

LE PASPÉYA

BULLETIN D'INFORMATIONS MUNICIPALES ÉDITION ÉTÉ 2020



La Ville de Paspébiac est fière de vous présenter les finissants
2019-2020 de la polyvalente de Paspébiac !

La Ville vous souhaite d'avoir foi en vos capacités et de rester ouvert à tous
les moments de bonheur qui se présenteront.

Le maire Régent Bastien et le Conseil de ville de Paspébiac vous souhaitent
une vie remplie de succès à la hauteur de vos rêves et de vos ambitions.

Rencontres internationales de la photographie en Gaspésie
au Centre culturel du 15 juillet au 30 septembre 2020

RENCONTRES
PHOTO
GASPÉSIE



Joannie Lafrenière Montréal (Québec)



Natacha Clitandre Montréal (Québec)

INVENTAIRE
CULTUREL

BRIGARDE
VERTE

NOUVELLES
MUNICIPALES

RENCONTRES
PHOTO
GASPÉSIE

RÉJEAN LOISEL
RÉCIPIENDAIRE

PROGRAMMATION
CULTURELLE

BIBLIOTHÈQUE ET
JOUJOUTHÈQUE

NOUVELLES
COMMUNAUTAIRES

MANGER
EST
ESSENTIEL

ÉQUIPEMENTS À
VENDRE

LA RADIO LA PLUS ÉCOUTÉE DE LA
BAIE-DES-CHALEURS

CIEU-FM



POUR SAVOIR CE QUI SE PASSE
DANS LA BAIE-DES-CHALEURS :

- | 106,1 FM - Paspébiac
- | 94,9 FM - Carleton
- | www.cieufm.com
- | Télécharger notre application mobile

INFORMATION

ENTREVUES

DIVERTISSEMENT



Fête nationale du Québec

TOUS UNIS POUR NOTRE FIERTÉ NATIONALE !

La fierté nationale se nourrit des succès de son peuple, mais elle rappelle également la force de celui-ci dans les moments les plus difficiles. Cette année, les Québécoises et les Québécois ont fait preuve d'une immense résilience dans le contexte lié à la pandémie de la COVID-19.

Depuis le début de la crise, le Québec a affiché sa grande solidarité.

Les gens, même à distance, se sont unis pour offrir des services, ont mis sur pied des initiatives ingénieuses tout autant que réconfortantes pour aider leurs concitoyens. ne. s, pour écouter les consignes afin que cette crise se résorbe le plus rapidement possible.

Et cela, ça mérite d'être souligné. La fierté n'est pas un microbe qui s'attrape, mais c'est quelque chose qui se développe, même quand l'humain est au plus profond de sa vulnérabilité.

Cette fierté cette année, elle porte le chapeau des services essentiels quels qu'ils soient, de celles et ceux qui ont tenu le fort avec un courage impressionnant, de tout un peuple qui a été éprouvé comme jamais.

Parce qu'actuellement encore au cœur de cette crise, nous nous sommes UNIS.

Claude Gauthier chantait dans sa magnifique pièce Le plus beau voyage que « le Québec était de dix enfants à table ». Dix enfants à table et des familles québécoises complètes qui ont hâte de pouvoir se rassembler, se serrer dans leurs bras, s'embrasser.

Des Québécoises et Québécois qui, tous ensemble, enfants, adolescents, adultes et aînés ont pratiqué leur patience dans une situation tout à fait exceptionnelle en attendant de pouvoir se retrouver.

Il faudra se rappeler un jour de cette période vécue bien malgré nous. En se tournant vers un avenir plein d'espoir, certes changé à tout jamais, mais aussi vers des jours plus heureux, c'est UNI que le Québec tout entier pourra éventuellement regarder dans le rétroviseur et laisser derrière lui cette trouble saison.

Pour cette 186^e édition de la Fête nationale, unissons-nous, même à distance pour se célébrer comme il se doit les 23 et 24 juin prochains. Il n'y aura pas de grands rassemblements festifs pour la toute première fois de l'histoire, mais il y aura un peuple soudé et des cœurs parés de bleu et blanc qui battront à l'unisson pour faire vibrer cette fierté nationale bien à nous !

Bonne Fête nationale du Québec !

