipale de saint-Damase.

2017

Daniel Caron
Robert Caron
Marie-Claude Dubé
Yoland Lévesque

2018

Yves D'Astous
Yolande Bérubé-Lavoie
Marius Thibeault
Jacqueline Sinclair

2019

Christian Parent
Wilfrid Caron
Francis Bélanger
Ronald Harrisson

Nouvellement cette année, suite à une idée de Solange Desrosiers, lors de la rencontre citoyenne au centre communautaire, nous avons décoré dans le parc de l'Église. Un comité composé de Sonia D'Auteuil, Hélène Ouellet, Solange Desrosiers et Marie-France Dubé ont mis leurs idées en commun et la main à la pâte, et ce, fin novembre, pour illuminer le Parc. Des bonshommes de neige, fabriqués par Clermont Miousse, suite à une idée de Sonia de les faire décorer par les jeunes de la classe à Martine Lavoie, ont été installés dans le village ainsi que des boucles faites par Solange. Marie-France, j'ai oui-dire, avec l'aide de Francis, a fait une étoile en branches. Vallier Lavoie nous a prêté sa crèche. Sonia a mis sa touche de décoratrice un peu partout, rampe de l'Église, lampadaire, arbres,... Tout ce beau monde, ci-haut mentionné, avec l'aide de Martin et Édouard Carrier, Simon Bélanger, Robin Ouellet et Éric Caron ont fait les installations pour rendre notre village plus festif. Un grand Merci à vous tous. Merci également pour la musique dans le village pendant la période des Fêtes.

Hommage à Renée

Ma petite sœur nous a quittés le 11 janvier dernier. Elle ne voulait aucun rite funéraire. Bien sûr nous respectons sa demande, mais rien ne m'empêche de lui rendre hommage à ma façon.

Elle était le dernier témoin de ma petite enfance. Je ne dirai plus : "Te souviens-tu Renée de ...", je ne pourrai plus partager ces souvenirs uniques. Heureusement, Isabelle arrivée neuf ans plus tard peut évoquer avec moi d'autres souvenirs à trois. À des moments difficiles de ma vie, ou la sérénité n'était pas au rendez-vous, elle a été mon indispensable confidente.

Ceux qui l'ont bien connue savent que dans bien des circonstances ma sœur préférait la compagnie des animaux à celle des humains. Elle s'entourait de bêtes de toutes sortes, souvent malades et éclopées.

Elle les soignait avec dévouement, passion et amour. Les remettre sur pieds étaient sa grande fierté.

Depuis toujours, c'était aussi la compagnie des enfants qui la rendait heureuse. Leur simplicité et leur candeur la rejoignaient, elle qui n'avait jamais complètement quitté l'enfance. Il n'y avait jamais trop d'enfants dans sa maison pour partager les jeux de ses fils.

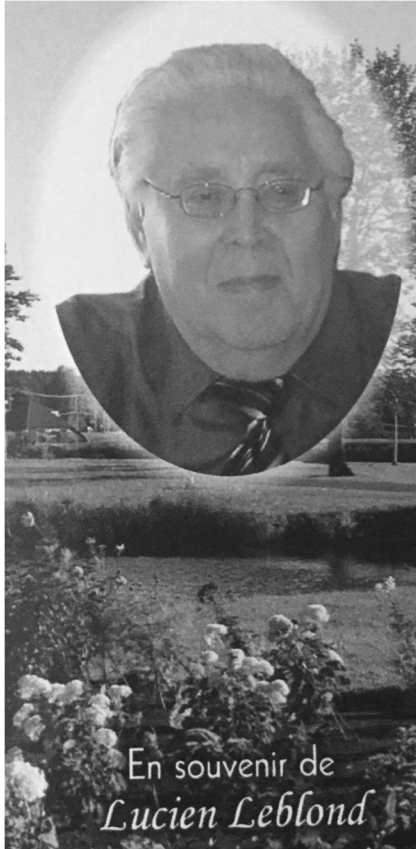
Elle aimait vraiment s'occuper d'eux le midi à l'école et tenir le local des loisirs de l'ancienne salle. Elle a occupé de multiples tâches dans la communauté et a même été bedeau. Elle a veillé sur notre mère vieillissante et elle l'a accompagnée jusqu'à ses derniers moments.

Vous tous qui avez été bienveillants envers elle et l'avez aidée, sachez que vous avez les remerciements et la reconnaissance de sa famille. Martine Bérubé

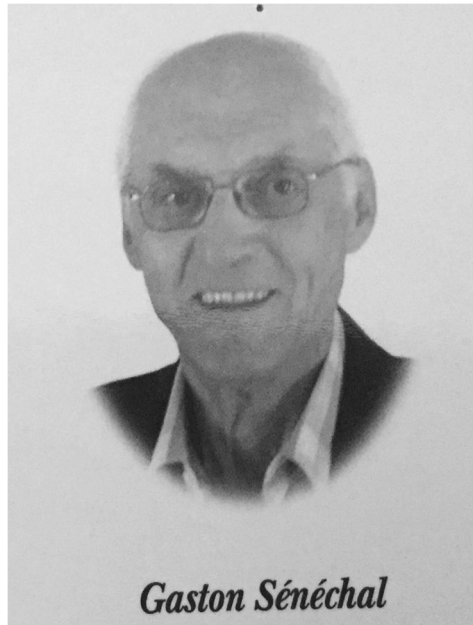


« Responsable de la liturgie »

