

COLLECTES DES ORDURES ET DU RECYCLAGE

Mars						
D	L	M	M	J	V	S
		1 	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14 	15 	16	17	18	19
20	21	22 	23	24	25	26
27	28 	29	30	31		
Avril						
D	L	M	M	J	V	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11 	12 	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25 	26	27	28	29	30

MUNICIPALITÉ DE GRAND-MÉTIS



70, chemin Kempt
 Grand-Métis (Québec) G0J 1Z0
 Téléphone (418) 775-6485
 Télécopie (418) 775-3591
 Courriel : grandmetis@mitis.qc.ca

Site internet : <http://www.municipalite.grand-metis.qc.ca>

INFO-MUNICIPALE



Mars 2016

Municipalité de Grand-Métis

Chantal Tremblay,

Directrice générale / sec. trés.



Informations diverses

❖ PROCHAINE RÉUNION DU CONSEIL :

La municipalité de Grand-Métis vous informe que les prochaines réunions ordinaires du conseil municipal auront lieu **le lundi 7 mars 2016 et le 4 avril 2016** à 19h30 au bureau municipal.

❖ BACS DISPONIBLES :

Des bacs pour les ordures et le recyclage sont disponibles à la municipalité au coût de 92.00\$ et pour le compostage au coût de 20.00\$. Pour en réserver un, Communiquez au bureau municipal au 775-6485.

❖ SENSIBILISATION SUR L'ENTREPOSAGE SÉCURITAIRE DES ARMES À FEU AUPRÈS DE LA POPULATION DE GRAND-MÉTIS

Des verrous de pontet sont présentement disponibles au bureau municipal au coût de 5\$. Ce verrou protégera contre l'usage non autorisé des fusils, des carabines et des armes de poing. Pour réserver votre verrou de pontet, communiquez au bureau municipal au (418) 775-6485.

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX - BUREAU MUNICIPAL

Heures d'ouverture :

Lundi au jeudi : 8h30 au 16h30, Vendredi : 8h30 à 12h

AVIS PUBLIC

AVIS PUBLIC, est par les présentes donné par la soussignée, directrice générale secrétaire-trésorière, que lors d'une séance extraordinaire du conseil de la Municipalité de Grand-Métis aura lieu le 21 mars 2016 à la salle municipale de Grand-Métis, située au 70 chemin Kempt à Grand-Métis, au cours de laquelle les états financiers 2015 seront présentés.

DONNÉ À GRAND-MÉTIS, CE 3 MARS 2016



CACI
Quatre-Horizons
de Saint-Octave-de-Métis

INFO

Besoin d'un coup de main en informatique?

Les CACI de La Mitis sont disponibles pour offrir des initiations à l'Internet, appareils mobiles, logiciels de bureautique, support à la création de votre propre site web et plus encore. Location d'appareils numériques (projecteur et autres) sur demande. Contactez-nous pour plus d'informations : 418-775-4619 poste 209 ou cacimitis@gmail.com

Fabrique de Saint-Octave-de-Métis

Formation d'un comité restreint sur la gestion de nos deux cimetières

La Fabrique de St-Octave est propriétaire de deux grands cimetières : celui derrière l'église et le nouveau cimetière, en bas de la côte, à Grand-Métis. Ces deux cimetières sont visités régulièrement durant la saison estivale et doivent être entretenus pour le respect des familles de nos défunts. Nous devons en être fiers et les gérer de façon préventive afin d'y accueillir de nombreux paroissiens dans le futur.

C'est pourquoi, nous voulons former un comité exclusivement voué à la gestion de ces deux cimetières. Les personnes intéressées par ce travail d'entretien, de gestion et de promotion peuvent communiquer avec Madeleine Bouchard (418 775-3897) ou Guy Gagnon (418 775-5976) pour plus d'information.

Conseil de Fabrique de Saint-Octave-de-Métis

Besoin d'un coup de main en informatique?