AVIS DE CLÔTURE D'INVENTAIRE

Avis est par les présentes donné que, à la suite du décès de Georges BEAUDOIN, en son vivant domicilié au 165, 6^e Avenue Est, Paspébiac, Québec, G0C 2K0, survenu à Paspébiac le vingt-cinq avril deux mille dix-neuf (25/04/2019), un inventaire sous seing privé des biens du défunt a été fait par le liquidateur successoral, Patrice BEAUDOIN, conformément à la loi.

Cet inventaire peut être consulté par les intéressés, à l'étude de Me Nicole JANELLE, notaire, sise au 578 rue L'Annonciation Nord, Suite 101, Rivière-Rouge, Québec, J0T 1T0.

Histoire et patrimoine



Nouveau projet d'inventaire culturel de Paspébiac

Cet été, la Ville de Paspébiac accueille à titre de stagiaire Camillia Pilon, qui coordonnera un nouveau projet d'inventaire culturel de Paspébiac !

En plus des archives de la Ville, de BAnQ et des nombreuses publications historiques mettant à l'honneur Paspébiac, nous sollicitons aujourd'hui votre participation.

Vous connaissez bien Paspébiac ? Vous êtes au fait d'événements, d'anecdotes drôles et cocasses, de citoyens exceptionnels ? Nous faisons appel à votre mémoire ! **Toute histoire, témoignage, photographie sur Paspébiac, son histoire et ses habitants sera chaleureusement accueillie et servira à nourrir le projet.**

Les entrevues seront filmées afin de constituer une banque d'archives orales.

Ultimement, vos témoignages nous serviront d'inspiration pour plusieurs projets mettant à l'honneur le patrimoine. On veut savoir comment vous vivez et avez vécu Paspébiac. Enfants, ados, adultes et aînés, le point de vue de tout le monde est le bienvenu !

Votre mémoire est importante. Une partie essentielle de l'histoire de Paspébiac y réside.

Nous cherchons des témoignages, histoires et anecdotes sur tout sujet et toute époque confondus, notamment sur :

- Les femmes inspirantes de Paspébiac
- Les citoyens dont les actions méritent d'être soulignées
- Des histoires de famille ludiques
- Les lieux-dits (« la roche à Horth », « la pointe Jacques »), et tout autre lieu nommé localement
- Des bâtiments qui sont démolis ou n'existent plus
- Les lieux de rassemblement d'hier et d'aujourd'hui
- Les formes d'art de Paspébiac et les artistes s'étant illustrés
- Les métiers et activités de subsistance
- Les fêtes, célébrations et événements importants
- L'alimentation et les repas à travers le temps
- Les Paspéyas partout dans le monde (par exemple, sur les champs de construction de la Baie-James, à Montréal, Algérie, Ontario, etc.)
- La révolte des Paspéyas de 1886
- Tout aspect des pêches et de la Charles Robin & co qui n'a pas encore été documenté ou qui est inconnu.

Intéressé.e?

Contactez Camillia Pilon par courriel au bp.camillia@gmail.com ou par téléphone au 418 752-2277 poste 221.

Merci de votre collaboration !

Brigarde verte de la ville de Paspébiac !

La Ville de Paspébiac est à la recherche d'une ou d'un étudiant à temps partiel sur appel, afin d'effectuer l'arrosage des fleurs des bicyclettes et des pots de fleurs installés dans les endroits publics de la ville. (Hôtel de ville, Centre culturel, bibliothèque, halte routière, Complexe sportif, etc.)

Il aura également pour tâche d'effectuer l'entretien des placettes, c'est-à-dire voir à ce que les bancs sont propres, tailler le gazon tout autour des bicyclettes à l'aide d'un coupe-bordure et toutes autres tâches connexes.

Tu as le goût de travailler dehors, quelques heures par semaine ? Communique avec nous !

Par courriel à culture@villepaspebiac.ca ou par téléphone au 418 752-2277 poste 208.



Le site de dépôt sec est maintenant ouvert sur rendez-vous du lundi au vendredi

C'est un centre de récupération de matières résiduelles, offrant aux résidents un endroit pour se débarrasser de certains produits, matières et matériaux. Ensuite, ces produits sont récupérés, recyclés, réutilisés, valorisés ou ultimement éliminés.

Matériaux, matières et objets acceptés

Appareils informatiques et électroniques

Ordinateurs et périphériques (imprimantes, numériseurs, photocopieurs, écrans, etc.)
Téléviseurs, lecteurs DVD, lecteurs CD, appareils photo, magnétoscopes, etc.
Téléphones fixes et téléphones cellulaires

Encombrants

Gros rebuts métalliques (cuisinières, machines à laver, réfrigérateurs, chauffe-eau, sécheuses, bicyclettes, etc.)
Gros rebuts non métalliques (appareils électriques, baignoires, cuvettes, douches, matelas, meubles, etc.)