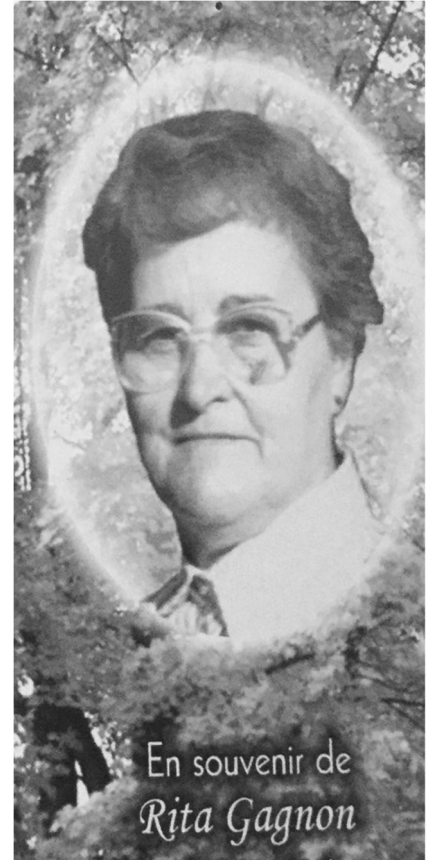
Par Yolande Bérubé



En souvenir de
Lucien Leblond



Gaston Sénéchal



En souvenir de
Rita Gagnon

Funérailles et inhumation en 2020

*Monsieur Lucien Leblond, conjoint de Louissette Lavoie, décédé le 12 août, à l'âge de 88 ans et 11 mois. Les funérailles ont été célébrées le 20 août à Saint-Damase.

*Monsieur Gaston Sénéchal, époux d'Estelle Bélanger, décédé le 20 août à l'âge de 86 ans et 11 mois. L'inhumation a eu lieu le 5 septembre à Saint-Damase.

*Madame Rita Gagnon, conjointe de Charles-Borromée Turcotte, décédée le 6 octobre, à l'âge de 89 ans et 9 mois. Les funérailles ont été célébrées le 13 octobre à Saint-Damase.

Baptême 2020

*Mahée D'Astous née le 25 octobre 2019, fille de Guillaume D'Astous et Vanessa Dubé. Elle a été baptisée le 10 octobre à Saint-Damase

*Élias Vaillancourt, né le 12 juillet 2019, fils de Jean-Michel Vaillancourt et Roxanne D'Astous. Il a été baptisé le 7 novembre à Saint-Damase.

« Initiation à la catéchèse »

Par Martine Lavoie

Sur la photo ,les jeunes du parcours 3 qui préparent leur sacrement du pardon: Édouard Carrier, Karyanne Dumont, Ruddy Gauthier et absente , Kyra Bérubé-Vinette



Rien n'est perdu. La catéchèse continue en réunion zoom. Les jeunes font beaucoup d'efforts pour garder leur foi vivante.

Voici les jeunes qui sont prêts et en attente de leur confirmation: Alexis Dumont, Vanessa Bastien, Priscillia Bastien, Frédéric Bélanger et Jessie Gauthier.

Les jeunes du parcours 4 ont préparé, malgré qu'ils soient en réunions virtuelles, des cartes de Saint-Valentin pour les personnes seules. Les jeunes qui sont en attente de leur pardon sont: Alexandra Carrier, Charlotte Ratté, Tania Turcotte, Zachary D'Astous, Charles D'Astous, Laurence D'Astous, Tommy Bastien, Katherine Bouchard, Lili-Rose Marcoux, Samuel Lavoie, Lydia D'Astous, Anabelle Turcotte. Ils préparent actuellement leur sacrement de l'Eucharistie.

Les jeunes du parcours 2 se rencontreront quelques fois pour poursuivre leur formation à la vie chrétienne.

Si votre enfant n'a pas commencé la catéchèse, ne soyez pas inquiets. En ces temps de pandémie, nous avons mis les nouveaux parcours sur pause mais nous reprendrons le retard dès la reprise de nos activités régulières.

« Chronique voyage »

Par : Martine Bérubé

Voyage en Égypte-partie 2

Octobre 2008

Memphis

À quelques minutes du Caire il y a Memphis. Tout touriste qui s'attend à explorer les ruines de cette cité antique sera immensément déçu. De cette ville fondée 3000 ans avant J.C., il ne reste que quelques morceaux de colonnes et de chapiteaux dispersés dans les champs.

Le temple de Ptab était si grand qu'un village actuel le recouvre entièrement (2km carré). Il est difficile de croire que cette cité a gardé sa puissance de capitale jusqu'à cent ans avant J.C. pour être remplacée par Alexandrie.

Memphis servira à fournir les pierres des monuments et des palais des civilisations suivantes, ceci explique sa destruction complète. Les inondations du Nil nombreuses au Moyen-Âge ont mis fin au travail de sape.