Les CACI de La Mitis offrent des **initiations** aux particuliers et petites entreprises, individuelles ou en groupe, sur une panoplie de sujets tels que :



- **Internet** : utilisation des courriels, Skype (Communication vidéo via le web), optimisation de votre navigation Web, écoute de musique, etc.
- **Les applications de Google** : Trouver un itinéraire ou des images, bottin pour les entreprises, etc.
- **Médias sociaux** (Facebook, Twitter, Pinterest, Google +, LinkedIn) : partage de publications et création de pages ou d'évènements
- **Accompagnement** pour créer votre propre **site web** de base
- **Tablette et téléphone intelligent** : Ipad, Iphone et Android
- **Transfert et modification de photos**
- **Suite Office** (Publisher, Word, Powerpoint ou Excel de base)
- Assistance pour **services bancaires** ou **achats en ligne**

Possibilité de se rendre dans votre organisme ou entreprise sur rendez-vous

Des appareils numériques (projecteur et autres) en location et l'accès aux équipements informatiques dans nos locaux sont disponibles à peu de frais.

Pour nous joindre :

Corine Roy-Mc Innes, coordonnatrice du CACI de La Mitis

775-6519 p.209 / cacimitis@gmail.com



CACI
Quatre-Horizons
de Saint-Octave-de-Métis

Le mot **vert** du mois

Bonjour à tous,

Une nouveauté dans la région...La récupération des sièges d'auto pour enfant est maintenant possible !!!

Jusqu'à maintenant, il était impossible de récupérer ces sièges d'auto. La seule avenue était donc l'enfouissement. Au total, ce sont environ 190 000 sièges d'auto qui sont enfouis annuellement au Canada. Dorénavant, grâce à la mise en place d'un projet par un citoyen de Victoriaville, les sièges d'auto de La Mitis peuvent maintenant être récupérés.

Ces sièges seront envoyés à Victoriaville afin d'en récupérer les différentes composantes.

Vous avez un siège d'auto pour enfant périmé?

Allez le porter à l'Écocentre de La Mitis.

Cette initiative contribuera à l'atteinte des objectifs de la MRC de La Mitis, soit de diminuer la quantité de matières à l'enfouissement et d'augmenter la quantité de matières recyclables.



L'Écocentre de La Mitis

428, avenue Roger-Marcoux, Mont-Joli (près de l'aéroport, accès par le chemin Perreault Est)

418 785-0055

Environnementalement vôtre !

Marie-Lou Leblanc, chargée de projet
Régie intermunicipale de traitement des matières résiduelles
des MRC de La Matapédia et de La Mitis
Tél.: 418 629-2053 poste 1122; Courriel : ml.leblanc@mrcmatapedia.qc.ca

Relevez le Défi Santé avec Anaïs !

La pétillante Anaïs Favron vous invite à commencer le printemps du bon pied en relevant le *Défi Santé* du 31 mars au 11 mai. Pendant 6 semaines, posez des gestes simples pour atteindre 3 objectifs :

- **Objectif 5** : manger au moins 5 portions de fruits et légumes par jour
- **Objectif 30** : bouger au moins 30 minutes par jour. Et pour les jeunes, c'est au moins 60 !
- **Objectif Équilibre** : prendre au moins une pause par jour

Trucs, recettes, vidéos, défis amusants et prix à gagner vous attendent. Un coup de pouce motivant !

Inscrivez-vous dès maintenant à DefiSante.ca.

5 gestes simples pour relever le Défi Santé !

1. Inscrivez-vous !

C'est le premier geste à poser ! Vous pouvez vous inscrire en solo ou encore participer en famille ou en équipe pour vous motiver davantage. Toutes les formules sont bonnes pour relever le *Défi Santé* !

2. Profitez des offres exclusives

Votre confirmation d'inscription vous donne accès à des offres exclusives. Vous courez aussi la chance de gagner l'un des nombreux prix offerts, notamment 1 an d'épicerie chez IGA (valeur de 5 200 \$) et 15 cartes-cadeaux de 500 \$ de Strøm Spa.

3. Procurez-vous le Passeport IGA

Rendez-vous chez IGA pour obtenir votre Passeport IGA. Vous y trouverez des coupons IGA exclusifs et des recettes santé pour vous aider à relever le *Défi Santé* !