Huiles et peintures

Apprêts, peintures, diluants à peinture, huile de friture domestique, huiles usées

Matériaux secs

Arbres de Noël
Bois (peint ou non, bois de construction ou de soutènement, souches ou billot de plus de 30 cm de diamètre, etc.)
Branches (manipulable par une personne), Déblais d'excavation (terre, tourbe, sable et gravier), Fibre de verre
Matériaux de construction, déchets de démolition (gypse, plâtre, bardeaux d'asphalte, etc.)
Matières granulaires (béton, asphalte)

Métaux

Métaux ferreux et non ferreux Petits moteurs et autres objets motorisés
Les petits moteurs (tondeuse, souffleuse, etc.) sont acceptés seulement si ces derniers sont totalement vidés de tous leurs liquides.

Pneus : Pneus usagés sans jantes (auto, moto, camion et vélo)

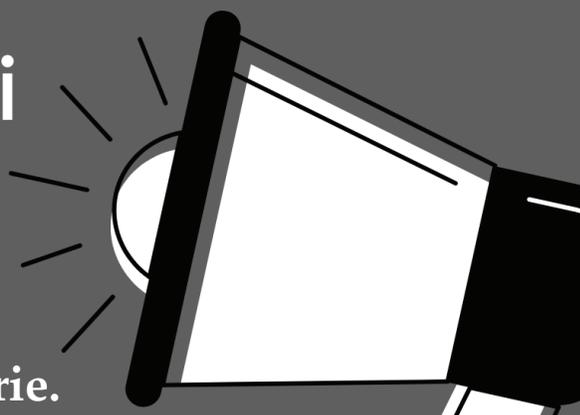
Maintenant sur rendez-vous

Site dépôt sec garage municipal

Du lundi au vendredi

418 752-0572

ATTENTION !
Ce n'est pas un dépotoir ni une déchetterie.





11^e édition des Rencontres de la photo

Sous le thème « Résistance », les 11^{es} Rencontres internationales de la photographie en Gaspésie prendront place dans 12 municipalités, villes et parcs nationaux de la péninsule.

Présentées majoritairement à l'extérieur, ces 15 expositions et installations montreront le travail de onze artistes québécois et cinq artistes internationaux.

Bien avant la situation mondiale actuelle, le thème de la résistance trouvait son sens en opposition à l'état de la planète, à cette course à l'équilibre budgétaire à tout prix, à ce manque d'humanité et à l'environnement ô combien de fois bafouée au nom de l'économie.

Demeurer, durer, résister : voilà une réponse qui s'offre à nous lorsque nous sommes submergés par quelque chose de plus grand que nous. L'art, la photographie, en adéquation avec une œuvre-révélation, des sites-artistes et la conscientisation d'un territoire constituent la richesse de ce parcours déployé sur plus de 800 kilomètres.

« Le corps artistique de cette édition prend forme en regard d'une vision, d'une proposition ouverte et poétique, explique le directeur général et artistique, Claude Goulet.

Le Centre culturel de Paspébiac accueillera deux expositions :

Joannie Lafrenière Montréal (Québec)



Diplômée en journalisme et en photographie, Joannie Lafrenière s'intéresse aux belles gens qu'elle a le privilège de croiser sur son chemin.

Natacha Clitandre Montréal (Québec)



Cette exposition est composée de photographies prises lors de son séjour à Paspébiac, au printemps 2019.

Traitements disponibles :

Bilan santé / Coupe d'ongles / Cor / Durillon /
Oeil de perdrix / Pieds d'athlète / Crevasse / Mycose /
Ongle incarné / Verrue plantaire / Diabétique /
Massage avec points de réflexologie plantaire

Membre de l'ANQ / Reçu d'assurance (sur demande)
Sur rendez-vous seulement / Service bilingue
Il me fera plaisir de prendre soin de vous
avec une approche douce et sans douleur



Pro Pieds de la Baie

Roxanne Major N.D.

Technicienne en soins des pieds

Service à votre domicile
418 752-3670

ANQ Association des
Naturopathes
du Québec

Médaille du Lieutenant-Gouverneur

Réjean Loisel, récipiendaire pour les aînés 2020

Sa candidature a été soumise par la Fédération des OSBL d'Habitation du Bas-Saint-Laurent, de la Gaspésie et des Îles, il nous fait plaisir de vous présenter un extrait du texte que cet organisme a soumis et qui lui rend hommage. Un hommage pleinement mérité.

