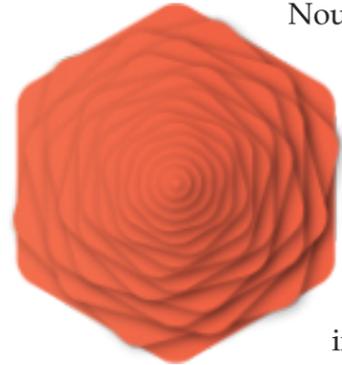




# Info Métis

## Bulletin municipal



Nous avons identifié quatre grands domaines de travail lors de la consultation publique sur la planification stratégique de notre Ville en 2022, qui nous aidera à orienter nos interventions sur les enjeux actuels et futurs de notre communauté. Ces enjeux, bien qu'ils soient étroitement liés, nécessitent une réflexion plus spécialisée et approfondie.

Nous vous invitons à réfléchir avec nous et à former quatre comités de travail. Cette implication temporaire nous aidera à dessiner le visage de Métis-sur-Mer de demain.

Nous sommes à la recherche de bénévoles pour participer à nos chantiers. Si vous avez les compétences et le temps nécessaires, c'est le moment idéal pour vous impliquer. En postulant, vous acceptez de participer à des rencontres avec d'autres intervenants et partenaires. Les modalités et dates importantes seront bientôt disponibles. Alors, n'hésitez pas et prenez part à cette aventure collective !

Voici nos quatre chantiers :

- **Territoire et infrastructure** : amélioration des infrastructures et protection du territoire.
- **Vitalité sociodémographique** : attirer de nouvelles familles, bâtir une communauté vibrante.
- **Développement durable** : Miser sur le savoir-faire local, encourager les investissements.
- **Capacités organisationnelles municipales** : développement de politiques.

Pour postuler, veuillez faire parvenir les informations suivantes à l'adresse [adj.metissurmer@mitis.qc.ca](mailto:adj.metissurmer@mitis.qc.ca)

- **Courte description de vous-même** : principaux centres d'intérêts, compétences ou expériences professionnelles significatives, aptitudes à développer les chantiers.
- **Le ou les chantiers auxquels vous désirez participer.**

Nous attendons avec impatience de nous rassembler à nouveau pour travailler ensemble sur un avenir commun.

**Conseil municipal de la Ville de Métis-sur-Mer**



Ville de  
**MÉTIS-SUR-MER**

Prochaine date de tombée : **Lundi 6 mars 2023**  
Communiquez avec nous: [patric.noya@infometis.ca](mailto:patric.noya@infometis.ca)  
Si vous désirez recevoir l'INFO MÉTIS par courriel,  
simplement en faire la demande.



# Info Métis

## Municipal Newsletter



We have identified four major areas of work during the public consultation on our city's strategic planning in 2022, which will help guide our interventions on current and future issues in our community. These issues, although closely related, require more specialized and in-depth reflection.

We invite you to reflect with us and form four working committees. This temporary involvement will help us shape the face of Métis-sur-Mer tomorrow.

We are looking for volunteers to participate in our projects. If you have the necessary skills and time, this is the perfect opportunity to get involved. By applying, you agree to participate in meetings with other stakeholders and partners. The terms and important dates will be available soon. So don't hesitate and join this collective adventure!

Here are our four projects:

- **Territory and infrastructure:** improving infrastructure and protecting the territory.
- **Sociodemographic vitality:** attracting new families, building a vibrant community.
- **Sustainable development:** leveraging local know-how, encouraging investments.
- **Municipal organizational capacities:** policy development.

To apply, please send the following information to [adj.metissurmer@mitis.qc.ca](mailto:adj.metissurmer@mitis.qc.ca):

- **Short description of yourself:** main interests, skills or significant professional experiences, abilities to develop the projects.
- **The project(s) you wish to participate in.**

We look forward to coming together again to work on a common future.

**Municipal Council of Métis-sur-Mer**



Ville de  
**MÉTIS-SUR-MER**

Next deadline: **Monday, March 6, 2023**  
Contact us: [patric.noya@infometis.ca](mailto:patric.noya@infometis.ca)  
If you would like to receive the Info Métis via  
email, please just ask!

VOTRE OPINION POUR CONSTRUIRE  
COLLECTIVEMENT L'AVENIR DE MÉTIS-SUR-MER



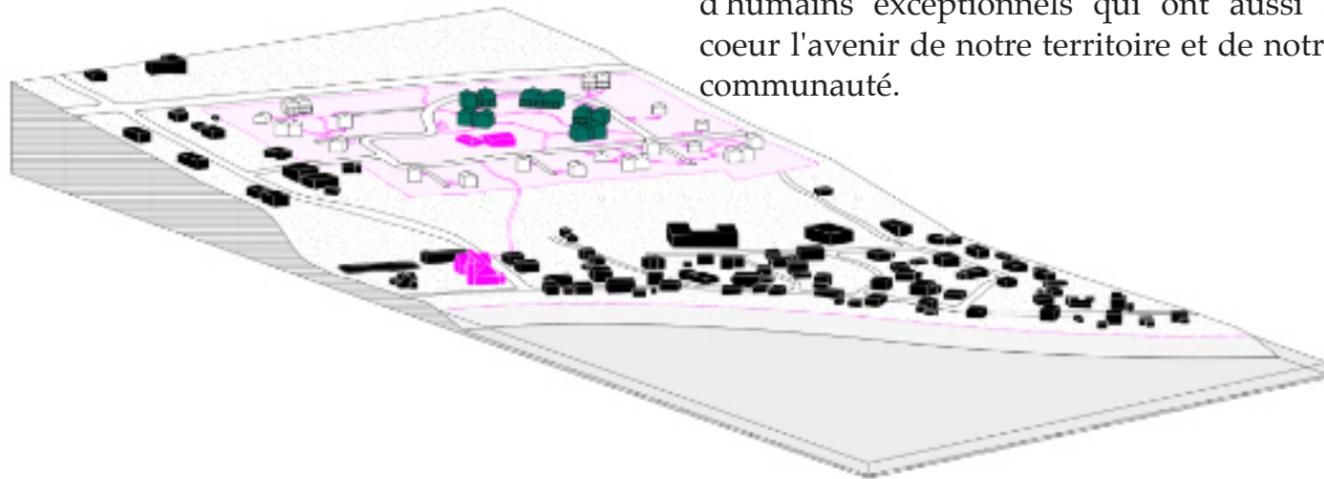
PRENEZ 10 MINUTES DE VOTRE TEMPS AUJOURD'HUI  
POUR BÂTIR DEMAIN AVEC NOUS

[www.cmetis.org](http://www.cmetis.org)

Chers habitants, amis, partenaires et collaborateurs de Métis-sur-Mer,

C'est avec beaucoup d'enthousiasme que je vous annonce le lancement d'une **consultation publique concernant** notre projet d'écoquartier écoresponsable qui sera situé à la Place des Marronniers dont nous avons publiquement fait l'annonce le 20 février dernier.

Basées sur des principes de cocréation, toutes les phases des projets d'écoquartiers de CMētis - du financement à la construction en passant par la conception - se feront en harmonie avec les besoins des milieux, par et pour les communautés. Pas la peine de vous annoncer que j'ai une immense fierté à créer un projet d'envergure aussi sain pour nos générations futures, et ce, dans ma ville natale et en compagnie d'humains exceptionnels qui ont aussi à coeur l'avenir de notre territoire et de notre communauté.



