



Village de Métis-sur-Mer

Info Métis

Bloc-notes et Bulletin municipal

www.ville.metis-sur-mer.qc.ca www.facebook.com/Metissurmer

Mai 2020



Profitez du printemps!



Semaine de la santé mentale de l'ACSM

Préparez-vous à parler haut et fort et à

#ParlerPourVrai

4 au 10 mai 2020

Visitez semainedelasantementale.ca pour y trouver de l'info et des outils.



Activités du mardi

Activités du mercredi

Viactive



ACTIVITÉS,
BUREAUX
& BIBLIOS



Desjardins
Caisse de Mont-Joli-
Est de La Mitis



SALLE D'ENTRAÎNEMENT
COMMUNAUTAIRE



Étant donné les mesures mises en place pour limiter la propagation de la COVID-19, notez que toutes ces activités et ces services sont suspendus, et que tous les lieux publics municipaux resteront fermés jusqu'à nouvel ordre.

Metis Beach School souhaite le meilleur à chacun et à chacune pendant cette période de confinement. Nous sommes impatients de vous revoir une fois que les cours reprendront. D'ici là, soyez prudents et portez vous bien!



Table des matières		Des nouvelles de votre CLD	11	Nos entrepreneurs	16
Héritage Bas-St-Laurent & Biblio	2	Reconnaisances	13	Services communautaires	16
Santé	6	Offres d'emploi	13	Affaires municipales	17



www.heritagelsl.ca | www.facebook.com/heritagelsl

Tombée : 15 du mois

Communiquez avec Marie-Claude Giroux au 418-936-3239 #223 ou par courriel à mcgiroux@heritagelsl.ca

Si vous désirez recevoir l'INFO MÉTIS par courriel, simplement en faire la demande.



HEURES DE BUREAU D'HÉRITAGE BSL : lundi au vendredi : 9h30 à midi et 13h à 16h30

svp prendre note que nos bureaux sont fermés le mardi matin

HEURES DE BIBLIO :

MÉTIS-SUR-MER , 130 rue Principale
418-936-3239 #224

Lundi au vendredi : 14h à 16h

Dimanche : 9h30 à 12h

RIMOUSKI , 412 de la Seigneusse
418-730-7685

Mercredi, jeudi et vendredi : 13h30 à 16h30

Mercredi et samedi : 9h à 12h

→Nous serons fermés pour la Journée nationale des patriotes, le 18 mai.

Étant donné les mesures sanitaires provinciales en vigueur pour limiter la propagation de la COVID-19, veuillez noter que nos bureaux et nos bibliothèques sont fermés au public et que toutes nos activités sont suspendues, et ce jusqu'à nouvel ordre.

Mais vous pouvez vous joindre à nos nouvelles activités virtuelles !

Les membres du personnel sont toutefois au travail, mais à distance. N'hésitez pas à nous contacter par téléphone ou par courriel si vous avez des questions à propos d'information ou de services disponibles en anglais au Bas-Saint-Laurent.

Would you like to connect virtually?

During this time of social distancing, we are thinking of ways to break isolation.

It would be fun to stay connected and explore different cultural and social activities as a community. Please sign up via the online google forms so that we can send you the video conferencing link.

For all details, please consult our Facebook page.

If you have any questions regarding Heritage's cultural activities, please feel free to write to culture@heritagelsl.ca



Thursdays May 7, 14, 21, 28
3pm-4.30pm

Virtual community meet-ups to share our news, stories and creations over a cuppa tea

Please register so a confirmation email with zoom conference link will be sent to you prior to the event.



Fridays May 1, 8, 15, 22, 29
7.30pm-9.00pm

Innovative game nights with board game lovers and new players using the virtual platform

Please register so a confirmation email with zoom conference link will be sent to you prior to the event

LOOK OUT FOR

Storytime with Helen Thornton

FOLLOW US ON OUR FACEBOOK PAGE FOR UPCOMING VIDEOS

HERITAGE LOWER SAINT LAWRENCE



Register for Live Interactive session with Ms. T to celebrate Mother's Day on May 9th, from 9.30am to 10am.

Email culture@heritagelsl.ca for info.

Le coup de cœur de la Biblio



Dany Laferrière, *Tout ce qu'on ne te dira pas Mongo* (roman adulte)

Une suggestion de Catherine Beauchemin

Ceux qui me connaissent savent : j'adore Dany Laferrière ! Quelle bonne surprise j'ai eu en découvrant qu'on pouvait écouter un de ses romans sur le site de Radio-Canada ! J'en

ai profité pour replonger dans son monde, grâce aux voix de Marcel Sabourin, Dany Laferrière, Michel Mpambara et Maryse Beauchamp.

Un après-midi d'été, l'écrivain croise sur la rue Saint-Denis un jeune homme, Mongo, qui vient de débarquer à Montréal. Il lui rappelle cet autre jeune homme arrivé dans la même ville en 1976. Le même désarroi et la même détermination. Mongo demande : comment faire pour s'insérer dans cette nouvelle société? Ils entrent dans un café et la conversation débute comme dans un roman de Diderot. C'est ce ton léger et grave que le lecteur reconnaît dès le début d'un livre de Laferrière. Au jeune Mongo, Laferrière raconte quarante années de vie. Une longue lettre d'amour au Québec.

Vous trouverez le livre en format audio en suivant ce lien :

<https://ici.radio-canada.ca/premiere/livres-audio>

Si vous préférez le format numérique, il est également disponible pour tous les abonnés du Réseau BIBLIO en suivant ce lien :

<https://reseaubibliobsl.pretnumerique.ca/>

Vous avez adoré votre dernière lecture et voulez bien nous en faire profiter?

N'hésitez-pas à en parler avec Catherine ou une des bénévoles de la biblio !