4. Consultez votre dossier en ligne

Découvrez le dossier amélioré : un suivi quotidien de vos objectifs, des vidéos d'exercices de Mon Gym Virtuel, des menus santé de SOS Cuisine, des pauses équilibre en vidéo, le Quiz et le Parcours maison santé... et bien d'autres choses ! En prime : des points à accumuler pour le concours !

5. Faites partie de la communauté santé

Joignez-vous aux 40 000 adeptes de la page Facebook du *Défi Santé*, une dynamique communauté passionnée par la santé ! Nouveau : suivez-nous sur Instagram pour profiter d'un contenu exclusif et de défis amusants à relever !

Relever le *Défi Santé*, ça fait du bien !

Tous les détails à DefiSante.ca ou sur la page Facebook (facebook.com/defisante).

PRÉDICTION DES MARÉES – MARS 2016

INSTITUT MAURICE-LAMONTAGNE

Jour	Heure	Hauteur (m)									
1	00:14	1.2	8	20:02	0.3	16	14:51	1.1	24	08:50	0.6
1	06:44	3.3	9	02:06	4.0	16	20:41	2.8	24	14:57	3.8
1	13:08	1.4	9	08:11	0.2	17	02:44	1.3	24	21:01	0.7
1	19:09	2.8	9	14:24	4.5	17	09:13	3.4	25	03:10	3.9
2	01:02	1.4	9	20:41	0.1	17	16:16	1.2	25	09:22	0.6
2	07:40	3.2	10	02:48	4.3	17	22:07	2.8	25	15:30	3.7
2	14:23	1.5	10	08:56	0.1	18	04:10	1.4	25	21:29	0.7
2	20:17	2.6	10	15:08	4.5	18	10:35	3.4	26	03:42	3.9
3	02:08	1.5	10	21:21	0.0	18	17:25	1.1	26	09:55	0.6
3	08:50	3.2	11	03:30	4.4	18	23:22	2.9	26	16:02	3.6
3	15:53	1.5	11	09:42	0.1	19	05:21	1.2	26	21:57	0.8
3	21:42	2.6	11	15:52	4.4	19	11:41	3.5	27	04:13	3.9
4	03:31	1.5	11	22:01	0.1	19	18:18	1.0	27	10:28	0.7
4	10:08	3.3	12	04:15	4.4	20	00:16	3.1	27	16:35	3.4
4	17:07	1.3	12	10:30	0.1	20	06:17	1.1	27	22:27	0.9
4	22:59	2.7	12	16:39	4.1	20	12:31	3.7	28	04:47	3.8
5	04:47	1.4	12	22:44	0.3	20	18:59	0.8	28	11:04	0.9
5	11:16	3.5	13	05:01	4.3	21	00:58	3.4	28	17:11	3.2
5	18:00	1.1	13	11:21	0.3	21	07:02	0.9	28	22:59	1.0
5	23:56	3.0	13	17:28	3.8	21	13:13	3.8	29	05:23	3.7
6	05:48	1.1	13	23:30	0.5	21	19:34	0.8	29	11:45	1.1
6	12:10	3.8	14	05:51	4.1	22	01:34	3.6	29	17:51	3.0
6	18:44	0.8	14	12:18	0.6	22	07:41	0.7	29	23:37	1.2
7	00:43	3.3	14	18:22	3.4	22	13:50	3.8	30	06:06	3.5
7	06:39	0.8	15	00:21	0.9	22	20:04	0.7	30	12:35	1.2
7	12:57	4.1	15	06:48	3.8	23	02:07	3.7	30	18:39	2.8
7	19:24	0.5	15	13:27	0.9	23	08:16	0.6	31	00:24	1.4
8	01:25	3.7	15	19:25	3.0	23	14:24	3.8	31	06:57	3.4
8	07:26	0.5	16	01:24	1.2	23	20:33	0.7	31	13:40	1.4
8	13:41	4.3	16	07:54	3.6	24	02:39	3.9	31	19:42	2.7

Découvrez les jardins l'hiver - 5 et 6 mars

6e édition des Plaisirs d'hiver aux Jardins de Métis

C'est avec un grand plaisir que Les Jardins de Métis renouvèlent leur activité hivernale *Plaisirs d'hiver*, le **samedi 5 mars et le dimanche 6 mars, de midi à 16 h**. Le site sera accessible aux visiteurs qui auront l'occasion de découvrir la beauté des jardins l'hiver.