*Exemple d'une modélisation tridimensionnelle du futur écoquartier de Métis-sur-Mer sur laquelle vous serez amené à vous exprimer dans le cadre du sondage.*



YOUR OPINION TO COLLECTIVELY BUILD THE  
FUTURE OF MÉTIS-SUR-MER



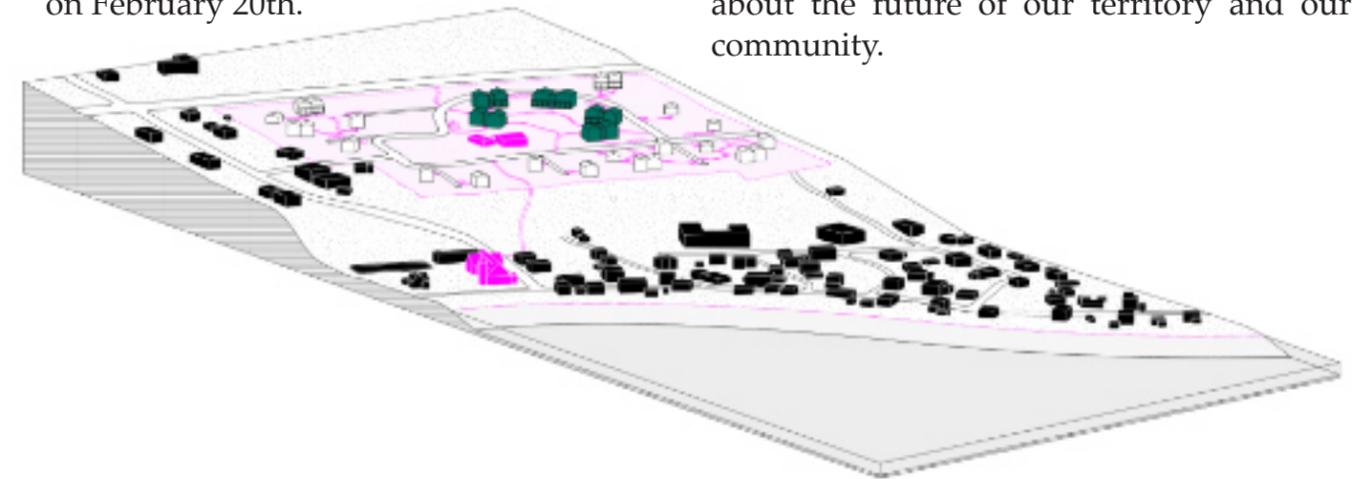
TAKE 10 MINUTES OF YOUR TIME TODAY  
TO BUILD TOMORROW WITH US

[www.cmetis.org](http://www.cmetis.org)

Dear residents, friends, partners, and collaborators of Métis-sur-Mer,

It is with great enthusiasm that I announce to you the launch of a **public consultation concerning** our eco-responsible eco-neighborhood project, which will be located at Place des Marronniers, as we publicly announced on February 20th.

Based on co-creation principles, all phases of CMētis eco-neighborhood projects - from financing to construction, through design - will be done in harmony with the needs of communities, by and for the communities. Needless to say, I am immensely proud to create such a significant project for the future generations, in my hometown and with exceptional humans who also care about the future of our territory and our community.



*Example of a three-dimensional modeling of the future eco-neighborhood of Métis-sur-Mer on which you will be asked to express yourself as part of the survey.*



Aujourd'hui, je fais appel à chacun d'entre vous, ainsi qu'à votre réseau afin de participer proactivement à ce projet innovant qui est, d'ailleurs, le premier partenariat public-collectif (PPC) au Québec.

Pour l'instant, tout est à discuter, réfléchir et analyser donc **ce que vous avez à faire est simple : nous donner votre opinion en participant à un sondage en ligne** où nous vous soumettons des idées, plans d'architecte et questions ouvertes.

Pour la Ville de Métis-sur-Mer comme pour mon équipe, il est essentiel d'avoir le maximum de participation à ce sondage dans le but de développer, ensemble, une vision commune quant aux véritables besoins de nos concitoyens.

Pour nous, c'est un premier pas concret vers les orientations stratégiques que nous nous sommes récemment données ensemble dans le cadre de notre Plan stratégique 2030 : bâtissons collectivement le futur de notre jolie Ville ensemble.

**La consultation publique pour le projet pilote d'écoquartier de Métis-sur-Mer se fait présentement en ligne au [www.cmetis.org](http://www.cmetis.org) et nous vous demandons de faire circuler au maximum l'information et d'y participer proactivement!**

Mes plus sincères remerciements pour votre contribution,

---

**Philippe Dufort**  
PDG de CMētis et expert en innovation sociale  
[dufort@cmetis.org](mailto:dufort@cmetis.org)

---



Today, I appeal to each and every one of you, as well as your network, to actively participate in this innovative project, which is, by the way, the first public-collective partnership (PPC) in Quebec.

For now, everything is up for discussion, reflection, and analysis, so what you need to do is simple: give us your opinion by participating in an online survey where we present you with ideas, architect plans, and open-ended questions.

For the City of Métis-sur-Mer and my team, it is essential to have maximum participation in this survey to develop, together, a common vision regarding the real needs of our fellow citizens.

For us, this is a concrete first step towards the strategic directions that we have recently jointly established in the framework of our 2030 Strategic Plan: collectively building the future of our beautiful city together.

**The public consultation for the pilot project of Métis-sur-Mer's eco-neighborhood is currently taking place online at [www.cmetis.org](http://www.cmetis.org), and we ask you to circulate the information as widely as possible and to participate proactively!**

My sincere thanks for your contribution,

---

Philippe Dufort  
CEO of CMētis and social innovation expert  
[dufort@cmetis.org](mailto:dufort@cmetis.org)

---



### QUELQUES MOTS SUR CMĒTIS

CMētis est un organisme à but non lucratif (OBNL) à haut impact de transformation sociale intégrant les expertises de la conception, de la construction et du développement immobilier écologique. Il met à disposition des collectivités les ressources permettant un design social de leurs territoires selon les principes d'inclusion, de mixité et de justice socio-environnementale. Pour plus de renseignements, visitez le [www.cmetis.org](http://www.cmetis.org).



### A FEW WORDS ABOUT CMĒTIS

CMētis is a high-impact non-profit organization integrating expertise in ecological design, construction, and real estate development to provide communities with the resources to socially design their territories according to the principles of inclusion, diversity, and socio-environmental justice. For more information, visit the website [www.cmetis.org](http://www.cmetis.org).



# Ville de MÉTIS-SUR-MER

138, Principale, Métis-sur-Mer, Québec

Tél. : 418-936-3255

Courrier électronique : metissurmer@mitis.qc.ca



## AVIS PUBLIC AUX RÉSIDENTS DE MÉTIS-SUR-MER

### ADOPTION DU RÈGLEMENT 23-163 MODIFIANT LE RÈGLEMENT 16-99 CONCERNANT LES ANIMAUX SUR LE TERRITOIRE DE LA VILLE DE MÉTIS-SUR-MER

AVIS PUBLIC est par les présentes donné par le soussigné, Stéphane Marcheterre, Directeur général et secrétaire-trésorier que le Conseil municipal de Métis-sur-Mer a adopté, le 6 février 2023, un règlement portant le numéro 23-163 modifiant le règlement 16-99 concernant les animaux sur le territoire de la ville de Métis-sur-Mer. Tous les intéressés peuvent prendre connaissance du dit règlement au bureau municipal.

Ce règlement entre en vigueur conformément à la Loi.

AVIS DONNÉ À MÉTIS-SUR-MER, ce 7<sup>e</sup> jour du mois de février 2023.