Les archéologues du dix-neuvième siècle retrouvèrent deux statues colossales de Ramsès II. **Celle en granit rose , haute de dix mètres est dressée place de la Gare au Caire. L'autre, taillée dans un seul bloc de calcaire, dort dans un édifice spécialement construit pour elle. C'est de la mezzanine qu'on la voit le mieux.**

Il reste aussi un sphinx blanc en albâtre qui nous accueille sur l'ancien site de Memphis. Il pèse cent tonnes et est vraiment majestueux.

Ces trois témoins m'impressionnent et me font regretter la destruction d'une ville qui fut grandiose.

Saggarah

Il y a des sites antiques et des ruines pour lesquelles il faut beaucoup d'imagination parce qu'on est face à quelques pierres éparses.

Saggarah n'a pas le panache de Thèbes et encore moins celui des grandes pyramides de Guizèh.

Cependant ce site a l'honneur de présenter les plus anciennes pyramides à gradins d'Égypte, sa pyramide, tombeau royal date de la troisième dynastie, de 2500 avant J.C. Le site est une nécropole qui s'étend sur cinq kilomètres. On y trouve de multiples momies, plusieurs animaux, entre autres de taureaux consacrés au dieu Apis. J'y ai vu des momies de chats, les égyptiens faisaient embaumer leurs animaux domestiques en hommage aux dieux.

L'entrée principale et les chapelles funéraires (on donne ce nom a des lieux d'offrande, rien à voir avec le Christianisme) ont été reconstruites par des archéologues du début du vingtième siècle.

Ces reconstructions sont aujourd'hui fortement contestées, on protège les lieux tel que redécouverts sans chercher à leur redonner leur allure d'origine.

Le plateau de Guizèh, les grandes pyramides et le sphinx.

C'est la journée spéciale, celle pour laquelle je suis venue en Égypte. Partout au Caire où que l'on se trouve dans la ville, on aperçoit les pyramides au loin.

Toutes les photos, les reportages ne peuvent donner la réelle perspective du sphinx et des pyramides.

Devant le sphinx il y avait un temple, dont on voit les ruines, et devant ce temple un bras du Nil passait.

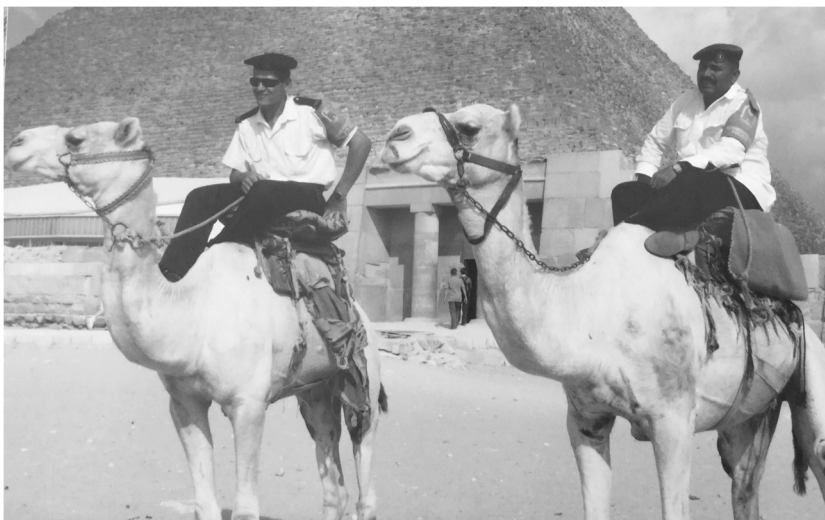
Le Pharaon et les dignitaires s'y rendaient en barque.

Aujourd'hui le site est en plein désert. Seuls les gardiens vont jusqu'aux pieds des géantes. Ils se déplacent en dromadaires.

Il me fallait mon aventure pyramide, il fallait que j'en touche une ! Il existe un forfait visite de la chambre funéraire de Khéops, je n'ai pas hésité. J'entre dans la pyramide par une petite ouverture, il faut progresser courbée car la hauteur de l'étroit couloir est de quatre pieds environ.

Je ne suis pas seule, nous sommes quatre de notre groupe, ça me donne du courage. Bien sûr il fait noir, nous marchons ainsi pendant quinze minutes et j'avoue qu'au moment où nous arrivons à la grande chambre funéraire, je suis en train de me dire que je manque d'air !

A part le sarcophage et quelques hiéroglyphes, il n'y a rien. Le trip, c'est d'être là au cœur de la pyramide!



Après une visite de quelques quartiers du Caire, nous revenons sur le site de Guizèh pour le spectacle nocturne, sons et lumières. C'est assez charmant d'entendre le sphinx raconter l'histoire du pays avec la voix d'un acteur français que je reconnais. Les jeux de lumières sur les monuments donnent un aspect surréaliste à l'expérience.

Des gardiens avec leur dromadaire

Musée national du Caire

Une autre journée de rêves marquée par la visite du Musée du Caire.