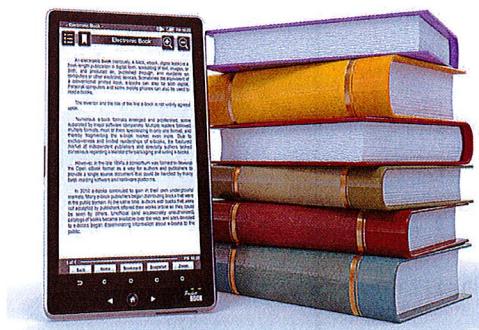
Rejoignez-nous pour créer une Vision pour la Bibliothèque de Métis-sur-Mer

Le conseil d'administration d'Héritage Bas-Saint-Laurent souhaite profiter de la situation actuelle pour développer une "Vision pour une Bibliothèque Communautaire" qui permettra d'améliorer les services proposés à la collectivité.

Dans les mois à venir, nous solliciterons votre contribution essentielle à la réalisation de ce projet.

Vous en saurez plus très prochainement !

Nous nous réjouissons à l'avance de connaître votre avis et sommes impatients d'élaborer de nouvelles initiatives pour mieux vous servir.



**Vous vous ennuyez et l'isolement vous déprime?
Avez-vous lu tout ce qui se trouve chez vous, y compris
les listes d'ingrédients sur les boîtes de céréales?**

La bibliothèque a une solution pour vous :

Les livres numériques !

La bibliothèque travaille actuellement à **augmenter l'offre de livres numériques** pouvant être lus grâce au support de votre choix (ordinateur, liseuse, smarphone ou tablette). Nous ferons de notre mieux pour obtenir les ouvrages que vous souhaitez. Alors, ne soyez pas timide ! Veuillez transmettre vos suggestions par courriel en précisant le titre et l'auteur à Catherine Beauchemin à cbeauchemin@heritagelsl.ca Bonne lecture !



Abonnement aux services à distance du Réseau BIBLIO du Bas-Saint-Laurent

À tous les résidents des municipalités affiliées au Réseau BIBLIO du Bas-Saint-Laurent qui ne sont pas déjà abonnés à leur bibliothèque municipale, il est maintenant possible de le faire en ligne pour bénéficier des différents services à distance.

L'abonnement vous donnera droit à :

- L'emprunt de livres numériques
- La version électronique de la revue *Protégez-vous*
- L'outil généalogique *Mes Aïeux*

Pour obtenir un accès aux services à distance, veuillez envoyer une demande par courriel à l'adresse crsbp@crsbp.net, en fournissant les informations suivantes :

- Prénom Nom
- Adresse valide dans l'une des municipalités affiliées au Réseau BIBLIO du Bas-Saint-Laurent
- Téléphone
- Courriel (Un courriel vous sera envoyé avec votre numéro d'abonné et le NIP correspondant. Les enfants doivent utiliser le courriel d'un parent.)

**** Si vous êtes déjà abonné à votre bibliothèque municipale, vous n'avez pas à vous inscrire en ligne. Vous pouvez toutefois communiquer à l'adresse courriel crsbp@crsbp.net pour obtenir votre numéro d'abonné et votre NIP.**

Retrouvez tous les détails sur le site du Réseau BIBLIO du Bas-Saint-Laurent :

www.reseaubibliobsl.qc.ca



VIVRE NOTRE HÉRITAGE LIVE OUR HERITAGE

Petit détour sur la route du projet « Vivre notre héritage »



Depuis notre dernière mise à jour, beaucoup de choses ont changé - et pas seulement la météo! Avec la mise en quarantaine dans le pire des cas, et la distanciation sociale dans le meilleur, nous avons dû élaborer notre propre « chorégraphie COVID-19 » et nous réajuster. Heureusement, nous proposons de nouvelles façons créatives et amusantes de nous connecter virtuellement tout en demeurant fidèles à notre orientation dans le cadre du projet « Vivre notre héritage ». Voici ce que nous avons concocté jusqu'à présent :



Développement de notre réseau de sentiers pédestres « Parcourir notre histoire » : Le travail se poursuit de façon virtuelle et grâce à l'application populaire Zoom, nous sommes en mesure d'entretenir des conversations sécurisées avec ceux qui souhaitent partager leurs souvenirs avec nous - en passant par l'arrivée de leur famille à Métis, jusqu'à l'histoire de leur maison ou de souvenirs d'ici. Il suffit de contacter Pam Andersson au (418) 936-3239, ou à l'adresse pandersson@heritagelsl.ca, et nous commencerons ainsi.



Sièges en mosaïques « Revivre notre histoire » : Les sièges de béton sont présentement en construction. Les ateliers de création d'images en mosaïques sont reportés pour l'instant, mais nous tenons à vous rassurer que le travail se poursuit. Lisan Chng, coordinatrice des projets culturels, travaille avec Lynn Fournier, enseignante en art à Metis Beach School, afin de mettre au point une façon de permettre aux enfants de travailler sur les dessins des sièges en mosaïques. Les dessins auront comme thème la nature locale, et les enfants auront la chance d'élaborer sur leurs créations au moyen de l'écriture. Nous partagerons des images des travaux en cours sur notre page Facebook. Un pas en arrière, nous aura fait prendre deux pas d'avance en vue de notre retour ensemble et le travail sur les sièges pourra enfin débiter. Soyez à l'affût!



Source: Ehow.com



Photos « D'hier à aujourd'hui » : Puisqu'il est présentement déconseillé de se réunir pour en apprendre davantage sur la photographie, madame Micheline Williams tient à rappeler aux amateurs de photographie qu'ils peuvent tout de même capturer des images étonnantes au printemps, au moment où les règnes végétal et animal se réveillent enfin. De plus, dans le cadre de la photographie, sera ajouté un nouveau volet dont on avait parlé l'automne dernier, afin de rendre hommage à tous nos incroyables bénévoles – ceux du passé et du présent, ceux qui aident toujours tout le monde; ceux qui prennent des risques ou qui font des efforts remarquables, et dont le travail est particulièrement apprécié. Nous désirons également remercier les travailleurs de la santé et des soins d'urgence et ceux qui aident leurs voisins, leurs amis et même les inconnus en ces temps difficiles. Cette période d'isolement nous permettra de réunir les histoires et les renseignements requis pour rendre hommage à ces bénévoles. Un dépliant contenant l'information sur la façon de participer sera publié au cours des prochaines semaines. D'ici là, pensez à ceux que vous connaissez, ou avez connus, qui font, ou qui ont fait, une différence dans notre merveilleuse communauté.