\_\_\_\_\_  
Stéphane Marcheterre  
Directeur général et secrétaire-trésorier

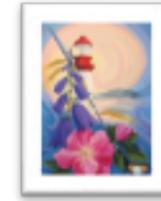
### RÈGLEMENT NUMÉRO 23-164 ÉTABLISSANT LE CODE D'ÉTHIQUE ET DE DÉONTOLOGIE DES ÉLUS DE LA VILLE DE LA VILLE DE MÉTIS-SUR-MER ET ABROGEANT LE RÈGLEMENT NUMÉRO 17-119

AVIS PUBLIC est par les présentes donné par le soussigné, Stéphane Marcheterre, Directeur général et secrétaire-trésorier que le Conseil municipal de Métis-sur-Mer a adopté, le 6 février 2023, un règlement portant le no.23-164 établissant le code d'éthique et de déontologie de la Ville de Métis-sur-Mer et abrogeant le règlement numéro 17-119. Tous les intéressés peuvent prendre connaissance du dit règlement au bureau municipal.

Ce règlement entre en vigueur conformément à la Loi.

AVIS DONNÉ À MÉTIS-SUR-MER, ce 7<sup>e</sup> jour du mois de février 2023.

\_\_\_\_\_  
Stéphane Marcheterre  
Directeur général et secrétaire-trésorier



# Ville de MÉTIS-SUR-MER

138, Principale, Métis-sur-Mer, Québec

Tél. : 418-936-3255

Courrier électronique : metissurmer@mitis.qc.ca



## PUBLIC NOTICE TO RESIDENTS OF METIS –SUR-MER

### REGULATION 23-163 AMENDING REGULATION 16-99 CONCERNING ANIMALS IN MÉTIS-SUR-MER

PUBLIC NOTICE is hereby given by the undersigned, Stéphane Marcheterre, Director General and secretary treasurer that the municipal council of Métis-sur-Mer adopted, on February 6 2023, regulation 23-163 amending regulation 16-99 concerning animals in Métis-sur-Mer. Any interested party may consult the said By-Law at the office of the Municipality.

This By-Law comes into effect in accordance with the Law.

GIVEN AT MÉTIS-SUR-MER this 7<sup>th</sup> day of February 2023.

\_\_\_\_\_  
Stéphane Marcheterre  
Director General and secretary treasurer

### BY-LAW NUMBER 23-164 ESTABLISHING THE CODE OF ETHICS AND PROFESSIONAL CONDUCT FOR ELECTED OFFICIALS OF THE TOWN OF MÉTIS-SUR-MER AND REPEALING BY-LAW NUMBER 17-119

PUBLIC NOTICE is hereby given by the undersigned, Stéphane Marcheterre, Director General and Secretary-treasurer that the Municipal Council of Métis-sur-Mer adopted, on February 6, 2023, a by-law bearing number 23-164 establishing the code of ethics and professional conduct of Métis-sur-Mer and repealing by-law number 17-119. All interested persons may consult the said by-law at the municipal office.

This by-law comes into effect in accordance with the Law.

GIVEN AT MÉTIS-SUR-MER, this 7<sup>th</sup> day of February 2023.

\_\_\_\_\_  
Stéphane Marcheterre  
Director General and secretary treasurer



Ville de **MÉTIS-SUR-MER**

Tél. : 418-936-3255

Courrier électronique : metissurmer@mitis.qc.ca



## AVIS PUBLIC

### PROJET DE RÈGLEMENT NUMÉRO 23-164 ÉTABLISSANT LE CODE D'ÉTHIQUE ET DE DÉONTOLOGIE DES ÉLUS DE LA VILLE DE LA VILLE DE MÉTIS-SUR-MER ET ABROGEANT LE RÈGLEMENT NUMÉRO 17-119

Conformément aux dispositions de l'article 12 de la Loi sur l'éthique et la déontologie en matière municipale,

**AVIS PUBLIC** est, par les présentes, donné aux contribuables de la Ville de Métis-sur-Mer par le soussigné, Stéphane Marcheterre, Directeur général et secrétaire-trésorier de la Ville de Métis-sur-Mer,

1. QUE, lors de la séance ordinaire du 16 janvier 2023, un avis de motion a été donné à l'égard du règlement numéro 23-164 par M. le Conseiller Simon Brochu, établissant le code d'éthique et de déontologie des élus de la Ville de Métis-sur-Mer et abrogeant le règlement numéro 17-119 et un projet de règlement a été présenté.

2. QUE l'adoption d'un code d'éthique et de déontologie pour les membres du conseil municipal est imposée par la Loi sur l'éthique et la déontologie en matière municipale.

3. QUE le projet de règlement numéro 23-164 peut être résumé ainsi qu'il suit :

Le code d'éthique et de déontologie des élus de la Ville de Métis-sur-Mer poursuit les buts suivants :

- Accorder la priorité aux valeurs qui fondent les décisions d'un membre du conseil municipal de la Ville et contribuer à une meilleure compréhension des valeurs de la municipalité;

- Instaurer des normes de comportement qui favorisent l'intégration de ces valeurs dans le processus de prise de décision des élus et, de façon générale, dans leur conduite à ce titre;

- Prévenir les conflits éthiques et, s'il en survient, aider à les résoudre efficacement et, avec discernement;

- Assurer l'application des mesures de contrôle aux manquements déontologiques.

Les valeurs mises de l'avant par la municipalité, telles qu'énoncées à l'article 5 du projet de règlement, sont :

**5.1 Intégrité des membres du conseil .** L'intégrité implique de faire preuve de probité et d'une honnêteté au-dessus de tout soupçon.

**5.2 Honneur rattaché aux fonctions de membre du conseil.** L'honneur exige de rester digne des fonctions confiées par les citoyens.

*Suite à la page suivante*



Ville de **MÉTIS-SUR-MER**

Tél. : 418-936-3255

Courrier électronique : metissurmer@mitis.qc.ca



## AVIS PUBLIC

### PROJET DE RÈGLEMENT NUMÉRO 23-164 ÉTABLISSANT LE CODE D'ÉTHIQUE ET DE DÉONTOLOGIE DES ÉLUS DE LA VILLE DE LA VILLE DE MÉTIS-SUR-MER ET ABROGEANT LE RÈGLEMENT NUMÉRO 17-119

Conformément aux dispositions de l'article 12 de la Loi sur l'éthique et la déontologie en matière municipale,

**AVIS PUBLIC** est, par les présentes, donné aux contribuables de la Ville de Métis-sur-Mer par le soussigné, Stéphane Marcheterre, Directeur général et secrétaire-trésorier de la Ville de Métis-sur-Mer,

1. QUE, lors de la séance ordinaire du 16 janvier 2023, un avis de motion a été donné à l'égard du règlement numéro 23-164 par M. le Conseiller Simon Brochu, établissant le code d'éthique et de déontologie des élus de la Ville de Métis-sur-Mer et abrogeant le règlement numéro 17-119 et un projet de règlement a été présenté.

2. QUE l'adoption d'un code d'éthique et de déontologie pour les membres du conseil municipal est imposée par la Loi sur l'éthique et la déontologie en matière municipale.

3. QUE le projet de règlement numéro 23-164 peut être résumé ainsi qu'il suit :

Le code d'éthique et de déontologie des élus de la Ville de Métis-sur-Mer poursuit les buts suivants :

- Accorder la priorité aux valeurs qui fondent les décisions d'un membre du conseil municipal de la Ville et contribuer à une meilleure compréhension des valeurs de la municipalité;

- Instaurer des normes de comportement qui favorisent l'intégration de ces valeurs dans le processus de prise de décision des élus et, de façon générale, dans leur conduite à ce titre;

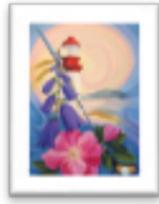
- Prévenir les conflits éthiques et, s'il en survient, aider à les résoudre efficacement et, avec discernement;

- Assurer l'application des mesures de contrôle aux manquements déontologiques.