Sous l'influence du français Mariette un premier musée fut inauguré en 1865 et en 1902 les collections furent transférées au musée actuel. Depuis la campagne de Napoléon en 1798, beaucoup de trésors archéologiques égyptiens avaient été dispersés dans le monde. Tous les grands musées du monde ont eu leurs acheteurs et leurs donateurs durant cette époque. Le musée du Vatican, le Louvre, le British Museum, les musées de Vienne, de Turin et Berlin, celui d'histoire naturelle de New-York, possèdent un département égyptien remarquable.

Cette saga de dépouillement s'est terminée à la création du département égyptien des antiquités et à l'ouverture du musée du Caire.

Aujourd'hui, une très grande quantité de merveilles de la civilisation pharaonique y sont exposées. Le parcourir librement une demie journée a été pour moi un grand bonheur.

Dès l'entrée, les colosses intacts d'Aménophis III et de son épouse m'accueillent du haut de leur trente-cinq pieds.

La plus remarquable exposition est celle de 2500 objets provenant des quatre salles du tombeau de Toutankhamon. Ces objets saisissent par leur beauté et démontrent toute l'habileté des artisans de l'époque. Un étage y est consacré.

Dans le musée je vois les artefacts provenant des sites que j'ai visités lors de la croisière sur le Nil, et la boucle est bouclée.

Le musée du Caire avait pour mission d'abriter 50,000 pièces archéologiques, il en contient aujourd'hui près de 200,000.

Un grand complexe muséum ouvrira ses portes en 2021 près des pyramides et tous les trésors du tombeau de Toutankhamon y seront transférés et pour la première fois tous exposés. En effet les caves du musée du Caire abritent des milliers d'artefacts non vus faute de place.

Ce qui me réjouit c'est que le musée actuel restera ouvert, son emplacement au cœur de la ville et la superbe architecture art nouveau du bâtiment le rendent unique.

Alexandrie

Je décide de prendre une excursion d'une journée à Alexandrie.

Cette ville a été fondée par Alexandre le Grand en 332 avant J.C., sur l'emplacement d'un petit port méditerranéen. Sur l'île de Pharos, elle abritait alors son fameux phare, merveille du monde antique. Elle devint la capitale marchande et intellectuelle et une immense bibliothèque y contenait des milliers de rouleaux de papyrus. Un incendie, causé par le siège de César en 48 avant J.C. (Romains) détruisit la bibliothèque, privant ainsi la postérité de ces précieux renseignements écrits.

Beaucoup de trésors antiques de cette ville sont enfouis sous la cité moderne actuelle. La nécessité du quotidien et l'indifférence face aux artefacts anciens expliquent cette situation.

Je visite d'abord l'imposante **forteresse de Kaitbay**, du nom du sultan mamelouk qui la fit dresser au quinzième siècle, sur l'emplacement du phare englouti un siècle plutôt. La visite offre au sommet du Ford, une vue superbe sur le port, la méditerranée et la ville. Le lieu est agréable à visiter car on y rencontre beaucoup d'enfants venus en visite scolaire.

Encore une fois des jeunes filles nous prennent en photo, intriguées par nos cheveux pâles et découverts. Elles rient beaucoup, c'est bon-enfant et amusant.

Ensuite je visite les **catacombes** et ma surprise est de voir des statues des dieux égyptiens, Osiris et Isis vêtus de costumes et d'armures de soldats grecs et romains. Étrange mélange de civilisations !

La moderne bibliothèque d'Alexandrie est construite depuis 1995 et a coûté 220 millions de dollars américains. Elle a onze étages et contient plus de huit millions d'ouvrages. Ses trois langues officielles sont l'anglais, le français et l'arabe. L'édifice de loin ressemble à un coquillage sortant de la Méditerranée. Sur le mur extérieur, des caractères de tous les alphabets du monde sont gravés.

A la fin de la journée, sortir de la ville par des petites rues est une prouesse. Tout ce qui peut rouler est là, voiturettes tirées par des ânes ou des dromadaires, calèches, vieux camions de livraison dégingandés et voitures de luxe. Nous sommes pris dans un embouteillage, face à face, personne ne veut reculer, il n'y pas de feu de circulation et pas de policier.

Par miracle et peu de bonne volonté on finit par avancer et par rejoindre l'autoroute qui mène au Caire.



Martine devant le sphinx et les pyramides



Statue couchée de Ramsès II vue de la mezzanine

« Chronique Santé et bien-être »



Une image
vaut mille
mots

7

conseils avisés pour aider
un enfant à surmonter son
ANXIÉTÉ

- 1 Enseignez-lui à **RESPIRER** lentement, profondément, en gonflant son ventre à chaque inspiration. Cette technique simple lui permettra de s'apaiser n'importe où, n'importe quand.
- 2 Invitez-le à **VERBALISER** brièvement ses pensées. Vous pourrez mieux comprendre ce qui l'effraie et ce qui le rend anxieux.
- 3 Aidez-le à **RELATIVISER** ses peurs et à se questionner sur la probabilité que ses craintes se concrétisent.
- 4 Soutenez-le afin qu'il trouve ses propres **SOLUTIONS**. Cela renforcera son sentiment de maîtrise sur la situation.
- 5 **RENFORCEZ-LE** lorsqu'il se montre courageux, lorsqu'il surmonte une difficulté, aussi minime vous semble-t-elle.
- 6 Encouragez-le à **avancer**, à progresser lentement, **ÉTAPE PAR ÉTAPE**. Un petit pas à la fois.