VIVRE NOTRE HÉRITAGE
LIVE OUR HERITAGE



Courtepointe « Assemblons notre histoire » : Bien que le travail ne puisse plus se faire

« ensemble », beaucoup de choses peuvent quand même être réalisées à la maison. Aussi, les projets de groupe de Diane Dubois et de Linda Turriff avancent. Diane s'assure de la construction de cinq cadres et Linda a commencé à concevoir la courtepointe. Grâce au succès des *Tea Times* et des *Game Nights* en format virtuel organisés par Héritage, il se pourrait que des rencontres de bricolage soient également organisées. (D'ailleurs, certaines personnes combinent déjà l'artisanat à leur participation à ces rencontres virtuelles!)

Parce que vous êtes nombreux à rechercher des petits projets sur lesquels travailler, nous demanderons au plus grand nombre de personnes de créer un carré - décalqué, tricoté, crocheté, brodé, tapissé, tissé, repassé, peint sur coton (ou tout matériau flexible) - qui plus tard, pourra être assemblé à une courtepointe en mosaïque collective, qui sera tirée au sort afin d'amasser des fonds pour des causes communautaires. Les détails concernant la taille des carrés et les autres éléments de conception sont en cours d'élaboration. Un message de Lisan Chng sera publié prochainement.



Financé par le
gouvernement
du Canada

Funded by the
Government
of Canada

Canada

Santé

Tisser des liens entre les personnes ne fait pas seulement du bien, c'est bon pour la santé mentale.

Alors que nous faisons face à une pandémie mondiale de la COVID-19, nous avons plus que jamais besoin des uns et des autres. C'est le moment de #ParlerPourVrai de ce que nous ressentons vraiment et de faire preuve de bienveillance.

Car, nous sommes tous dans le même bateau.

Chaque fois que nous répondons par formalité, nous perdons une occasion de tisser un lien significatif avec les autres.

En ces temps de distanciation sociale (plus précisément nommée distanciation *physique*), nous apprenons que nous n'avons pas besoin *d'être* proches pour nous *sentir* proches. Nous sommes ensemble, même à distance.

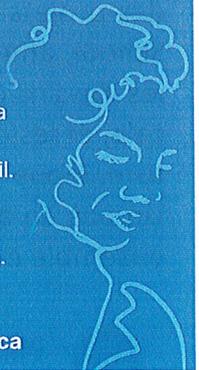
Même si nous ne pouvons être à proximité physiquement, nous devons rester à proximité, émotionnellement.

Les appels téléphoniques, les appels vidéo et les autres technologies numériques nous offrent d'excellentes occasions de nous voir en face à face, même si nous ne sommes pas au même endroit.

Ce que je veux vraiment dire :

Je ne me sens pas bien ces temps-ci. Je m'inquiète de la santé de mes proches et de ce qui arrivera de mon travail. Je me sens désemparée. Je n'y arrive plus, j'ai vraiment besoin de parler à quelqu'un.

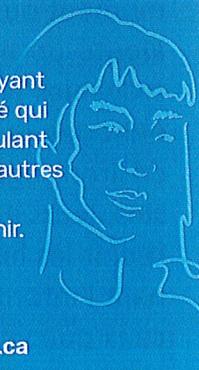
#ParlerPourVrai
semainedelasantementale.ca



Ce que je veux vraiment dire :

Je me sens optimiste en voyant tous ces gestes de solidarité qui rejaillissent de chacun, épaulant et prenant soin les uns des autres de manière créative, ça me donne de l'espoir pour l'avenir.

#ParlerPourVrai
semainedelasantementale.ca





BOURSE D'ÉTUDE POUR SOUTENIR LE LEADERSHIP COMMUNAUTAIRE

ANNÉE SCOLAIRE - 2020-2021

APPEL DE CANDIDATURES

POUR ÉTUDIANTS :

Qui sont inscrits À **TEMPS PLEIN** dans un programme d'études relié à la **SANTÉ** ou **SERVICES SOCIAUX** pendant l'année scolaire 2020-2021 et ce, dans toute maison d'enseignement reconnue. Les candidats doivent être capables d'**OFFRIR DES SERVICES** en **FRANÇAIS** et en **ANGLAIS**.

POURQUOI :

Pour soutenir la **FORMATION** et la **RÉTENTION** de futur(e)s professionnel(le)s **BILINGUES** oeuvrant en **SANTÉ** ou **SERVICES SOCIAUX** au **BAS-SAINT-LAURENT**.

DEUX (2) CATÉGORIES DE BOURSES SONT OFFERTES

CATÉGORIE 1 - NIVEAU COLLÉGIAL OU UNIVERSITAIRE (HORS BSL)

UNIVERSITÉ jusqu'à 10 000\$ et CÉGEP jusqu'à 5 000\$

CATÉGORIE 2 - NIVEAU COLLÉGIAL OU UNIVERSITAIRE (AU BSL)

UNIVERSITÉ jusqu'à 5 000\$ et CÉGEP jusqu'à 2 500\$

LE FORMULAIRE D'APPLICATION EST DISPONIBLE À :

Héritage Bas-Saint-Laurent

Anna (Rimouski) 418 730-7685

Annie (Métis) 418 936-3239

info@heritagelsl.ca

Site du projet de rétention de l'Université McGill

www.mcgill.ca/dialoguemcgill/fr/trhpp/m2intro/bursaries

DATE LIMITE

Pour soumettre un dossier de candidature est vendredi, 22 MAI, 2020 at 4h30.

RESTER INFORMÉ

On protège aussi sa santé mentale !

Vous vous sentez stressé, anxieux ou déprimé? Les conseils suivants vous permettront d'affronter sainement les événements entourant l'épidémie du coronavirus COVID-19 au Québec.