Les valeurs mises de l'avant par la municipalité, telles qu'énoncées à l'article 5 du projet de règlement, sont :

**5.1 Intégrité des membres du conseil .** L'intégrité implique de faire preuve de probité et d'une honnêteté au-dessus de tout soupçon.

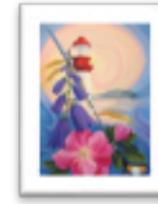
**5.2 Honneur rattaché aux fonctions de membre du conseil.** L'honneur exige de rester digne des fonctions confiées par les citoyens.



Ville de **MÉTIS-SUR-MER**

Tél. : 418-936-3255

Courrier électronique : metissurmer@mitis.qc.ca



Ville de **MÉTIS-SUR-MER**

Tél. : 418-936-3255

Courrier électronique : metissurmer@mitis.qc.ca



**5.3 Prudence dans la poursuite de l'intérêt public.** La prudence commande à tout membre du conseil d'assumer ses responsabilités face à la mission d'intérêt public qui lui incombe de façon objective et avec discernement. La prudence implique de se renseigner suffisamment, de réfléchir aux conséquences de ses actions et d'examiner les solutions alternatives. L'intérêt public implique de prendre des décisions pour le plus grand bien de la collectivité et non à l'avantage d'intérêts privés ou personnels au détriment de l'intérêt public.

**5.4 Respect et civilité envers les autres membres du conseil de la municipalité, les employés de celle-ci et les citoyens.** De façon générale, le respect exige de traiter toutes les personnes avec égard et considération. La civilité implique de faire montre de courtoisie, politesse et de savoir-vivre.

**5.5 Loyauté envers la Municipalité.** La loyauté demande de s'acquitter de ses fonctions dans le meilleur intérêt de la Municipalité, avec objectivité et indépendance d'esprit. Elle implique de faire abstraction de ses intérêts personnels et de les divulguer en toute transparence, conformément aux règles applicables. De plus, la loyauté implique de respecter les décisions prises par le conseil.

**5.6 Recherche de l'équité.** L'équité implique de faire preuve d'impartialité, soit avoir une conduite objective et indépendante, et de

considérer les droits de chacun. L'équité exige de ne faire aucune discrimination..

Les règles de conduite instaurées audit projet de règlement ont pour objectifs, notamment, de prévenir :

- Toute situation où l'intérêt personnel du membre du conseil peut influencer son indépendance de jugement dans l'exercice de ses fonctions;
- Toute situation qui irait à l'encontre des articles 304 et 361 de la Loi sur les élections et les référendums dans les municipalités;
- Le favoritisme, la malversation, les abus de confiance ou autres inconduites.

4. QU'il est prévu que le conseil municipal procède à l'adoption du règlement numéro 23-164 lors de la séance ordinaire qui se tiendra le 6 février 2023, à 19h30 à la salle du conseil.

5. QUE toute personne intéressée peut prendre connaissance du projet de règlement en s'adressant au soussigné, au bureau municipal, 138 Principale Métis-sur-Mer, durant les heures d'ouverture.

**Donné à Métis-sur-Mer, le 25 janvier 2023.**

---

Stéphane Marcheterre  
Directeur Général et secrétaire-trésorier

---

**5.3 Prudence dans la poursuite de l'intérêt public.** La prudence commande à tout membre du conseil d'assumer ses responsabilités face à la mission d'intérêt public qui lui incombe de façon objective et avec discernement. La prudence implique de se renseigner suffisamment, de réfléchir aux conséquences de ses actions et d'examiner les solutions alternatives. L'intérêt public implique de prendre des décisions pour le plus grand bien de la collectivité et non à l'avantage d'intérêts privés ou personnels au détriment de l'intérêt public.

**5.4 Respect et civilité envers les autres membres du conseil de la municipalité, les employés de celle-ci et les citoyens.** De façon générale, le respect exige de traiter toutes les personnes avec égard et considération. La civilité implique de faire montre de courtoisie, politesse et de savoir-vivre.

**5.5 Loyauté envers la Municipalité.** La loyauté demande de s'acquitter de ses fonctions dans le meilleur intérêt de la Municipalité, avec objectivité et indépendance d'esprit. Elle implique de faire abstraction de ses intérêts personnels et de les divulguer en toute transparence, conformément aux règles applicables. De plus, la loyauté implique de respecter les décisions prises par le conseil.

**5.6 Recherche de l'équité.** L'équité implique de faire preuve d'impartialité, soit avoir une conduite objective et indépendante, et de considérer les droits de chacun. L'équité

exige de ne faire aucune discrimination..

Les règles de conduite instaurées audit projet de règlement ont pour objectifs, notamment, de prévenir :

- Toute situation où l'intérêt personnel du membre du conseil peut influencer son indépendance de jugement dans l'exercice de ses fonctions;
- Toute situation qui irait à l'encontre des articles 304 et 361 de la Loi sur les élections et les référendums dans les municipalités;
- Le favoritisme, la malversation, les abus de confiance ou autres inconduites.

4. QU'il est prévu que le conseil municipal procède à l'adoption du règlement numéro 23-164 lors de la séance ordinaire qui se tiendra le 6 février 2023, à 19h30 à la salle du conseil.

5. QUE toute personne intéressée peut prendre connaissance du projet de règlement en s'adressant au soussigné, au bureau municipal, 138 Principale Métis-sur-Mer, durant les heures d'ouverture.

**Donné à Métis-sur-Mer, le 25 janvier 2023.**

---

Stéphane Marcheterre  
Directeur Général et secrétaire-trésorier

---



Ville de **MÉTIS-SUR-MER**

Tél. : 418-936-3255

Courrier électronique : metissurmer@mitis.qc.ca



## AVIS PUBLIC AUX RÉSIDANTS DE MÉTIS-SUR-MER

### PROGRAMME GÉNÉRAL D'INDEMNISATION ET D'AIDE FINANCIÈRE LORS DE SINISTRES RÉELS OU IMMINENTS - TEMPÊTE HIVERNALE SURVENUE LES 23 ET 24 DÉCEMBRE 2022, DANS DES MUNICIPALITÉS DU QUÉBEC.

La Ville de Métis-sur-Mer ainsi que ses citoyens pourraient bénéficier d'une assistance financière en vertu du programme mentionné ci-dessus, s'ils sont admissibles.

Pour se prévaloir de ce programme, les sinistrés ont jusqu'au 17 avril 2023 pour faire une demande de réclamation au ministère de la Sécurité publique. À cet effet, nous comptons sur votre collaboration pour leur communiquer les renseignements utiles afin de les aider dans leur démarche.

Selon le programme, les sinistrés sont :

- des particuliers, en raison de dommages à leurs biens essentiels ou de frais d'hébergement temporaire;
- des entreprises ou des entreprises agricoles;
- des propriétaires de bâtiments locatifs; des municipalités;

- des organismes communautaires ayant porté aide et assistance.

Nous vous invitons à prendre connaissance du chapitre 5 du programme pour connaître les préjudices et l'assistance financière admissibles pour la Ville. La demande de

réclamation doit être présentée à l'aide du formulaire prévu à cet effet. Toute résolution municipale à l'appui des demandes d'assistance financière faites auprès d'autres ministères ou organismes gouvernementaux doit y être jointe.

Pour toute question, n'hésitez pas à communiquer avec nous par téléphone à l'un des numéros suivants :

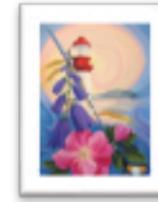
Région de Québec: 418 643-2433

Ailleurs, sans frais: 1888 643-2433



## DANGER DE GEL: LAISSER COULER L'EAU

La ville de Métis-sur-Mer demande aux utilisateurs du réseau d'aqueduc **qui ont déjà subi des problèmes d'eau gelée** de laisser couler un léger filet d'eau d'un robinet de leur résidence pour éviter les dangers de gel de tuyaux causés par la rigueur de l'hiver.