Il faut soi-même aller faire un tour à Paspébiac puis discuter avec les gens de la communauté, pour très vite se rendre compte de la popularité de Monsieur Réjean Loisel, homme aux multiples fonctions et aux diverses aptitudes, et surtout doté d'une telle humilité qu'il est bien difficile de lui faire avouer tous ses nombreux efforts bénévoles. Il n'est pourtant pas étonnant qu'un homme qui a travaillé dans la construction durant quarante longues années, détienne autant de compétences utiles pour tous, mais il suggère l'admiration quand on sait à quel point il les met aux services de toute sa communauté.

C'est simple, le temps libre de Monsieur Réjean Loisel, c'est du temps offert aux autres.



Nous devrions tout d'abord souligner qu'il a été extrêmement impliqué dans la gestion de l'Office Municipal d'Habitation (OMH) de Paspébiac durant dix longues années et qu'il en a été un fidèle administrateur durant autant de temps, et ce, jusqu'à son transfert à New Richmond. Quand nous vous disions qu'il offrait généreusement ses compétences professionnelles à présent pour le bien de tous, en voici un autre exemple.

Mais monsieur Réjean est aussi un homme d'entretien et qui n'hésite pas à offrir son aide à tout le monde en général, mais aussi à des organismes et bien sûr selon ses moyens, même si l'on admet aisément que ses moyens sont très grands.

Cet homme a voyagé au Nigéria, en Algérie, mais aussi à la Baie-James pour son travail, il est Chevalier de Colomb depuis de nombreuses années et il continue à s'occuper de l'entretien de la salle des Chevaliers de Colomb quotidiennement pour les différentes activités et autres événements.

Nous sommes sûrs que nous aurions pu vous en dire bien plus sur le monsieur, mais persuadé qu'il ne nous a guère tout dit par humilité, on préfère simplement terminer qu'avec toutes les implications de monsieur Loisel, que cette médaille est pleinement méritée.

Le maire Régent Bastien et le conseil de ville vous félicitent pour cet honneur.

E.P. POIRIER Ltée.
PASPÉBIAC
Chrysler - Jeep - Dodge

17, boul. G.-D. Lévesque Ouest
Paspébiac (Québec) G0C 2K0

Jean-François Henry
Conseiller aux ventes et
Directeur des communications

Tél.: 418 752-2266 poste 233
Sans frais: 1 877 410-2266
Télé.: 418 752-2522
Cell.: 418 392-9164

jf.henry@epoirier.com
www.epoirier.com

LAPTOPJF

E.P. POIRIER Ltée.
PASPÉBIAC
CHRYSLER - JEEP - DODGE - RAM

17, boul. G.-D. Lévesque Ouest
Paspébiac (Québec) G0C 2K0

Stéphane Lebrasseur
Conseiller
ventes et locations

Tél.: 581 357-0043
Télé.: 418 752-2522

stephane.lebrasseur@epoirier.com
www.epoirier.com

418 752-4223



DAN BIGRAS (Chanson)
25 ans 25 chansons.

4 octobre 2020- 19 h 30

Dan Bigras est plus en forme que jamais et la maladie est derrière lui ! Retrouvez-le avec ses plus grands succès en toute intimité accompagnée de sa violoniste.

L'auteur-compositeur et interprète québécois, avec son vécu et son immense talent, saura vous émerveiller autant par ses paroles et sa musique que par ses anecdotes tirées de sa vie qui est tout sauf ordinaire.

À l'image de sa biographie le temps des seigneurs, ce spectacle, tout aussi drôle que touchant, nous transporte dans l'univers intense et inspirant de l'homme engagé que connaissons si bien. Laissez-vous bercer par cette voix unique et chaleureuse.

Régulier : 38 \$ CCC : 36 \$

PHILIPPE LAPRISE (Humour)

11 novembre 2020 - 19 h 30

Philippe Laprise revient avec son troisième one-man-show : Je m'en occupe !

Au début de sa quarantaine, Philippe a la bonne (ou la mauvaise) habitude de vouloir s'occuper de tout !

Laissez-le vous raconter comment il s'occupe de sa santé, de son apparence, de sa famille et de plein d'autres petits et gros problèmes de la vie avec des résultats pas toujours réussis.