Comme chaque année, des sentiers seront balisés et un circuit vous sera proposé afin de pouvoir pratiquer aisément la raquette (le ski de fond ne sera pas permis). Un sentier un peu plus long et un peu plus sportif mènera à l'embouchure de la rivière Mitis. Des raquettes seront disponibles (quantité limitée) grâce à un partenariat avec **l'École Metis Beach School. Héritage Bas-Saint-Laurent** (HLSL) collabore annuellement à *Plaisirs d'hiver* afin de promouvoir les saines habitudes de vie et de permettre aux résidents de la région, francophones et anglophones, de passer un moment actif en famille! La sécurité des sentiers et du stationnement sera assurée par les bénévoles de **La Boussole** – Recherche et sauvetage en forêt de La Mitis.

Samedi 5 mars : Zumba d'hiver avec la coach Geneviève Fournier. Quoi de mieux pour se réchauffer qu'une séance de trente minutes de zumba en habit d'hiver. L'activité est pour tous. Rendez-vous à 15 h près de l'aire de détente.

Dimanche 6 mars : Avant les heures d'ouverture/sur réservation. Participez à un recensement des oiseaux d'hiver. À l'initiative du Parc de la rivière Mitis, l'activité se déroulera dans les Jardins en collaboration avec M. Jacques Larivée du Club des ornithologues du Bas-Saint-Laurent. D'autres partenaires pour ce projet sont le Cornell Lab of ornithology et la Société nationale Audubon. Dimanche 6 mars de 9 h à 12 h, rendez-vous dans le stationnement des Jardins de Métis. Sur réservation seulement (inscription limitée - contactez-nous au 418 775-2222 ou à info@parcmitis.com). En après-midi, les visiteurs pourront consulter les résultats tout au long du parcours!



Plaisirs d'hiver
aux Jardins de Métis

Winter Wonderland
at Reford Gardens

Samedi 5 mars & dimanche 6 mars, 12 h à 16 h
Saturday, March 5 & Sunday, March 6, 12 noon to 4 pm

2,50 \$ (14 ans et plus), 13 ans et moins gratuit
\$2.50 (14 and older), free for children 13 and under

Raquette à partir de midi / Snowshoeing starts at noon
Chocolat chaud et BBQ avec Le Meilleur pour la faim /
Hot chocolate and BBQ with Le Meilleur pour la faim

LE DÉFI, C'EST QUOI?

Le Défi J'arrête, j'y gagne! est une vaste campagne québécoise qui a lieu chaque année depuis maintenant 17 ans. Elle invite les fumeurs qui sont prêts à arrêter de fumer, à passer à l'action. **L'engagement: ne pas fumer pendant 6 semaines, soit du 1er mars au 11 avril 2016.**

Participez au Défi à votre façon: seul, avec l'aide d'un parrain ou d'une marraine non fumeur ou bien avec un autre fumeur qui souhaite aussi arrêter.

Pourquoi 6 semaines?

Parce que le fait d'arrêter complètement de fumer, pendant une période de temps déterminée, constitue un élément majeur pour arrêter de fumer à plus long terme. Réussir son Défi permet de bien ancrer le processus d'arrêt.

Du soutien pour mieux réussir

Arrêter de fumer, c'est loin d'être facile mais avec de l'aide et une bonne dose de motivation, c'est possible! Faites votre choix parmi les outils de soutien gratuits suivants:

- Le site defitabac.ca et votre Espace Défi
- La Trousse d'aide Jean Coutu
- La série de courriels d'encouragement
- L'application SOS Défi
- La communauté Facebook



Inscrivez-vous maintenant: www.defitabac.qc.ca

Besoin de conseils et de soutien? 1 866 527-7383

La trousse d'aide Jean Coutu est disponible au bureau municipal.

Venez chercher la vôtre!

HORAIRE DU BUREAU MUNICIPAL POUR LES MOIS DE MARS ET AVRIL :

Le bureau municipal sera fermé du 25 au 28 mars pour le congé de Pâques ainsi que les 15 et 18 avril

En cas d'urgence, vous pouvez nous laisser un message sur le répondeur ou communiquer avec un membre du conseil.