Bien qu'il soit important de vous informer correctement, **LIMITEZ LE TEMPS PASSÉ À CHERCHER DE L'INFORMATION AU SUJET DE LA COVID-19** : une surcharge d'information pourrait augmenter votre stress, votre anxiété ou votre état de déprime.



CHOISISSEZ UN MOMENT PRÉCIS DURANT LA JOURNÉE POUR VOUS RENSEIGNER. Ce pourrait être une ou deux fois par jour. Si vous avez peur de manquer les informations importantes, demandez à quelqu'un de vous informer.



ÉVITEZ LES NOUVELLES SENSATIONNALISTES ET LES SOURCES D'INFORMATION DOUTEUSES. Cela vous permettra de distinguer les faits des rumeurs. Concentrez-vous sur les faits, en vue de mieux contrôler vos inquiétudes.



En tout temps, **FAITES APPEL À DES RESSOURCES FIABLES**, comme le site officiel du gouvernement du Québec : [Québec.ca/coronavirus](https://quebec.ca/coronavirus).



Et les médias sociaux

MODÉREZ VOTRE UTILISATION DES MÉDIAS SOCIAUX.

Ne partagez pas n'importe quoi sur les réseaux sociaux. Les mauvaises informations peuvent avoir des effets néfastes et nuire aux efforts de tous. Assurez-vous que la publication est à jour puisque la situation évolue tous les jours. Lisez seulement les publications gouvernementales.

UTILISEZ LES RÉSEAUX SOCIAUX POUR DIFFUSER DES ACTIONS POSITIVES.

Partagez vos trucs et astuces pour occuper les enfants, pour travailler de la maison, vos suggestions de séries, de vidéos. Suivez les groupes de votre quartier ou ceux qui apportent des solutions ou qui visent l'entraide. Regardez des vidéos qui vous feront sourire. C'est important de rire.

Comment bien s'adapter à la situation ?

En période d'isolement préventif, prenez soin de vous.

Gardez contact avec vos proches par téléphone ou par le Web. Parlez avec une personne de confiance ou demandez de l'aide quand vous vous sentez dépassé : ce n'est pas un signe de faiblesse, c'est vous montrer assez fort pour prendre les moyens de vous en sortir.

La pratique d'une activité physique vous permettra également d'éliminer les tensions. Pour diminuer le stress, accordez-vous des moments de plaisir. Vous pourrez ainsi mieux traverser ces moments difficiles, en misant sur vos forces personnelles.

Gardez à l'esprit qu'en restant à la maison, vous contribuez à sauver des vies. Votre geste est important.

Repérer les signes de détresse

1 SUR LE PLAN PHYSIQUE

- Maux de tête, tensions dans la nuque
- Problèmes gastro-intestinaux
- Troubles du sommeil
- Diminution de l'appétit

2 SUR LES PLANS PSYCHOLOGIQUE ET ÉMOTIONNEL

- Inquiétudes et insécurité
- Sentiment d'être dépassé par les événements
- Vision négative des choses ou des événements quotidiens
- Sentiments de découragement, de tristesse, de colère

3 SUR LE PLAN COMPORTEMENTAL

- Difficultés de concentration
- Irritabilité, agressivité
- Isolement, repli sur soi
- Augmentation de la consommation d'alcool, de drogues et de médicaments

Ressources

En cas de stress, d'anxiété ou de déprime liés à la progression de l'épidémie actuelle au Québec, vous pouvez communiquer avec le service Info-Social en composant le **811 (option 2)**.

Services téléphoniques pour les personnes ayant besoin d'écoute ou de soutien :

- **Tel-Aide**
Centre d'écoute offrant des services 24/7 aux gens qui souffrent de solitude, de stress, de détresse ou qui ont besoin de se confier : www.acetdq.org (pour connaître le centre d'écoute de votre région)
- **Écoute Entraide**
Organisme communautaire qui soutient les personnes aux prises avec de la souffrance émotionnelle : 514 278-2130 ou 1 855 EN LIGNE (365-4463)
- **Tel-Jeunes**
Ligne d'écoute 24/7 destinée aux jeunes ayant besoin de soutien : 1 800 263-2266
- **LigneParents**
Ligne d'écoute 24/7 destinée aux parents ayant besoin de soutien : 1 800 361-5085

Québec.ca/coronavirus

1877 644-4545

Source : Direction régionale de santé publique de Montréal

LA PRÉVENTION DES INFECTIONS : Une responsabilité collective



Mise en œuvre des protocoles
en milieux de soins



Adoption des mesures d'hygiène reconnues



Québec.ca/**coronavirus**
Sans frais : **1 877 644-4545**

19-210-10WPA

Pleins feux sur nos entrepreneurs!

Rencontre avec le cuisinier de village, Pierre-Olivier Ferry

Entrevue et article par Sonia Castillo pour le CLD Métis-sur-Mer

Crédit photo : Marjelaïne Sylvestre



Commander un délicieux repas thaï, indien, mexicain ou traditionnel n'est plus seulement un rêve à Métis-sur-Mer. C'est une réalité que tous les citoyens peuvent apprécier depuis que l'**Atelier culinaire Pierre-Olivier Ferry** a mis sur pied son projet de **Cuisinier de village**. Ayant pignon sur rue en plein cœur du village depuis l'an dernier, l'Atelier nous fait découvrir des saveurs et produits d'ici. Il y met en valeur plusieurs plantes dont nous avons oublié les propriétés alimentaires. C'est à travers de délicieux gelatos que notre cuisinier de village, installé dans la région depuis 2004 et ayant fait la renommée culinaire des Jardins de Métis, nous fait découvrir ces aliments qui ornent généreusement notre paysage. En plus de nous les faire connaître, il souhaite nous donner envie de les cuisiner et de les intégrer à notre alimentation.

L'entreprise, issue d'un projet d'autonomie alimentaire, s'engage aussi à soutenir des fournisseurs de la région, qui avec le temps, ont développé des relations d'amitié avec notre cuisinier. Il y a aussi un volet de consultation pour aider, par exemple, les producteurs et restaurateurs de la région à se mettre en marché, à se trouver une identité propre, à optimiser leur processus de gestion ou à introduire des produits régionaux dans leur menu.