Sentier de ski de fond Saint-Noël

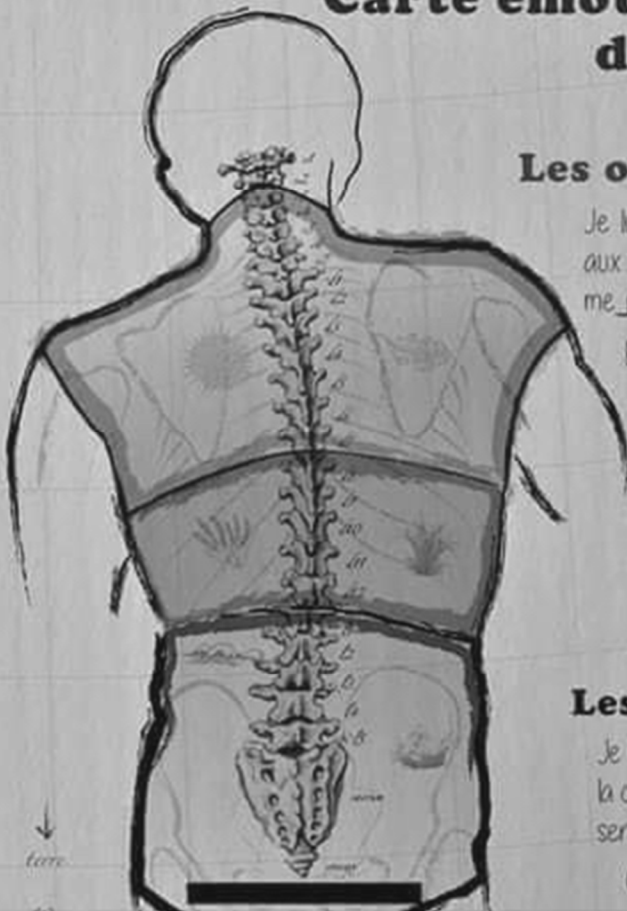
Ouvert pour l'hiver 2021

Début du sentier dans la rue industrielle
Possibilité de faire de la raquette à proximité du sentier de ski

Bienvenue à tous!

Carte émotionnelle des maux du dos

WWW.THERAMASSAGE.CH



Les omoplates, les épaules, la nuque

Je lutte, je résiste, je contrôle, je me confronte à la vie et aux autres. On m'a déjà trahi ou abandonné. Maintenant, je me protège, on ne m'aura plus...

Remettez du plaisir et de la confiance dans votre vie !

Le milieu du dos et les côtes

Je rumine. J'en ai marre des autres, de ma famille, de mes collègues. J'ai du mal à y voir clair et à faire des choix. Pas facile dans ces conditions de me positionner clairement dans la vie.

Triez, évacuez et remettez-vous en mouvement !

Les lombaires, le bassin

Je traîne des vieilles blessures. Des humiliations, des abandons ou de la culpabilité. Mes angoisses fragilisent mes lombaires. Je ne me sens ni stable, ni serein, y compris dans ma sexualité.

Observez-vous avec bienveillance et pardonnez !

« Chronique d'herboristerie »

Par Marie-Chantal Bienvenue

L'ortie! Bonne ou mauvaise herbe?

Vous souffrez d'allergie, d'arthrite, de la goutte, d'ongles cassants, cheveux secs et abîmés, de manque d'énergie, surmenage, rage de faim, eczéma, psoriasis, acné, d'infection urinaire, rhume des foins, ou d'épuisement? Vous êtes en convalescence? Vous ne mangez pas beaucoup de légumes verts? Des rages de sucres? Vous souffrez de symptômes prémenstruels? Vous allaitez et la production de lait est en baisse? Souffrez d'hypertrophie de la prostate? Hypertension? Insuffisance veineuse?

Toutes de bonnes raisons d'avoir l'ortie (feuilles et/ou racines) comme amie! De plus, elle est aussi l'amie des papillons et elle fertilise et enrichit les sols!

Depuis plusieurs années, je suis partisane du DIY (le faire soi même), ce qui m'a amenée à faire un diplôme en hypnothérapie, une formation en mycologie, une expertise en fabrication de produits cosmétiques faits maison et maintenant une formation, en cours, sur l'herboristerie. Mon envie de poursuivre tout ce qui touche le respect de notre planète, l'autosuffisance, l'entraide et la nature ne peuvent être plus que comblés.

Je suis allée donner une présentation sur l'herboristerie aux élèves de l'école de Saint-Damase cet automne et c'est suite à cela qu'on m'a demandé d'écrire quelque chose pour le petit semeur. Comme j'adore partager, j'ai accepté et me voila!