Ville de **MÉTIS-SUR-MER**

Tél. : 418-936-3255

Courrier électronique : metissurmer@mitis.qc.ca



## PUBLIC NOTICE TO RESIDENTS OF MÉTIS-SUR-MER

### GENERAL COMPENSATION AND FINANCIAL ASSISTANCE PROGRAM FOR ACTUAL OR IMPENDING LOSSES - WINTER STORM THAT OCCURRED ON DECEMBER 23 AND 24, 2022, IN QUEBEC MUNICIPALITIES

The Town of Métis-sur-Mer and its citizens may be eligible for financial assistance under the program mentioned above.

To take advantage of this program, those affected have until April 17, 2023, to submit a claim to the Ministry of Public Safety. We rely on your cooperation to provide them with useful information to assist them in their efforts.

According to the program, those affected are:

- individuals, due to damage to their essential property or temporary housing expenses;
- businesses or agricultural businesses;
- owners of rental buildings; municipalities;
- community organizations that have provided aid and assistance.

We invite you to review Chapter 5 of the program to learn about the eligible damages and financial assistance for the town. The claim must be submitted using the designated form, and any municipal resolution in support of financial assistance requests made to other government ministries or agencies must be included.

If you need any clarification, please do not hesitate to contact us by phone at one of the following numbers:

Quebec Region: 418 643-2433

Elsewhere, toll-free: 1-888-643-2433



## DANGER OF FREEZING: LET WATER RUN

The Town of Métis-sur-Mer asks users of the aqueduct network **who had frozen water problems before** to let run a small stream of water from a tap in their residence to avoid the dangers of pipes freezing caused by the severity of winter.



Ville de **MÉTIS-SUR-MER**

Tél. : 418-936-3255

Courrier électronique : metissurmer@mitis.qc.ca



## LA SANTÉ ET LE BIEN-ÊTRE DES HOMMES

Le 19 novembre 2022 avait lieu la Journée québécoise pour la santé et le bien-être des hommes (JQSBEH).

Cette 9e édition se tenait sous le thème : **Parler, ça fait du bien.** Dans le même sens que le message porté lors de cette journée, la Direction des programmes de santé mentale et dépendance du CISSS du Bas-Saint-Laurent s'inscrit dans la même vision que la JQSBEH et souhaite transmettre le message suivant à la clientèle masculine :

« **T'as le droit de ne pas bien aller. Un gars peut avoir besoin de parler** ».

En effet, les études démontrent clairement que les hommes vivant de la détresse psychologique tardent à demander de l'aide et connaissent peu les ressources disponibles.

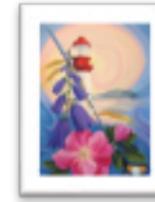
Pour contribuer à la promotion de la demande d'aide chez les hommes, nous vous invitons à diffuser l'affiche jointe à cette lettre, en la disposant dans des lieux visibles où les hommes pourront les voir. Il peut s'agir d'installations municipales, d'installations sportives et de loisirs ou encore de lieux publics (dépanneurs, restaurants, caisses, épicerie, bibliothèques, etc.). Vous pouvez également les disposer dans les lieux de travail à forte densité masculine.

Au besoin, la version électronique des documents est disponible sur le site web du CISSS du Bas-Saint-Laurent, dans la section [Santé et bien-être des hommes](#).

C'est en travaillant de façon collective pour favoriser la santé et le bien-être des hommes que nous pourrions contribuer, tous ensemble, à briser les tabous qui entourent la demande d'aide et créer des espaces empreints d'ouverture où les hommes se sentiraient accueillis sans jugement.



Catherine Gallant-Revelin  
Répondante régionale en Santé et bien-être des hommes du CISSS du Bas-Saint-Laurent



Ville de **MÉTIS-SUR-MER**

Tél. : 418-936-3255

Courrier électronique : metissurmer@mitis.qc.ca



## MEN'S HEALTH AND WELL-BEING

On November 19, 2022, the Quebec Day for Men's Health and Well-being took place.

This 9th edition was held under the theme: **Talking, it feels good.** In line with the message conveyed on this day, the Mental Health and Addiction Programs Directorate of the CISSS of Lower-Saint-Lawrence shares the same vision as the Quebec Day for Men's Health and Well-being and wishes to convey the following message to male clients:

“It's okay to not be okay. A guy may need to talk.”

Indeed, studies clearly show that men experiencing psychological distress delay seeking help and are unfamiliar with available resources.

To contribute to promoting help-seeking among men, we invite you to distribute the poster attached to this letter, placing it in visible locations where men can see them. These can be municipal facilities, sports and leisure facilities, or public places such as convenience stores, restaurants, banks, grocery stores, libraries, etc. You can also place them in workplaces with a high male density.

If necessary, electronic versions of the documents are available on the website of the CISSS of Lower-Saint-Lawrence, in the [Santé et bien-être des hommes](#).

It is by working collectively to promote men's health and well-being that we can all contribute to breaking down taboos surrounding help-seeking and create spaces that are open and welcoming to men without judgment.



Catherine Gallant-Revelin  
CISSS of Lower-Saint-Lawrence Regional Men's Health and Wellness Respondent



Ville de **MÉTIS-SUR-MER**

Tél. : 418-936-3255

Courrier électronique : [metissurmer@mitis.qc.ca](mailto:metissurmer@mitis.qc.ca)



Ville de **MÉTIS-SUR-MER**

Tél. : 418-936-3255

Courrier électronique : [metissurmer@mitis.qc.ca](mailto:metissurmer@mitis.qc.ca)



# ACTIVITÉS HIVERNALES 2023

COMITÉ DES LOISIRS DE MÉTIS-SUR-MER



**18  
FÉVRIER**

**RANDONNÉE AUX  
FLAMBEAUX**  
PRÊT DE RAQUETTES SUR PLACE  
SUIVI D'UN FEU DE JOIE AVEC  
GUIMAUVES  
19H-20H30 : ÉCOLE L'ENVOL

## SUPERBOWL

12H30 : OILERS VS CANADIENS  
15H30 : BINGO EXPRESS  
16H30 : SOUPER  
18H30 : SUPERBOWL

AU CENTRE DES LOISIRS (10, RUE DE L'ÉGLISE)

**12  
FÉVRIER**



## BALLON BALAIS

19H00 À LA PATINOIRE



**25  
FÉVRIER**

## GLISSADE BOULE ROCK

14H-16H

**26  
FÉVRIER**



Pour toutes les informations, consultez la page Facebook du  
Comité des loisirs de Métis-sur-Mer

# WINTERTIME ACTIVITIES 2023

MÉTIS-SUR-MER'S RECREATION COMMITTEE



**FEBRUARY  
18**

## TORCHLIGHT WALK

LOAN OF SNOWSHOES ON SITE  
FOLLOWED BY A BONFIRE WITH  
MARSHMALLOWS  
7PM-8:30PM AT L'ENVOL SCHOOL

## SUPERBOWL

12H30 : OILERS VS CANADIENS  
15H30 : EXPRESS BINGO  
16H30 : DINNER  
18H30 : SUPERBOWL

AT THE RECREATION CENTER (10, RUE DE L'ÉGLISE)

**FEBRUARY  
12**



## BROOM BALL

7PM AT THE SKATEWAY



**FEBRUARY  
25**

## BOULE ROCK WINTER SLIDE

2PM-4PM

**FEBRUARY  
26**



For all the information, visit the Facebook page of the  
Comité des loisirs de Métis-sur-Mer