Le temps d'un spectacle, Philippe Laprise s'occupe de tout, s'occupe de vous. Et en parlant de lui, il vous fera rire vous !

Régulier : 40 \$ | CCC : 38 \$



PATRICK GROULX (Humour)

6 février 2021 - 19 h 30

Patrick Groulx nous revient en super forme avec la tête pleine d'idées alors qu'il habite la scène comme jamais avec son nouveau spectacle intitulé GROULX.

Un titre qui représente le retour aux sources d'un humoriste mûr et au sommet de son art.

Avec ce 4^e show, Groulx souhaite conserver la proximité avec le public qu'il a pu apprécier dans ces endroits intimes avec lesquels il a retrouvé à la fois le côté pur de son métier de stand-up lors de son rodage dans de plus petites salles.

Régulier : 38 \$ | CCC : 36 \$

ÉMILE BILODEAU (Chanson)

30 avril 2021 - 20 h

Armé de son nouvel album et accompagné de ses solides musiciens : Sarah Dion, Simon Veillet et Nathan Vanheuverzwijn, Émile Bilodeau présente un spectacle diversifié tantôt folk, tantôt rock avec des élans pop qui rassemblent. Appuyé d'une mise en scène bien ficelée, il amuse, émeut, divertit et promet une soirée inoubliable !

« Mon band pis moi on est une machine de guerre, mais je préfère dire qu'on est des marchands de bonheur » Émile Bilodeau Site Web : www.emilebilodeau.ca

Régulier : 35 \$ | CCC : 33 \$





OUVERTURE PROGRESSIVE DE LA BIBLIOTHÈQUE

La Ville de Paspébiac est heureuse d'annoncer la réouverture progressive de la bibliothèque municipale

Les services disponibles se limiteront au prêt de documents sur réservation obligatoire et aux retours dans la chute à documents extérieure. **L'accès aux rayons de livres est interdit.**

Procédure à suivre

1. Réservation obligatoire avant le lundi 17 h par courriel ou par téléphone (laissez un message dans la boîte vocale) afin de recevoir vos effets le mercredi.

Courriel : bibliotheque@villepaspebiac.ca

Téléphone : 418 752-6747

Note : si vous effectuez votre réservation après le lundi 17 h, les demandes seront répondues la semaine d'après.

2. Le mardi, vous recevrez un avis (courriel ou téléphonique) vous confirmant l'heure de votre rendez-vous pour la récupération de votre réservation.

3. Le mercredi : Ouverture sur rendez-vous seulement du comptoir de prêt de la bibliothèque pour prendre possession de votre réservation.

Règles à suivre lors de votre passage à la bibliothèque

Il est important de respecter l'heure de votre rendez-vous

On vous demande de désinfecter vos mains avant de vous rendre au comptoir

Vous avez accès uniquement au comptoir de prêts

L'accès aux rayons de livres est interdit

Une personne par famille est autorisée à entrer dans la bibliothèque

Retours de documents dans la chute extérieure.

Respect des règles de distanciation et le port du masque est fortement recommandé

Ne pas vous présenter si vous avez des symptômes s'apparentant à la COVID-19

Le saviez-vous ?

À partir du catalogue en ligne <https://ibistro-gaspesie.reseaubiblio.ca/> et en sélectionnant votre biblio, vous pouvez faire une recherche de livres.

Il suffit de noter le titre désiré et de communiquer avec votre biblio pour réserver votre prochaine lecture.

**Quoi
Lire.ca**

Vous êtes à la recherche de votre prochaine lecture ?

Les spécialistes des bibliothèques publiques vous aident
à trouver... quoi lire !

Pour tous les détails, visitez :

<https://quoilire.ca/>



Le Club de lecture d'été TD est le plus grand programme du genre au Canada. Pour les 0 - 5 ans et 6 - 12 ans

Bilingue et inclusif, il s'adresse aux enfants de tous les âges pour leur faire découvrir le plaisir de lire, tout en mettant en lumière les auteurs et les illustrateurs d'ici. Il établit aussi des ponts entre les familles et la littérature jeunesse, en plus d'aider les enfants à améliorer leurs aptitudes en lecture et à gagner en confiance.

Depuis le 15 juin, les enfants peuvent s'inscrire au Club sur le Web, à clubdelecturetd.ca. Ils pourront lire des livres électroniques et une BD en ligne, faire des suggestions de lectures, et partager des blagues et des drôles d'histoires avec des enfants de partout au pays. Et c'est gratuit !