Même si les grands centres regorgent d'offres aussi intéressantes les unes que les autres, Pierre-Olivier a choisi d'installer son atelier à Métis. Cette décision va de pair avec ses valeurs et lui permet d'être près des produits tout en bénéficiant d'une qualité de vie pour sa famille. Il y aime la période tranquille hivernale tout comme la vie active estivale, l'une nous permettant d'apprécier l'autre.

Installer une entreprise comme la sienne dans un village comme le nôtre va à l'encontre de toute statistique. Le défi était de taille! Mais en combinant son expérience, sa vision et sa détermination aux liens tissés dans notre communauté, les résultats ne pouvaient qu'être positifs.

Le projet de cuisinier de village a pris une tournure différente depuis la mi-mars. Surtout depuis que les services de consultations, corps central de l'entreprise, ont dû être mis sur pause en attendant que les restaurateurs reprennent leurs activités. Au départ ce fut le choc, les questionnements, des plans de match à adapter et à remodifier ainsi qu'un site internet à retravailler. Il y a derrière ce projet toute une logistique. Ce n'est pas une mince affaire que de cuisiner entre 50 et 70 repas, deux fois par semaine, dans des installations conçues pour faire des gelatos et des pains artisanaux. Sans oublier toutes les mesures sanitaires supplémentaires à prendre en cette situation de crise. Mais la réponse de la clientèle, les encouragements et tout le support apporté ont su contredire toute statistique.

Le projet de cuisinier de village a pris une tournure différente depuis la mi-mars. Surtout depuis que les services de consultations, corps central de l'entreprise, ont dû être mis sur pause en attendant que les restaurateurs reprennent leurs activités. Au départ ce fut le choc, les questionnements, des plans de match à adapter et à remodifier ainsi qu'un site internet à retravailler. Il y a derrière ce projet toute une logistique. Ce n'est pas une mince affaire que de cuisiner entre 50 et 70 repas, deux fois par semaine, dans des installations conçues pour faire des gelatos et des pains artisanaux. Sans oublier toutes les mesures sanitaires supplémentaires à prendre en cette situation de crise. Mais la réponse de la clientèle, les encouragements et tout le support apporté ont su contredire toute statistique.



FB : Atelier culinaire Pierre-Olivier Ferry

Visitez le www.atelierculinaireferry.com pour connaître les bons plats mijotés par notre cuisinier chaque semaine. Vous y trouverez également ses irrésistibles pains artisanaux et de nombreux autres produits régionaux qui accompagneront parfaitement tous vos repas.

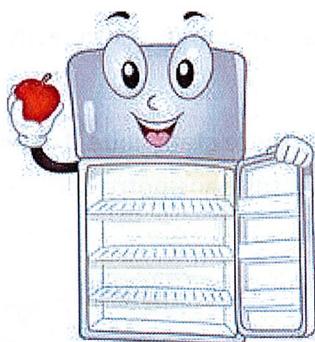
Des nouvelles
de votre CLD!

Mot de la présidente

Ce mois-ci, je tiens avant tout à remercier chaleureusement tous ceux qui ont contribué spontanément au projet de **Frigo Virtuel** du Comité local de développement (CLD) en avril. Grâce à l'appui de notre **maire, Carolle-Anne-Dubé**, et de la **Ville de Métis-sur-Mer** qui n'ont pas hésité à nous verser un généreux don et à nous permettre d'utiliser le Centre des loisirs comme base d'opérations, nous avons été en mesure de passer à l'action dans un temps record. L'école **Metis Beach School** et l'**Église Little Metis Presbyterian Church** ont également fait preuve d'une grande générosité et des membres de la **caserne des pompiers de Métis** et de la **Garde côtière auxiliaire canadienne** ont rapidement proposé leur aide pour la collecte des denrées et la livraison des paniers. Et en seulement quelques jours, nous avons commencé à recevoir des dons en denrées non périssables et en argent non seulement de nos résidents permanents, mais aussi de nos estivants qui malgré la distance qui nous sépare, ont prouvé qu'ils étaient de tout cœur avec nous par leur soutien moral et leur appui financier. En mon nom et au nom de tous ceux qui ont reçu et recevront encore des paniers bien garnis pour les aider à passer à travers la crise : **MERCI À VOUS TOUS!!**

Stéphanie Pépin

Frigo Virtuel



Depuis la mi-avril, nous avons officiellement lancé notre **Frigo Virtuel** pour aider les gens de Métis-sur-Mer et des environs à traverser la pandémie de la COVID-19. Si votre situation actuelle est un peu précaire et que vous avez besoin d'un coup de main, ou si vous connaissez quelqu'un qui a besoin d'aide, n'hésitez pas à communiquer avec **Stéphanie** (418-936-3020 ou svpepin@videotron.ca). Chaque appel ou courriel sera traité confidentiellement et le plus simplement possible. Comme il s'agit d'une aide temporaire, le temps de passer à travers cette crise, nous ne demandons pas aux gens de s'inscrire officiellement pour se qualifier; si vous avez besoin d'aide, nous ferons de notre mieux pour vous aider! Les paniers de nourriture seront livrés par nos pompiers ou des bénévoles de la Garde côtière auxiliaire.

Les **collectes de denrées** se poursuivent au mois de mai. Les **mercredis, de 16h à 19h**, nous serons devant le Centre des loisirs (10, rue de l'Église) pour recevoir vos dons. Des bénévoles seront à l'extérieur pour vous accueillir et veiller à ce que les distances soient respectées entre les personnes.

Soyez assurés que toutes les réglementations relatives à la distanciation physique seront respectées. Des procédures d'assainissement rigoureuses seront également appliquées.

Corvée de nettoyage des berges de Métis-sur-Mer Printemps 2020



Réservez la date : 6 juin 2020

Je ne peux rien vous promettre, **mais ce gros pneu me nargue depuis deux semaines maintenant...** Et je suis certaine qu'il a des amis un peu partout sur les plages de Métis!