## La semaine de Relâche à Métis-sur-Mer

**Samedi 25 février**  
13h-16h : Brico avec Manon  
19h : Partie amicale de ballon-bâlais  
**AU CENTRE DES LOISIRS**

**Lundi 27 février**  
4h-16h : Film et grignotines avec Isa !  
Tu veux discuter de tes idées d'activités ? C'est le moment !  
**AU CENTRE DES LOISIRS**

**Jeu 2 mars**  
13h-16h : Brico avec Manon  
**AU CENTRE DES LOISIRS**

**Dimanche 26 février**  
14h-16h : Grande glissade, au Boule Rock  
Organisé par le comité des loisirs  
**ACCÈS PAR LE 2E RANG**

**Mardi 28 février**  
9h30-12h : On apprend à boulangier du pain maison  
En compagnie de personnes d'expérience !  
**AU CENTRE DES LOISIRS**

## La semaine de Relâche à Métis-sur-Mer

**Dimanche 5 mars**  
11h-15h : dimanche gratuit  
**PLAISIRS D'HIVER**  
**AUX JARDINS DE MÉTIS**

Patinoire ouverte toutes les PM  
Prêt de raquettes à neige sur réservation

Pour les informations en temps réel, visitez la page Facebook :  
Ville de Métis-sur-Mer

Un feuillet avec les informations détaillées sera distribué dans chaque sac d'école !

Isabelle Dion  
adj.metissurmer@mitis.qc.ca  
418-936-3255 #0

## La semaine de Relâche à Métis-sur-Mer

**Samedi 25 février**  
13h-16h : Brico avec Manon  
19h : Partie amicale de ballon-bâlais  
**AU CENTRE DES LOISIRS**

**Lundi 27 février**  
4h-16h : Film et grignotines avec Isa !  
Tu veux discuter de tes idées d'activités ? C'est le moment !  
**AU CENTRE DES LOISIRS**

**Jeu 2 mars**  
13h-16h : Brico avec Manon  
**AU CENTRE DES LOISIRS**

**Dimanche 26 février**  
14h-16h : Grande glissade, au Boule Rock  
Organisé par le comité des loisirs  
**ACCÈS PAR LE 2E RANG**

**Mardi 28 février**  
9h30-12h : On apprend à boulangier du pain maison  
En compagnie de personnes d'expérience !  
**AU CENTRE DES LOISIRS**

## La semaine de Relâche à Métis-sur-Mer

**Dimanche 5 mars**  
11h-15h : dimanche gratuit  
**PLAISIRS D'HIVER**  
**AUX JARDINS DE MÉTIS**

Patinoire ouverte toutes les PM  
Prêt de raquettes à neige sur réservation

Pour les informations en temps réel, visitez la page Facebook :  
Ville de Métis-sur-Mer

Un feuillet avec les informations détaillées sera distribué dans chaque sac d'école !

Isabelle Dion  
adj.metissurmer@mitis.qc.ca  
418-936-3255 #0

# MERCI À NOS PRÉCIEUX PARTENAIRES






ÉDITION 2023 : CHIEFS VS EAGLES

DÉPANNEUR DE MÉTIS-SUR-MER

DÉPANNEUR CHEZ B DE BAIE-DES-SABLES

# SEMAINE DE RELÂCHE



## PATINOIRE POUR TOUS

Pendant la semaine de Relâche scolaire, la patinoire est ouverte toutes les après-midi ! Matériel sportif disponible sur place !

# MERCI À NOS PRÉCIEUX PARTENAIRES






ÉDITION 2023 : CHIEFS VS EAGLES

DÉPANNEUR DE MÉTIS-SUR-MER

DÉPANNEUR CHEZ B DE BAIE-DES-SABLES

# SEMAINE DE RELÂCHE



## PATINOIRE POUR TOUS

Pendant la semaine de Relâche scolaire, la patinoire est ouverte toutes les après-midi ! Matériel sportif disponible sur place !



**HERITAGE**  
Lower Saint Lawrence  
Bas-Saint-Laurent

167, rue Belzile, Rimouski &  
130, rue Principale, Métis -sur-Mer  
(418) 936-3239  
www.heritagelsl.ca

**HEURES D'OUVERTURE DU CENTRE DE RESSOURCES & BIBLIOTHÈQUE**  
9 janvier au 31 mars 2023

**OPENING HOURS OF RESOURCE CENTRE & LIBRARY**  
January 9 to March 31, 2023

**Mardi de 14h à 18h**  
Tuesday from 2 p.m. to 6 p.m.

**Jeudi de 14h à 16h**  
Thursday from 2 p.m. to 4 p.m.

Il est possible de prendre rendez-vous avec les employés sur semaine en les contactant directement ou par le biais de la ligne téléphonique générale au **(418) 936-3239**.

It is possible to schedule an appointment with employees during the week by contacting them directly or via the general phone line at **(418) 936-3239**.

Suivez nous en ligne  
Follow us online

<https://heritagelsl.ca/>  
<https://www.facebook.com/heritagelsl/>  
<https://www.facebook.com/bibliometis/>

C'est le même horaire qu'à l'automne dernier pour les heures régulières.

It's the same schedule than last fall for regular hours.



**HERITAGE**  
Lower Saint Lawrence  
Bas-Saint-Laurent

167, rue Belzile, Rimouski &  
130, rue Principale, Métis -sur-Mer  
(418) 936-3239  
www.heritagelsl.ca

**HEURES D'OUVERTURE DU CENTRE DE RESSOURCES & BIBLIOTHÈQUE**  
9 janvier au 31 mars 2023

**OPENING HOURS OF RESOURCE CENTRE & LIBRARY**  
January 9 to March 31, 2023

**Mardi de 14h à 18h**  
Tuesday from 2 p.m. to 6 p.m.

**Jeudi de 14h à 16h**  
Thursday from 2 p.m. to 4 p.m.

Il est possible de prendre rendez-vous avec les employés sur semaine en les contactant directement ou par le biais de la ligne téléphonique générale au **(418) 936-3239**.

It is possible to schedule an appointment with employees during the week by contacting them directly or via the general phone line at **(418) 936-3239**.

Suivez nous en ligne  
Follow us online

<https://heritagelsl.ca/>  
<https://www.facebook.com/heritagelsl/>  
<https://www.facebook.com/bibliometis/>

C'est le même horaire qu'à l'automne dernier pour les heures régulières.

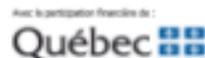
It's the same schedule than last fall for regular hours.



**Matinée contée 10h à 11h45**  
à la bibliothèque de Métis-sur-Mer  
**Le dimanche 19 mars 2023**  
Activité de contes en français et en anglais  
avec Martine Bouchard et Nancy Astles  
**TOUS SONT LES BIENVENUS !**

**Storytelling Morning 10 am to 11:45 am**  
at the Metis-sur-Mer library  
**Sunday, March 19th, 2023**  
Storytelling in French and English  
with Martine Bouchard and Nancy Astles

**EVERYONE IS WELCOME!**



En partenariat avec les Alliances pour la solidarité et le ministère du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale.