Il y a aussi deux nouveautés en 2020 : un duel des livres où les enfants pourront voter chaque semaine pour leur livre préféré et 28 capsules vidéo tournées avec les auteurs et l'illustrateur du Club. Pour savoir qui seront nos invités, suivez le Club sur Instagram ou sur Facebook. Nous les annoncerons dans les prochaines semaines. Bonne lecture !

Petit lecteur deviendra grand !

Abonnez votre enfant de moins d'un an à la bibliothèque publique et recevez une trousse du parfait bébé-lecteur !

Entièrement gratuit, le programme Une naissance un livre vise à favoriser la lecture dès le plus jeune âge et à encourager la fréquentation de la bibliothèque publique en famille.

Les parents qui abonnent leur enfant de moins d'un an à leur bibliothèque publique reçoivent la toute nouvelle trousse du parfait bébé-lecteur. Cette trousse comprend différents outils de stimulation au monde de l'écrit.



Pour info, visitez le site : www.unenaissanceunlivre.ca

JOUJOUTHÈQUE

Fermée pour l'été 2020



La joujouthèque sera fermée pour la période estivale ... De retour en septembre !

Par la même occasion, la ville de Paspébiac désire remercier Nancy Gagnon qui a terminé son mandat de 3 ans comme coordonnatrice et qui a été au cœur de la création de ce beau projet qu'est la Joujouthèque de Paspébiac.

Nancy, merci pour ton professionnalisme et ton dévouement que tu as démontré dans l'élaboration de la Joujouthèque.



TOYOTA

Toyota Baie des Chaleurs

Michel Lebrasseur

Conseiller en produit

20, boul Perron ouest

Caplan, QC G0C 1H0

t : 418-388-5544

t : 800-404-5595

f : 418-388-2964

c : 418-752-8812

m.lebrasseur@toyotabaiedeschaleurs.com

www.toyotabaiedeschaleurs.com

NOUVELLES COMMUNAUTAIRES

35 ANS
Au cœur de sa communauté!

35 ans d'action bénévole et communautaire...

Des célébrations étaient prévues en avril lors de la semaine de l'action bénévole, des activités pour souligner le travail de près de 1 400 bénévoles en 35 ans, des dizaines de travailleurs tant à la permanence que sur des projets, sans oublier tout le développement avec et pour le milieu durant ces 35 dernières années.

L'arrivée de la pandémie nous a joué des tours que, comme tous et toutes, nous nous serions passés, de voir nos vies personnelles et professionnelles changer aussi, toute cette distanciation, ces interdictions d'activités, de rassemblements, les activités suspendues partout, dans tous les secteurs, l'éducation, la santé, les commerces, les services publics et le communautaire n'y a pas échappé.

Donc, à défaut de pouvoir célébrer, d'autres projets étaient prévus, des projets dont nous avons pu poursuivre le développement malgré tout. Nous souhaitions développer des projets qui resteraient au-delà des 35 ans, nous avons donc choisi en comité de travail de revoir notre logo après toutes ces années! Une nouvelle image, à la fois simple et représentative du Centre d'action bénévole Saint-Siméon/Port-Daniel.



MAISON & CŒUR : Le pictogramme d'une maison au centre d'un cœur parle de lui-même et illustre ainsi que le CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE et ses bénévoles sont au cœur de l'action.

COULEURS : Le rouge exprime l'amour et l'énergie que dégage l'organisme. Le gris bleuté vient adoucir et équilibrer l'ensemble.

TYPOGRAPHIE : Le choix d'une typographique classique, droite et forte, enclavée dans un bloc vient offrir une assise solide apportant à l'ensemble force et harmonie.

La **maison** représente le milieu de vie, les bénévoles qui y viennent, qui y travaillent, l'ensemble des bénévoles dans la communauté, sur le terrain. La maison, c'est l'accueil et dans la majorité des cas, lorsque nous entrons à la maison, c'est rassurant, c'est chaleureux, c'est supportant! La maison, c'est toute cette famille que nous formons tous et toutes ensemble pour embellir et ensoleiller notre milieu, pour réchauffer nos cœurs et ceux des autres que nous aidons au quotidien.