La réouverture de l'Écocentre nous permet d'envisager de maintenir cet événement au programme. Si les règlements nous le permettent, et en modifiant la façon de fonctionner au besoin pour respecter les mesures de distanciation physique, le CLD Métis-sur-Mer organisera (en collaboration avec Éco-Mitis si possible) sa corvée de nettoyage

bisannuelle **le 6 juin 2020**.

Comme le prochain Info-Métis sortira très près de la date de l'événement, inscrivez-vous dès maintenant (en écrivant à **Stéphanie** à svpepin@videotron.ca ou par la page Facebook de **CLD Métis-sur-Mer**) pour être tenus au courant des développements et des modifications à la formule de l'événement le cas échéant.

Reconnaisances

Les petits Déjeuners du vendredi

Comme vous le savez, depuis les mesures de confinement, nous avons cessé nos activités au profit de la Salle d'entraînement. Mais, bonne nouvelle : après 20 déjeuners, nos profits sont de 3835\$.

Un grand merci à nos fidèles clientes et clients, et à nos bénévoles : Rita, Diane, Simon, Christine, Marcel, Marjolaine, Noëlla, Francine, Huguette et Alice.

De plus, grâce à la générosité de nos usagers, à la gestion de notre directeur général, M. Stéphane Marcheterre, et à la participation des trois organismes suivants : le CLD Métis-sur-Mer, le Club des 50 ans et + et l'Association socioculturelle de Métis, nous avons fait l'acquisition d'un grille-pain performant.

Prochainement je nous souhaite un retour prudent à nos activités et d'ici là, gardons un bon moral!

Martine Bouchard

Offres d'emploi



Domaine Annie-sur-Mer & Camping Annie sont à la recherche d'un HOMME DE TERRAIN

Homme à tout faire, entretenir les bâtiments et le terrain, connaissances en menuiserie, plomberie, électricité, mécanique petit moteur un atout. Débrouillard, courtois, ponctuel. Vous avez le profil de l'emploi, prière de transmettre votre CV à : Louise@campingunion.com

Ville de Métis-sur-Mer

Animateur en chef de camp de jour

Note : L'emploi exclusif du masculin dans ce document ne vise qu'à en alléger le contenu.

La Ville de Métis-sur-Mer est présentement à la recherche d'un candidat pour combler le poste d'animateur en chef de camp de jour pour l'été 2020. Sous la responsabilité de la coordonnatrice en loisir, l'animateur devra remplir les exigences suivantes :

Tâches :

- Planifier et organiser des activités quotidiennes pour la clientèle des 5 à 12 ans ;
- Sur une base hebdomadaire, remettre à la coordonnatrice en loisir la programmation complète de la semaine à venir.
- Accompagner, animer et assurer la sécurité des jeunes à travers les activités proposées durant l'été ;
- Superviser les autres animateurs dans ses tâches ;
- Participer à l'organisation et à la réalisation des thématiques estivales et des activités spéciales ;
- Participer activement à la vie de camp (chanson, jeux, activités, etc.)
- Recueillir les paiements des parents et balancer le dépôt à la Municipalité ;
- Participer aux réunions de travail ;
- Rédiger un rapport d'évaluation du camp de jour en fin de saison ;
- Toutes autres tâches pouvant être liées à l'emploi.

Exigences :

- Être étudiant fréquentant l'université, le Cégep, la formation professionnelle ou l'école secondaire et être inscrit pour la prochaine année ;
- Être âgé d'au moins 16 ans ;
- Être mature, dynamique, responsable et capable d'autorité sur les jeunes ;
- Posséder son cours de réanimation cardiorespiratoire (RCR) *est un atout*

Conditions de travail :

- Poste saisonnier, temps plein (37h), lundi au vendredi ;
- La durée de l'emploi est de 7 semaines (du 29 juin au 7 août 2020) ;
- En raison de la pandémie qui sévit présentement au Québec, ces dates peuvent changer et même être annulées
- Conditionnellement à l'embauche, assister à un stage de formation sur une fin de semaine ;
- Rémunération : à discuter.

Personne à contacter :

Isabelle Dion, Coordonnatrice en loisir
Adresse : 138, rue Principale, Métis-sur-Mer (Québec) G0J 1S0
Téléphone : 418-566-5916
Courriel : loisir.bds-msm@outlook.com

Toute personne intéressée est priée de soumettre son curriculum vitae durant les heures d'ouverture du bureau municipal par courrier, par courriel ou encore en personne au plus tard le 1 juin 2020 à 16h30.

Ville de Métis-sur-Mer

Animateur de camp de jour

Note : L'emploi exclusif du masculin dans ce document ne vise qu'à en alléger le contenu.

La Ville de Métis-sur-Mer est présentement à la recherche d'un candidat pour combler le poste d'animateur de camp de jour pour l'été 2020. Sous la responsabilité de la coordonnatrice en loisir, l'animateur devra remplir les exigences suivantes :

Tâches :

- Planifier et organiser des activités quotidiennes pour la clientèle des 5 à 12 ans ;
- Sur une base hebdomadaire, remettre à la coordonnatrice en loisir la programmation complète de la semaine à venir.
- Accompagner, animer et assurer la sécurité des jeunes à travers les activités proposées durant l'été ;
- Participer à l'organisation et à la réalisation des thématiques estivales et des activités spéciales ;
- Participer activement à la vie de camp (chanson, jeux, activités, etc.)
- Participer aux réunions de travail ;
- Rédiger un rapport d'évaluation du camp de jour en fin de saison ;
- Toutes autres tâches pouvant être liées à l'emploi.