**Matinée contée 10h à 11h45**  
à la bibliothèque de Métis-sur-Mer  
**Le dimanche 19 mars 2023**  
Activité de contes en français et en anglais  
avec Martine Bouchard et Nancy Astles  
**TOUS SONT LES BIENVENUS !**

**Storytelling Morning 10 am to 11:45 am**  
at the Metis-sur-Mer library  
**Sunday, March 19th, 2023**  
Storytelling in French and English  
with Martine Bouchard and Nancy Astles

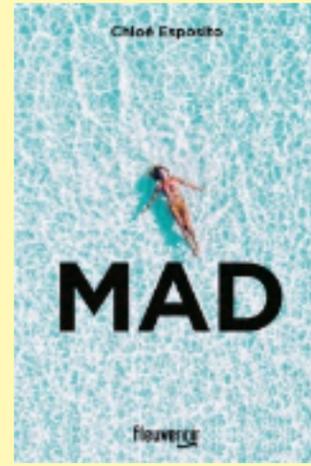
**EVERYONE IS WELCOME!**



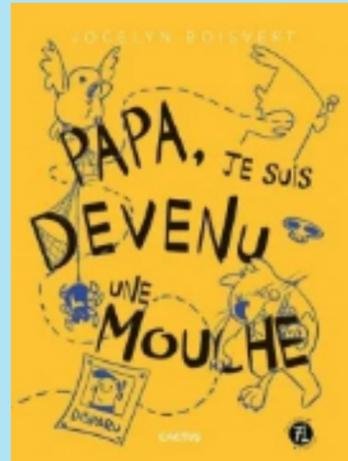
En partenariat avec les Alliances pour la solidarité et le ministère du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale.

SUGGESTIONS DE LIVRES - FÉVRIER 2023

POUR LES ADULTES

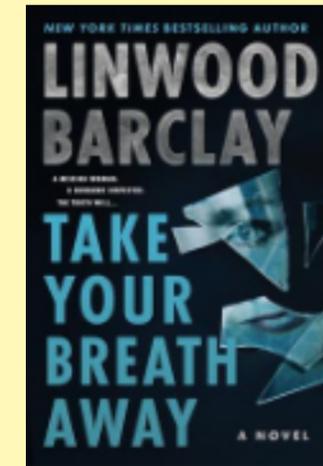
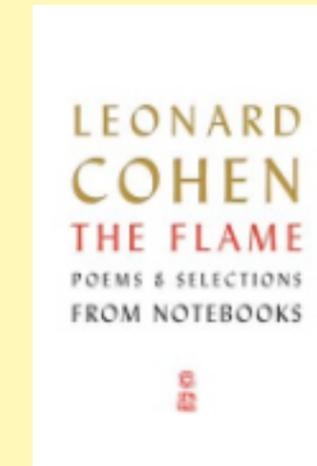
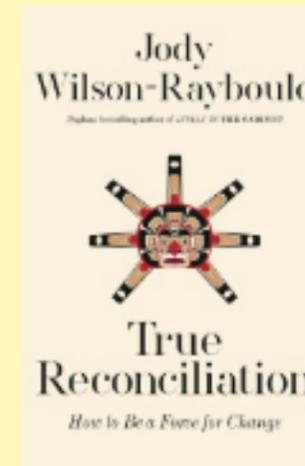
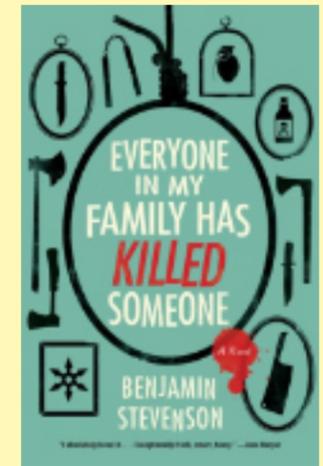
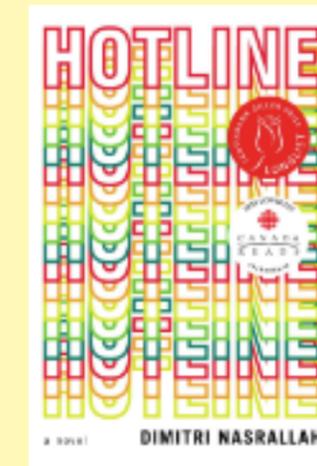
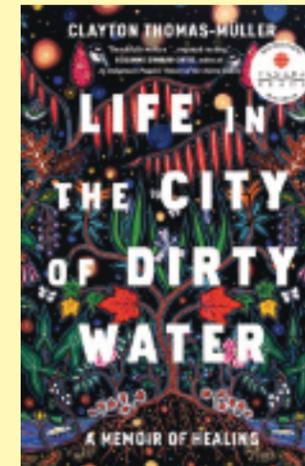


POUR LES JEUNES ET ADOLESCENTS

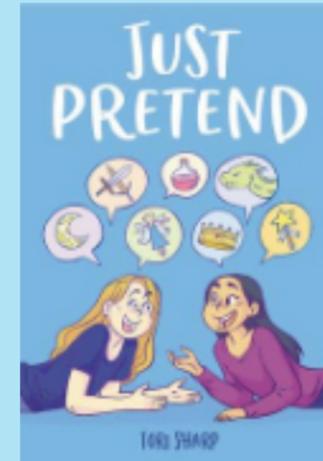
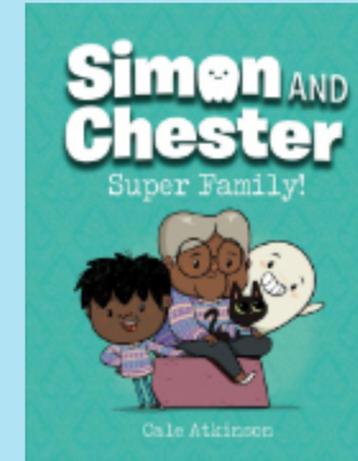
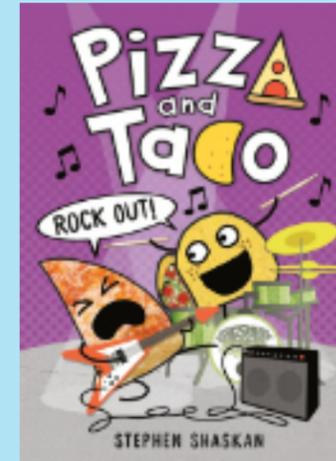


BOOK SUGGESTIONS - FEBRUARY 2023

FOR ADULTS



FOR YOUNGER READERS AND TEENAGERS





## Consultation de la communauté anglophone au Bas-Saint-Laurent

- ✿ *Est-ce que l'anglais est votre langue maternelle ?*
- ✿ *Parlez-vous anglais (ou anglais et une autre langue) à la maison ?*
- ✿ *Est-ce que l'anglais est votre première langue officielle parlée ?*
- ✿ *Êtes-vous bilingue ?*
- ✿ *Êtes-vous intéressé(e) par des services ou des activités sociales, culturelles ou littéraires en anglais ?*

**Héritage Bas-Saint-Laurent a besoin de votre participation** à une consultation de la population régionale d'expression anglaise si **une** des conditions ci-dessus s'applique à vous ! La consultation abordera les origines, l'éducation, l'emploi, l'accès aux services en santé et aux services sociaux, et les opportunités socioculturelles des participants. Cette consultation s'adresse à des personnes de tout âge. **Aidez-nous à passer le message !**

*Pour participer ou pour plus d'informations, veuillez contacter:*

Alexandra Rao  
(581) 814-0794  
arao@heritagelsl.ca



## Consultation of the Lower Saint Lawrence English-speaking Community

- ✿ *Are you a native English speaker?*
- ✿ *Does your family speak English (or English and another language) at home?*
- ✿ *Is English your first official language spoken?*
- ✿ *Are you bilingual?*
- ✿ *Are you interested in services or social, cultural or literary activities in English?*

**Heritage Lower Saint Lawrence needs your input** for a consultation of English speakers in the region if any **one** of the conditions above applies to you! The community consultation addresses participants' origins, access to health care and social services, employment, education, and sociocultural opportunities. Participants of all ages are needed. **Please help us to spread the word!**

*To participate or for more information, please contact:*

Alexandra Rao  
(581) 814-0794  
arao@heritagelsl.ca



## COMMUNITY HEALTH EDUCATION PROGRAM (CHEP)

We invite you to join us, from the comfort of your home, for any of those Videoconferences, **offered in English** – for Free - via Zoom.