Le **cœur**, c'est l'ensemble des **bénévoles** qui donnent de leur temps, ce sont ces personnes généreuses qui s'investissent, autant nos membres que ces personnes qui viennent ponctuellement donner, aider, soutenir au quotidien dans la communauté. Ce sont nos travailleuses et travailleurs qui s'investissent avec cœur de façon incroyable, ce sont aussi nos partenaires, oui ceux et celles qui croient en la mission de notre Centre d'action bénévole et qui s'y engagent. Le cœur, c'est l'**ensemble** des humains engagés au sein de cette œuvre humanitaire et communautaire qu'est votre Centre.

Ensemble, soyons fiers de nos 35 années d'action bénévole et communautaire, soyons fiers de notre engagement dans la communauté!

Source : Nathalie Bujold, directrice



Suivez-nous!



www.facebook.com/familiprixpaspebiac

Pharmacie Denis Babin

À votre service depuis plus de 35 ans

Grand choix de cadeaux, cosmétiques, cartes de souhaits, comptoir de loterie, photo passeport et impressions, 10% d'escompte aux aînés

Livraison gratuite

752-6635

Ouvert 7 jours et 5 soirs

NOUVELLES COMMUNAUTAIRES



Sur la photo : Une partie de l'équipe de Volleyball Rouge et Noir de Paspébiac en compagnie des représentants de l'Équipe 50 ans + de Paspébiac.

Première rangée : Rosaire Corbet, Rudy Duguay, entraîneur du Rouge et Noir et Martin Aspirot.

L'équipe de hockey 50 ans et plus de Paspébiac fait des heureux

Le 19 janvier dernier, lors du Tournoi 50 ans + de Caplan, l'équipe de Paspébiac a remporté les grands honneurs pour une 2^e année consécutive en remportant la grande finale du tournoi.

Les heureux gagnants se sont mérité une bourse de 250 \$

Après discussion entre les joueurs, ils ont décidé de remettre cette bourse à une équipe sportive jeunesse.

Les heureux élus sont l'équipe de Volleyball Rouge & Noir de l'école polyvalente de Paspébiac.

Deux représentants de l'équipe, Rosaire Corbet et Martin Aspirot se sont rendus à l'école afin de remettre en main propre le chèque à l'un des entraîneurs Rudy Duguay en présence d'une partie de l'équipe.

Bravo pour ce geste de générosité qui a été grandement apprécié par l'équipe de Volleyball Rouge et Noir.

Stress chez les enfants : 5 idées pour le diminuer

La psychologue Nathalie Parent a consacré tout un livre au sujet du stress chez les enfants. Elle nous propose quelques trucs pour tenter d'enrayer le problème quand il devient trop envahissant.

- 1. Revenir à l'essentiel :** Dormir et manger se placent ainsi au premier rang. Mais attention, car par exemple, il est tout à fait possible que votre plus grand doive dormir 12 heures, alors que 9 suffisent à votre plus jeune.
- 2. Bouger, bouger et encore bouger :** Les bienfaits de 20 minutes d'activité physique sont considérables sur le stress et la santé.
- 3. Du plaisir et du jeu... en toute liberté :** La clé est de trouver l'équilibre entre les activités structurées et les moments qu'il pourra combler comme bon lui semble.
- 4. Encadrer le temps d'écran :** Établir des balises claires quant au temps d'écran, imposer des limites de temps, et montrer l'exemple en se tenant nous-mêmes loin de nos téléphones à certains moments de la journée.
- 5. Place à la détente ! :** En intégrant au cœur de notre routine familiale des exercices de relaxation, les bienfaits pourraient vite se faire sentir, non seulement sur le plan psychologique, mais aussi physique.

Source : vifamagazine.ca

ARIANE TURBIDE
CRÉATIONS VERRE BIJOUX

99, La Grande Allée Est
Grande-Rivière GOC 1V0
418.385.5030

@ bijouxarianeclient@hotmail.com
boutiquearianeturbide
boutiquearianeturbide

NOUVELLES COMMUNAUTAIRES



Manger est essentiel.

S'endetter pour se nourrir
ne devrait pas l'être.

Demandez du dépannage alimentaire



**De Saint-Siméon
à**

Port-Daniel

418 752-5010

**La fierté, c'est bien !
Manger à sa faim, c'est mieux !**

**Oui, soyez fier de faire le nécessaire pour mettre
à manger sur la table pour votre famille.**

La situation qu'on vit présentement a apporté son lot de problèmes, mais aussi la solidarité du milieu.

Je comprends qu'il soit difficile de piler sur notre fierté lorsqu'un besoin se fait sentir.