Alors pourquoi commencer par l'ortie! L'ortie que l'on traite comme mauvaises herbes a tellement de vertus que je ne pourrais pas toutes les énumérer ici. *

C'est une plante nutritive, donc qui nourrit. Nos ancêtres se nourrissaient de l'ortie, nos gènes sont donc bien habitués à ces molécules et les digèrent et assimilent très bien.** Les épicerie telle qu'on les connaît aujourd'hui existent depuis environ 50 ans, la culture 150 ans? Toutefois, nos ancêtres mangeaient des herbes depuis des millions voir des milliards d'années. Il n'est donc pas surprenant que notre corps soit habitué à ces molécules et réagisse plutôt mal à la nourriture industrielle. Ce sujet pourrait être un article en soit..

L'ortie est une plante puissante, elle contient beaucoup de chlorophylle, vitamine, fer et des protéines. Quoi de mieux pour les gens en convalescence ou en manque d'appétit ou de légumes verts. En plus de nourrir, elle aide à éliminer l'acide urique (qui cause l'arthrite et la goutte). C'est un tonique (nourrit et donne de la force) qui agit sur tout le corps.

Notre train de vie en 2021 nous amène souvent à être déminéralisé (cheveux secs et brisés, ongles cassants, fatigue, surmenage, irritabilité) L'ortie est une aide précieuse!

Comme elle contient du magnésium cela diminue les rages de sucre, l'hypoglycémie et la rétention et l'irritabilité causée pas les SPM.

L'ortie protège les reins par son côté tonifiant. Elle est donc utile pour plusieurs troubles du système urinaire.

Elle a également la capacité d'arrêter de petits saignements et peut être utile pour un saignement de nez (jus d'ortie) Toutefois, je préfère le plantain pour ce genre de situation (on y reviendra dans un autre chronique) .

Pour la nouvelle maman, elle stimule également la production de lait maternel. Elle prévient l'anémie et lui donne de l'énergie.

Elle a un effet positif sur l'hypertension et l'insuffisance veineuse.

Consommée la feuille d'ortie (commencer 3 mois avant le début des allergies saisonnières) est un antihistaminique naturel. Certaines personnes en perdent complètement leur allergie.

Attention, l'ortie a un liquide dans ses poils qui cause de l'urticaire, qui s'y frotte s'y pique. Lorsque fraîche, la manipuler avec des bons gants. Toutefois, dès qu'elle est chauffée ou séchée, elle devient inoffensive. Donc, on peut la consommer en soupe, tisane, comme un épinard cuit, ou en teinture. Certaines personnes sur internet ont développé des méthodes pour la manger crue, pour ceci je vous laisse explorer et à vos risques.

Quand cueillir l'ortie? : Au printemps, quand les fleurs sont jeunes et avant la floraison. Pour les racines, c'est à l'automne avant le premier gel au sol. Choisir de belles feuilles dans un lieu non pollué.

Alors l'ortie? Bonne ou mauvaise herbe?

Comme le suggère David Hoffmann (herboriste reconnu mondialement) :

When in doubt, give nettle : En cas de doute, donnez de l'ortie

Vous avez aimé cet article, suivez le petit semeur pour un prochain article sur une autre plante. Qui sait peut-être ferez vous comme moi et interdirez vous la coupe de votre gazon par moment ou par endroit?

Marie-Chantal Bienvenue

**Il est important de s'assurer de la qualité et la quantité de la plante que l'on utilise. Un vieux sachet de plante plein de branche et non identifiable ne fonctionnera pas. La plante doit être de qualité, cueillit dans un endroit non pollué et assez fraîche et bien entrposé.*

***Les informations sont donnés a titre informative et éducative, avant de commencer a consommer une plante, consulter un herboriste, votre pharmacien, médecin. Certaine plante on des contre-indications et tous non pas les même posologies.*

Référence : formation en cours Flora Medicina, image actu.fr et hominides.com





« Le mois VERT »

Par Vincent Dufour

Bonjour à toutes et tous,

La MRC de La Matapédia a donné son aval en mars à la poursuite des évaluations d'un projet d'une multiplateforme couvrant trois volets (compostage, lieu d'enfouissement technique (LET) et écocentre). Ce projet s'appuie sur les trois dimensions du développement durable (acceptabilité sociale, préservation de l'environnement et réduction des coûts) et est réalisé en partenariat entre la RITMR Matapédia-Mitis et les MRC de La Mitis et de La Matapédia. La mise en opération du projet est prévue pour 2023-2024. Mais en bout de ligne, en quoi ce projet est-il gagnant pour nous tous?

D'abord, il faut savoir que nos déchets et matières compostables sont présentement envoyés à Rivière-du-Loup. Chaque année, c'est 85 000 kilomètres supplémentaires de route que nos matières font afin d'être traitées, soit plus de 2 fois le tour de la Terre! En traitant le tout localement, on évite des tonnes de gaz à effet de serre et des milliers de dollars en transport.

Ensuite, le projet permettra de répondre à une question qu'on se fait demander depuis longtemps : Quand aurons-nous un retour de compost? La multiplateforme est issue d'un long processus d'analyse sur cette question. Présentement, les déchets et les matières compostables vont à Rivière-du-Loup et sont indissociables. Si nous n'envoyons pas notre bac brun à Rivière-du-Loup, nous ne pouvons pas envoyer nos déchets et il n'y a pas d'autre endroit à proximité qui accepterait nos déchets à bon prix. Donc en traitant localement nos déchets dans un lieu d'enfouissement technique moderne, nous pourrions traiter nos matières organiques afin d'avoir du compost.