Exigences :

- Être étudiant fréquentant l'université, le Cégep, la formation professionnelle ou l'école secondaire et être inscrit pour la prochaine année ;
- Être âgé d'au moins 15 ans ;
- Être mature, dynamique, responsable et capable d'autorité sur les jeunes ;
- Posséder son cours de réanimation cardiorespiratoire (RCR) *est un atout*

Conditions de travail :

- Poste saisonnier, temps plein (37h), lundi au vendredi ;
- La durée de l'emploi est de 7 semaines (du 29 juin au 7 août 2020) ;
- En raison de la pandémie qui sévit présentement au Québec, ces dates peuvent changer et même être annulées
- Conditionnellement à l'embauche, assister à un stage de formation sur une fin de semaine ;
- Rémunération : à discuter.

Personne à contacter :

Isabelle Dion

Coordonnatrice en loisir

Adresse : 138, rue Principale, Métis-sur-Mer (Québec) G0J 1S0
Téléphone : 418-566-5916
Courriel : loisir.bds-msm@outlook.com

Toute personne intéressée est priée de soumettre son curriculum vitae durant les heures d'ouverture du bureau municipal par courrier, par courriel ou encore en personne au plus tard le 1 juin 2020 à 16h30.

Avis aux entrepreneurs de Métis-sur-Mer : vous êtes invités à faire connaître vos produits et services dans l'Info Métis - et ce gratuitement !

Communiquez avec Marie-Claude Giroux. (Voir p. 1)

**Cuisinier de village
Mets pour emporter**

ATELIER CULINAIRE PIERRE-OLIVIER FERRY



Mets pour emporter - boulangerie - pâtisserie - farine et autres produits locaux

Suite aux nouvelles consignes du gouvernement, nous vous offrons ce service pour les prochaines semaines. C'est tout simple! Faites votre commande en ligne, payez et ramassez à l'Atelier. La cueillette a lieu de 16 h à 18 h le mercredi et le samedi (sujet à changement). Vous êtes âgés de 70 ans et plus? Vous habitez Métis-sur-Mer? Écrivez-nous après avoir passé votre commande et nous prendrons entente pour la livraison (minimum de 30\$ d'achat avant taxes).

Commandez sur atelierculinaireferry.com - 418-732-4202



Dépanneur Métis-sur-Mer

Tél.: 418-936-3536 | 97, route 132

Nouvel horaire à partir du 4 mai

Lundi au samedi : 7h00 à 21h00

Dimanche : 8h00 à 21h00

Nous espérons revenir à l'horaire normal dès que la situation le permettra.

Le service de livraison se poursuit à 13h du lundi au vendredi.

Nous avons, en main et sur commande, les excellents produits St-Gelais, Poissonnerie de Phare Ouest, Fumerie de l'Est, Fumoir Raoul Roux et la Boulangerie des 3 Sœurs.

Nous remercions toute la population pour l'encouragement soutenu des dernières semaines.

Bruno Leblanc, propriétaire

Services communautaires

Habitations Le Beaulieu - Appartements disponibles

- Avis public de sélection -

L'Office municipal d'habitation (OMH) de Métis-sur-Mer avise les personnes admissibles, résidant au Québec, intéressées à résider dans un logement à loyer modique, qu'un logement est disponible aux Habitations Le Beaulieu (15, rue du Couvent).

Pour présenter votre demande ou pour de plus amples renseignements, veuillez vous adresser à Diane Beaulieu, directrice, 418 772-6030 poste 1100.



Ville de Mitis-sur-Mer

138, Principale, Mitis-sur-Mer, Québec (Québec) G0J 1S0
Tél. : 418-936-3255 | Courrier électronique : metissurmer@mitis.qc.ca



CUEILLETES DES GROS REBUTS

Dorénavant, il ne sera plus nécessaire de communiquer avec le bureau municipal pour la cueillette des gros rebuts. Cependant, vous devez toujours mettre vos articles près de la route la veille des collectes. **Les prochaines dates pour les collectes sont le 27 mai , le 29 juillet et le 30 septembre 2020.** Les matériaux de construction demeurent interdits. Merci.

RAMONAGE DES CHEMINÉES



Le ramonage des cheminées de votre propriété est une procédure simple mais tout à fait essentielle à la prévention des risques d'incendie . L'accumulation de crésote sur les parois internes d'une cheminée représente un risque sérieux d'incendie. De plus, un feu de cheminée peut se propager dans les murs intérieurs et à la toiture du bâtiment.

Vous pouvez consulter la liste des ramoneurs accrédités par l'Association des professionnels du chauffage (APC), reconnue par la Régie du Bâtiment du Québec, à l'adresse internet suivante: www.poelesfoyers.ca

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



Info-prévention COVID-19



SUSPENSION DE LA DÉLIVRANCE DES PERMIS DE BRÛLAGE DOMESTIQUE

En raison de la situation de pandémie qui prévaut actuellement au Québec, votre municipalité suspend pour une durée indéterminée la délivrance des permis de brûlage domestique sur son territoire. Par conséquent, il est interdit de faire des feux en plein air jusqu'à nouvel ordre.

Cette décision est en conformité avec la recommandation de la Société de protection des forêts contre le feu (SOPFEU).

Veillez noter qu'il vous est toutefois possible de faire des feux de camps sans permis si vous utilisez un foyer extérieur conforme muni d'un pare-étincelles.

Vous avez des questions? Contactez-nous!

Renaud Gagnon et Korin Gagné,
Service de sécurité incendie et civile
418 775-8445

CHANGEMENTS DÛS À LA COVID-19

- ◆ Habituellement, **la fête des bénévoles et des nouveaux arrivants** est organisée par la Ville le premier samedi de juin. Dans ce contexte de pandémie, la Ville se doit de reporter cette fête ultérieurement. Merci.
- ◆ Dans ce contexte de pandémie, des nouvelles procédures seront disponibles bientôt pour l'utilisation des **jardins communautaires**. Nous vous communiquerons les détails dès que possible.
- ◆ Les **séances du Conseil de Métis-sur-Mer** se déroulent à huis clos jusqu'à nouvel ordre.
- ◆ Considérant la situation de plusieurs citoyens et citoyennes qui pourrait devenir précaire en raison de la COVID-19, la Ville de Métis-sur-Mer désire venir en aide à ces contribuables **en diminuant le taux d'intérêt applicable à toute créance qui lui est due sur le premier versement de taxes du 19 mars 2020 et sur le deuxième versement de taxes du 11 juin 2020**. Donc, le taux d'intérêt applicable à toute somme impayée à la Ville de Métis-sur-Mer, sur le premier versement de taxes du 19 mars 2020 et sur le deuxième versement de taxes du 11 juin 2020, jusqu'au 30 juin 2020 est établi 0 % par année et ce taux d'intérêt s'applique jusqu'au 1^{er} juillet minuit 2020 et sera rétabli à 10% après cette période. Il est à noter que les dates d'échéances n'ont pas été modifiées, donc pour ceux qui le peuvent, veuillez respecter les échéanciers.