On veut être les premiers à offrir notre aide, mais on s'oublie souvent quand c'est nous qui sommes concernés.

Ça prend beaucoup d'énergie et faut être courageux lorsque ce temps arrive à nos portes.

Aidez-nous à briser les tabous, faites vos demandes de dépannage alimentaire.

Les organismes du milieu sont là pour vous aider. Vous serez accompagnés pour vos besoins et c'est toujours confidentiel.

Se nourrir sans s'endetter, un premier pas vers votre autonomie et le retour vers votre liberté.

Régent Bastien, maire de Paspébiac

Construction RPD inc.

ENTREPRENEUR GÉNÉRAL
Résidentielle et commerciale

Rémi Blais
Cell. : 418 752-0849

447, route du Capitaine Fournier
Port-Daniel (Québec)
G0C 2N0

RBQ : 8356-8152-48



Alain Langlois
Cell. : 418 752-0605
Tél. : 418 752-5538

73, rue Scott
Paspébiac (Québec)
G0C 2K0

Courriel : constructionrpd@outlook.com



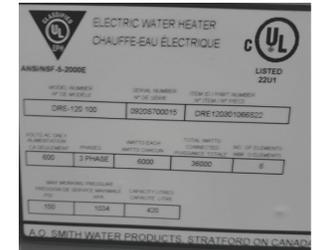
Équipements à vendre



Lot de 5 moteurs (600 volts)



**Lot de 5 pompes
Prix plancher : 900 \$ l'unité**



**Réservoir à eau
chaude (600 volts)**

**Prix plancher :
1 000 \$**



Prix plancher : 2 000 \$



**Lot de 4 compresseurs de 600 volts
Prix plancher : 400 \$ l'unité**



**Camion Ford avec équipements
la pelle à neige (45°), aile et boîte 4 saisons
Prix plancher : 20 000 \$**



Équipements à vendre



Table pour 1^{ers} soins



Planche dorsale



Crochets à vêtements



**Bacs à compostage
25 \$ chacun**



Bancs de joueurs



Lot de 6 fannes (600 volts)

Les soumissionnaires devront remplir un formulaire disponible à la Ville avant le 31 juillet - 16 h
Les soumissionnaires devront faire un dépôt de 20 %. Ce dépôt sera remis s'ils ne sont pas choisis.

Par contre, si, après acceptation de la vente par le Conseil, le soumissionnaire retire son offre, le dépôt sera conservé au profit de la Ville pour frais de gestion.

Pour voir les équipements ou pour information, contactez Denis Alain au 418 752-0572.

INSCRIVEZ-VOUS

Pour recevoir des rappels sur les prochaines activités à se tenir à la ville de Paspébiac ou au Centre culturel



- cinéma
- spectacles
- événements spéciaux
- activités sportives et récréatives

Afin de rejoindre rapidement la population lors de situations d'urgence, la Ville s'est dotée d'un Service d'alerte automatisé qui achemine rapidement des **messages vocaux, des textos ou des courriels** aux citoyens d'un secteur affecté en les avisant des mesures à prendre.

Ce nouvel outil permettra de diffuser rapidement aux citoyens des informations tels des avis d'ébullition, des évacuations, des inondations, des déversements de produits toxiques, etc.

Si vous avez un numéro de téléphone inscrit dans l'annuaire téléphonique, vous êtes automatiquement inscrit pour recevoir les alertes via votre téléphone seulement.

Si vous désirez recevoir les alertes par texto ou courriel ou faire des changements à votre numéro de téléphone ou adresse, vous devez vous réinscrire via le lien sur le site Web de la ville de Paspébiac.

Ce système vous permet également de vous inscrire afin de recevoir des rappels sur les thématiques suivantes : cinéma, spectacles, événements spéciaux et activités sportives et récréatives.

L'inscription est facile et ne prend que quelques minutes !

Comment s'inscrire ?

Consulter le site web de la ville de Paspébiac à l'adresse www.villepaspebiac.ca, sur la page d'accueil cliquez sur l'onglet « Système d'alerte et d'avis à la population ».

Toutes les informations relatives à ce service vous y seront présentées. Les renseignements fournis à travers le portail citoyen demeureront strictement confidentiels et les données serviront uniquement dans un contexte d'alerte et de sécurité civile.

Les renseignements fournis à travers le portail citoyen demeureront strictement confidentiels et les données serviront uniquement pour les alertes, la sécurité civile et pour les thématiques de message choisies au moment de l'inscription.