À terme, le projet a le potentiel de faire économiser environ 500 000\$ par année pour le traitement de nos déchets et matières compostables, ce qui aurait un impact positif sur vos taxes municipales. De plus, en gérant localement, nous aurons un contrôle sur les dépenses et les variations de coûts en plus d'ouvrir la porte à de nouveaux projets de valorisation de nos matières ici dans un concept d'économie circulaire.

À noter que la localisation exacte du projet est toujours en évaluation. Nous vous tiendrons à jour pour la multiplateforme via le Mot Vert dans les prochains mois. Pour plus d'informations sur une saine gestion des matières résiduelles ou sur ce projet, visitez le www.ecoregie.ca ou téléphonez au 418 629-2053, poste 1138.

Le Mot vert du mois – « Épidémie de masques! » - Mars 2021

Bonjour à toutes et tous,

Après les écoles, c'est au tour des salles de spectacle de rouvrir avec obligation du masque de procédure jetable, sans permettre le masque lavable. D'ici la fin de la pandémie, des millions de masques jetables sont et seront utilisés au Québec. Peut-on en faire une gestion écoresponsable? La réponse est simple : c'est compliqué!

D'abord, c'est important de ne pas les jeter par terre. Les masques pourraient se retrouver dans nos cours d'eau et causer des dommages à la faune et la biodiversité. De plus, il ne faut jamais en disposer dans le bac de recyclage, compostage ou les toilettes. Ils peuvent boucher des canalisations dans les réseaux de traitement des eaux usées ou incommoder les employés du Centre de tri.

Quelques options existent pour les récupérer. Des entreprises comme MultiRecycle ou Sa-nexen proposent de récupérer les masques pour les brûler dans des chaudières aux États-Unis. Évidemment, avec le transport, les émanations toxiques, etc., ce n'est vraisemblablement pas une solution gagnante pour l'environnement.

D'autres compagnies disent pouvoir recycler les masques, principalement composés de polypropylène. Terracycle dit trier les masques en Ontario et les recycler en Illinois. Encore d'énormes distances et ils sont très opaques sur les procédures. Aucun tiers n'a pu s'assurer qu'il y a un recyclage. Concernant Medsup, bien qu'ils offrent la récupération, ne sont finalement pas en mesure d'en faire le recyclage tel qu'annoncé. Des alternatives sont en développement au Québec, mais il est trop tôt pour spéculer.

Il est à noter que les frais de ces entreprises pour participer à leur programme sont très élevés et peuvent facilement dépasser les 13 000 \$ par tonne. Si on compare, il en coûte à l'enfouissement 160 \$ par tonne.

En début février, le Conseil Régional de l'Environnement du Bas-Saint-Laurent a lancé un message invitant le gouvernement à agir pour la mise en place d'un système québécois de récupération et de recyclage des masques de procédure jetables. En attendant, on ne peut que suggérer la solution qui semble malheureusement la plus écologique : Avoir des poubelles bien placées pour la disposition des masques jetables et surtout éviter qu'ils ne se retrouvent dans la nature.

Nous suivrons ce dossier avec grand intérêt. À la prochaine!

« Les communiqués »

La MRC de La Matapédia souligne la contribution de 29 bénévoles matapédiens

Amqui, le 12 janvier 2021 – Dans le cadre du concours bénévole de l'année 2020, les municipalités matapédiennes ont souligné la contribution exceptionnelle de citoyennes et citoyens bénévoles qui font la différence dans leur milieu.

Pour une dixième année consécutive, 18 personnes, soit une par municipalité, ont été honorées à titre de **Bénévoles de l'année**. Ces femmes et ces hommes qui se sont distingués, de façon ponctuelle ou régulière dans les activités de leur municipalité, ont reçu un certificat de reconnaissance, ainsi qu'un panier de produits locaux. Pour St-Damase, c'est l'implication de Madame Pauline Charest qui a été soulignée.

« Depuis son arrivée à Saint-Damase, Mme Pauline Charest s'est impliquée généreusement dans l'équipe du journal municipal Le Petit semeur et son aide y est précieuse pour le comité. Elle a aussi participé à la fondation du Comité cuisine au sein de la Corporation de développement et d'urbanisme. Elle y a consacré de nombreuses heures pour réaliser différentes tâches, notamment la tenue de livres, faire de la popote et animer des ateliers cuisine au terrain de jeux auprès de jeunes de la municipalité. Son calme, son dévouement et son savoir sont des atouts pour sa communauté et tous apprécient grandement son implication dans son milieu. »



Pour une quatrième année, le concours a également permis de souligner la contribution de jeunes Matapédiens et Matapédiennes de moins de dix-huit ans qui s'impliquent activement dans leur milieu. Pour St-Damase, c'est Marilou Bélanger qui a été récompensée.