◆ **Budget participatif 2020**

En 2020, la Ville de Métis-sur-Mer a pris la résolution de faire participer ses citoyens dans certaines sphères de la gestion municipale. Étant constamment à la recherche de projets pour dynamiser notre ville, nous désirons inviter la population de Métis-sur-Mer à soumettre des idées en développement touchant le loisir et la culture. À la suite de l'analyse et de la sélection des idées reçues, la Ville s'engage à mettre tous les effectifs en place pour la réalisation d'un de ces projets, et ce, dans les meilleurs délais. Le but de ce budget participatif est d'offrir l'occasion aux citoyennes et citoyens d'exposer au Conseil municipal de Métis-sur-Mer un projet qui leur tient à cœur.

Veillez noter qu'en raison des conditions particulières reliées à la COVID-19, la date butoir afin de présenter un projet dans le cadre du budget participatif 2020 est repoussée du 1er juin au 1er septembre. La réalisation du projet retenu pourra s'étaler sur 2020-2021.

MOT DE LA MAIRESSE



Au moment où j'écris ces lignes, nous en sommes à la huitième journée sans nouveau cas chez nous dans La Mitis.

Merci beaucoup à nous tous qui avons respecté les consignes. Respecter les distances de 2 mètres entre les personnes, se laver les mains, éviter de se toucher le visage, éviter les déplacements inutiles, éviter les rassemblements. Toute personne venant de l'extérieur doit se placer en confinement pour une durée de 14 jours. Pour tous nos résidents, si vous avez à vous déplacer à l'extérieur de nos limites de la région, de grâce ayez le respect des autres et respectez la quarantaine, vous pouvez vous référer à la Loi sur la santé publique.

Les Dépanneur de Métis-sur-Mer **418-936-3536** et Chez B **418-772-6229** peuvent faire la livraison à domicile, l'Atelier culinaire Pierre-Oliver Ferry prépare des repas à emporter ainsi que du pain et peut livrer à domicile aux 70 ans et plus **418-732-4202**.

IGA Marché Desjardins fait aussi la livraison à Métis-sur-Mer avec le taxi, **418-775-8915**.

Alimentation J.P. Durette Metro + fait aussi la livraison à Métis-sur Mer, **418-775-8848**.

Les pharmacies affiliées à Uniprix **418-775-8841** et la Pharmacie Éric St-Laurent affiliée à Brunet **418-775-5175** font aussi la livraison à Métis-sur-Mer.

Vous croyez avoir des symptômes de COVID-19 (fièvre, toux, difficultés respiratoires), vous téléphonez au 1-877-644-4545 avant de vous présenter à l'hôpital ou chez le médecin.

Vous voulez savoir si les divers organismes offrent encore des services, vous téléphonez au 418-775-8445 poste 2990, on vous demandera pour quelle municipalité alors vous indiquez Métis-sur-Mer et une personne de la MRC vous répondra. Ceci est pour éviter de surcharger les lignes téléphoniques des divers organismes.

Les consignes gouvernementales sont pour toutes et tous de tous les âges.

Il y a des points de presse à tous les jours, écoutez les.

Merci à tous ceux et celles qui travaillent à tous les niveaux pour que nous restions en bonne santé. Merci à toutes les personnes bénévoles. Soyons fiers d'être Métisiens et Métissiennes.

Carolle-Anne Dubé

Le Mot vert du mois – « Pandémie et ménage de printemps »

C'est le temps des ménages de printemps, des travaux à l'extérieur et du raclage de terrain. En temps normal, vous vous dirigez ensuite vers votre écocentre pour vous départir de vos matériaux de construction, vos meubles usagés, vos appareils électroniques désuets, vos peintures, huiles et batteries et vos branches, feuilles et rognures de gazon. Comme vous le savez, on est loin d'être en temps normal!

L'Écocentre de La Mitis avait dû fermer afin de répondre aux mesures exceptionnelles durant la pandémie. Par contre, depuis le 21 avril 2020, les portes sont de nouveau ouvertes aux citoyens sous certaines conditions, dont :

- Un nombre restreint de véhicules sera accepté sur le terrain en même temps afin de respecter en tout temps les mesures de distanciation sociale de 2 mètres;
- Les citoyens seront seuls responsables de la disposition des matières aux bons endroits. Un employé assurera un bon triage, mais ne pourra manipuler les matières;
- Aucune vente ou don de matières ne sera fait;
- Tout non-respect des consignes et mesures sanitaires sera pris très au sérieux et impliquera des sanctions sévères.

Afin d'assurer le bon fonctionnement, il est recommandé de trier vos matières avant de les apporter et de bien sécuriser votre chargement afin d'éviter de perdre des morceaux en chemin.

Votre Écocentre est situé au 428, avenue Roger-Marcoux. L'accès se fait par le chemin Perreault Est, près de l'aéroport. Les heures d'ouverture peuvent varier afin de répondre aux besoins et à la capacité de respecter les mesures sanitaires.

Pour plus d'information sur l'Écocentre de La Mitis, visitez le www.ecoregie.ca ou téléphonez au 418 775-8445, poste 2280.

Vincent Dufour, coordonnateur en gestion des matières résiduelles

Site web : www.ecoregie.ca

Courriel: matresi@mitis.qc.ca

Tél. : 418-775-8445, poste 1138