PADOUE, SAINT-OCTAVE-DE-MÉTIS ET GRAND-MÉTIS S'UNISSENT POUR SE Doter D'UNE COORDINATION EN LOISIRS

Catégorie : Société
Publié le lundi 15 février 2016 19:27
Écrit par TVMitis



Depuis plus d'un an, un comité, accompagné par Mme Kathy Laplante, conseillère au développement rural à la MRC de La Mitis, travaille à l'élaboration de ce projet. Celui-ci a notamment reçu l'appui financier du député provincial Pascal Bérubé, du ministre du Bas-Saint-Laurent, monsieur Jean D'Amour et de *La Mitis en Forme et en Santé* qui offre aussi son soutien technique tout comme l'Unité régionale de loisir et de sport, URLS BSL.

« Chacun de notre côté c'était impensable de pouvoir s'offrir ce service ou d'offrir des conditions d'emploi intéressantes » de dire M. Gilles Laflamme, maire de Padoue.

« On peut attirer des gens avec des paysages, mais après il faut qu'il se passe quelque chose pour que les gens aient envie de rester », mentionne M. Guillaume Bérubé, maire de Saint-Octave-de-Métis. La coordination aura donc comme mandat de recenser toutes les activités et tous les comités des différents milieux pour agencer le tout dans un calendrier. Ce projet vise aussi à devenir un facteur attractif pour ces villages. « Je pense que ça va être un plus pour tout le monde », soutient M. Rodrigue Roy, maire de Grand-Métis.

La répartition des coûts se fera sur la base de la population de chacune des municipalités. Le comité est présentement à la recherche de la perle rare pour combler ce poste qui doit débuter début mars.

Pour toute information supplémentaire, il est possible de communiquer avec les directions générales des municipalités.

Grand-Métis se joint à la Fête des voisins!

Grand-Métis, le 01 mars 2016] - La municipalité de Grand-Métis est heureuse d'annoncer qu'elle participe à la prochaine édition de la Fête des voisins, qui aura lieu le samedi 11 juin. Elle invite ses citoyens à se joindre à cet événement qui s'étend à toutes les régions du Québec et à une quarantaine de pays à travers le monde.

La Fête des voisins, une initiative du Réseau québécois de Villes et Villages en santé, a pour principal objectif de rapprocher les personnes vivant à proximité les uns des autres. Le rôle des municipalités est de promouvoir l'événement de façon à donner le goût aux gens d'organiser une fête eux-mêmes avec leurs voisins immédiats.

Rappelons que la Fête des voisins est née en France en 1999 et qu'elle s'est ensuite rapidement répandue en Europe. Sous l'impulsion du Réseau québécois de Villes et Villages en santé, qui en est l'organisme promoteur ici, le Québec a été la première région en Amérique du Nord à emboîter le pas en 2006. Depuis, le succès de la Fête n'a cessé de croître, le nombre de participants, d'événements et de partenaires augmentant de façon marquée d'une édition à l'autre.

Exemple de citation du maire :

« La Fête des voisins est une occasion pour la population de mieux se connaître et de cultiver le plaisir de vivre ensemble, déclare le maire Rodrigue Roy. Rendez-vous le samedi 11 juin prochain! »

Les citoyens sont les véritables acteurs du succès de la Fête. Le lieu est facile à trouver : la cour de la maison, la cour ou le hall de l'immeuble, la rue, la ruelle, le parc, etc. Plusieurs formules sont possibles : 5 à 7, barbecue, buffet partagé, concours de desserts, etc. Les gens sont libres de choisir la formule qui leur plaira et ils peuvent consulter le site Web de la Fête des voisins pour trouver des suggestions d'activités à faire : www.fetedesvoisins.qc.ca.

Le but de la Fête est de créer une dynamique de convivialité et de renforcer les liens de proximité et de solidarité, tout simplement parce que c'est agréable et pratique de mieux connaître ses voisins ! La Fête a également des retombées durables, notamment en ce qui concerne la sécurité des enfants, l'échange de petits services et l'entraide face à des situations difficiles.

Renseignements : Chantal Tremblay (418) 775-6485