« Marilou est toujours prête à donner un coup de main lors des activités de l'Association sportive de St-Damase, entre autres lors des déjeuners ou pour faire de la surveillance des plus petits aux jeux gonflables lors de la journée estivale. Au cours des deux derniers étés, elle a aussi été d'une grande aide au camp de jour. Sa bonne humeur et son sens des responsabilités lui permettent de se démarquer. Félicitations ! »



Rappelons que le concours bénévole s'inscrivait, au cours des dernières années, dans le cadre de la Fête des Moissons, un événement rassembleur visant la reconnaissance des gens impliqués dans les 18 municipalités de La Matapédia. En raison de la situation particulière en cette année 2020, la Fête n'a pas eu lieu.



« Le semeur de mots »

Par: Richard Bérubé

La culture générale via une bande dessinée, ça vous intéresse?

Proverbes, gastronomie, nature, histoire, géographie et sport.? Certaines réponses sautent aux yeux. Pour les autres le téléphone et l'ordinateur seront utiles. Le but est d'activer les neurones et les contacts humains.

- Dans Astérix en Corse, comment s'appelle la coutume qui consiste pour une famille à venger l'un des siens.
- Pourquoi Obélix est toujours privé de potion magique?
- De quelle créature légendaire écossaise parle-t-on dans Astérix chez les Pictes?
- Dans quelle ville se trouve le port du Pirée?
- Que visitent Astérix et Obélix pendant leur séjour à Rome dans Astérix gladiateur?
- Quel spectacle traditionnel Astérix invente-t-il dans une arène hispanique?
- Moules et frites est un plat traditionnel de quel pays?
- Comment s'appelle le petit du sanglier ??
- Toutatis est très souvent invoqué par les habitants du village gaulois. De quel dieu s'agit-il ?
- Dans quelle région se situe le village gaulois?
- Qui a écrit La Traviata?
- En allant en Bretagne quel sport nos deux comparses découvrent -ils?
- Les Vikings croient pouvoir voler en apprenant la peur, quel est ce proverbe?
- Nom du camp romain inspiré d'un fameux dessert?
- La différence entre un dolmen et un menhir?
- Le titre du livre de Jules César dans l'album: Le papyrus de César ?
- Les vertus thermales de ses eaux étaient déjà connues des Romains, (Aqua Calidae)?
- Dans quel pays eurent lieu les premiers jeux Olympiques?
- Que fait Idéfix chaque fois que l'on abat un arbre?
- Petite fleur qui ne pousse que sur les plus hautes montagnes?
- Comment s'appelle le côté gauche d'un bateau?
- Quelle est l'île de Beauté?
- Mais de quoi était faite la couronne de César?
- La zizanie est : ?
- Quelle langue parlaient les Romains?
- Le septième art est le cinéma et le quinzième art n'existe pas, quel est la position de la bande dessinée?

Voilà mon cadeau de la Saint Valentin, je dirais un cadeau de grec.

Surtout n'oubliez pas, c'est seulement dans le dictionnaire que le mot succès arrive avant le mot travail.

« Le semeur de mots »

Par: Richard Bérubé

LES BIZARRERIES DE LA LANGUE FRANÇAISE

Nous portions les portions.

Les poules du couvent couvent.

Mes fils ont cassé mes fils.

Il est à l'Est.

Je vis ces vis.

Cet homme est fier. Peut-on s'y fier ?

Avant, nous éditions de belles éditions.

Je suis content qu'ils content ces histoires.

Il convient qu'ils convient leurs amis.

Ils ont un caractère violent: ils violent leurs promesses.

Nos intentions sont que nous intentions ce procès.

Ils négligent leurs devoirs, je suis moins négligent qu'eux.

Ils résident à Paris chez le résident d'une nation étrangère.

Les cuisiniers excellent à faire ce mets excellent.

Les poissons affluent à un affluent.



« 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 Mallet*

No 5 Rang 10^e - 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-Damasse (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.: 418 772-6388
Fax: 418 772-6730
helouellet@globetrotter.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.: 418 772-6388
Fax: 418 772-6730
helouellet@globetrotter.net

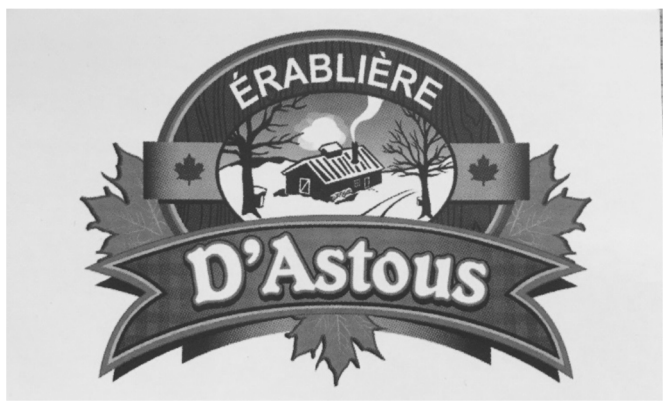
Les productions Guillaume D'Astous
Productions laitière, agricole, acéricole et
forestière

Tél : (418) 776-2676

F: (418) 776-2630

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

productionsguillaumedastous@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

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

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



**LES ENTREPRISES
A&D
Landry**

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
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\$