On the following Wednesday mornings, from 10:00 am - 11:30 am:

**March 15th, 2023**

### **Eating well to both prevent and live with diabetes**

Elena Zhao, P.Dt. M.Sc. Nutrition Suite Supervisor  
at the Concordia University Perform Centre

**April 19th, 2023**

### **If you love them leave them lists (tips for advance care planning)**

Jennifer Hobbs, M.ScA, BCN, CNEd, Senior Advisor - JHCP

You must register a few days in advance. You can register by emailing Marie-Claude Giroux at [mcgiroux@heritagelsl.ca](mailto:mcgiroux@heritagelsl.ca). She will send you the link to register online.

*A CHSSN initiative funded through Health Canada's  
Official Languages Health Contribution Program 2018-2023*

## COMMUNITY HEALTH EDUCATION PROGRAM (CHEP)

We invite you to join us, from the comfort of your home, for any of those Videoconferences, **offered in English** – for Free - via Zoom.

On the following Wednesday mornings, from 10:00 am - 11:30 am:

**March 15th, 2023**

### **Eating well to both prevent and live with diabetes**

Elena Zhao, P.Dt. M.Sc. Nutrition Suite Supervisor  
at the Concordia University Perform Centre

**April 19th, 2023**

### **If you love them leave them lists (tips for advance care planning)**

Jennifer Hobbs, M.ScA, BCN, CNEd, Senior Advisor - JHCP

You must register a few days in advance. You can register by emailing Marie-Claude Giroux at [mcgiroux@heritagelsl.ca](mailto:mcgiroux@heritagelsl.ca). She will send you the link to register online.

*A CHSSN initiative funded through Health Canada's  
Official Languages Health Contribution Program 2018-2023*



# Info Métis



## AVIS D'INTÉRÊT PUBLICQUE POUR LA RÉGION DE LA MITIS



De 11 h à 15 h le 5 mars 2023, c'est le retour du traditionnel dimanche gratuit PLAISIR D'HIVER ! Sentiers de raquettes, surprises culinaires, feu extérieur et encore plus !

[Réservez votre billet dès maintenant.](#)

### WITH BARBARA PEARCE

e-mail: [bp@barbarapearceyoga.com](mailto:bp@barbarapearceyoga.com) / Telephone : 418-936-3171 / [www.barbarapearceyoga.com](http://www.barbarapearceyoga.com)

**REIKI OR SOUND HEALING  
– BY APPOINTMENT ONLY –  
INSURANCE RECEIPTS PROVIDED**

**Location:** 279 Ch. de la Station  
**Price :** Reiki \$70; Sound Healing \$80

**ZOOM CHAIR YOGA CLASSES  
ONCE A WEEK**

**Tuesdays 10:30 – 11:15 a.m. (45 minutes) N.B.  
classes are in English**

Replay link sent after the class, which lasts 7 days. You can do the class when it suits your schedule, and as often as you'd like during the week.

**\$15/WEEK**



Replay link sent after the class, which lasts 7 days. You can do the class when it suits your schedule, and as often as you'd like during the week.

Several price options for drops in or packages.

**Information can be found here:**  
<https://app.ubindi.com/Barbara.Pearce>

**ZOOM FLOOR YOGA  
3 TIMES A WEEK**

**Mondays, Wednesdays and Fridays**

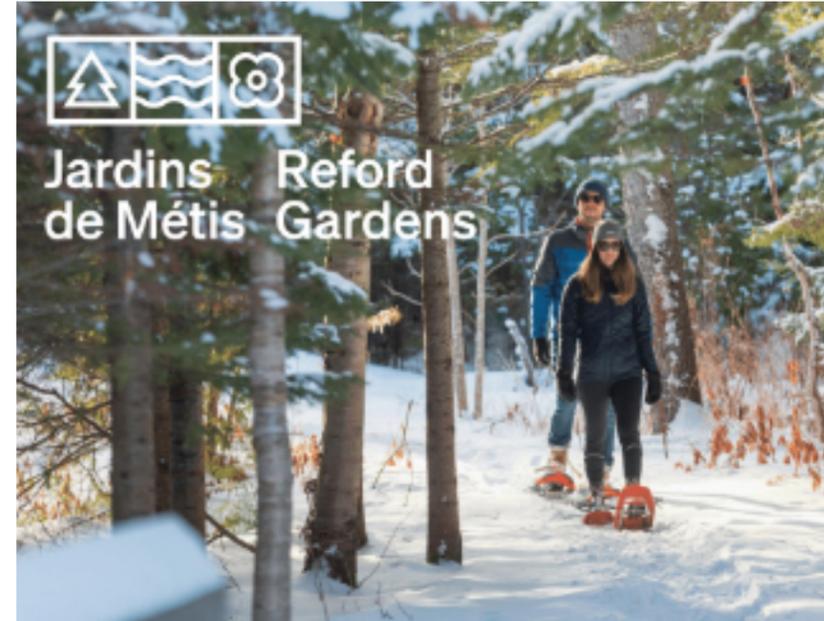
**11:30 – 12:30 (1 hour) – N.B.  
classes are in English**



# Info Métis



## PUBLIC INTEREST NOTICE FOR THE MITIS REGION



From 11:00 a.m. to 3:00 p.m. on March 5, 2023, the traditional free Sunday WINTER FUN returns! Snowshoe trails, culinary surprises, outdoor fire and more !

[Book your ticket now.](#)

### WITH BARBARA PEARCE

e-mail: [bp@barbarapearceyoga.com](mailto:bp@barbarapearceyoga.com) / Telephone : 418-936-3171 / [www.barbarapearceyoga.com](http://www.barbarapearceyoga.com)

**REIKI OR SOUND HEALING  
– BY APPOINTMENT ONLY –  
INSURANCE RECEIPTS PROVIDED**

**Location:** 279 Ch. de la Station  
**Price :** Reiki \$70; Sound Healing \$80

**ZOOM CHAIR YOGA CLASSES  
ONCE A WEEK**

**Tuesdays 10:30 – 11:15 a.m. (45 minutes) N.B.  
classes are in English**

Replay link sent after the class, which lasts 7 days. You can do the class when it suits your schedule, and as often as you'd like during the week.

**\$15/WEEK**



Replay link sent after the class, which lasts 7 days. You can do the class when it suits your schedule, and as often as you'd like during the week.

Several price options for drops in or packages.

**Information can be found here:**  
<https://app.ubindi.com/Barbara.Pearce>

**ZOOM FLOOR YOGA  
3 TIMES A WEEK**

**Mondays, Wednesdays and Fridays**

**11:30 – 12:30 (1 hour) – N.B.  
classes are in English**



# Info Métis



## BON PRINTEMPS À TOUS

Hâte de vous revoir à partir de mai 2023, d'ici-là il est possible de vous procurer des certificats cadeau pour un montant, un soin ou un forfait de votre choix.

Nouveauté pour la saison 23: Forfait 3X3 qui inclut 3 massages, 3 soins et cadeau surprise

Les massages inclus dans ce forfait sont : Mon Signature, massage à la bougie aromatique et massage aux coquillages chauds. Après chaque massage, vous avez le choix des soins suivants : pressothérapie, bain de pieds aux sels et exfoliation des pieds.



Information et réservations : [massotherapielf@videotron.ca](mailto:massotherapielf@videotron.ca)

À bientôt

Lucie Falardeau, masseuse



# Info Métis



## HAPPY SPRING TO EVERYONE

Looking forward to seeing you again starting from May 2023. In the meantime, you can purchase gift certificates for a chosen amount, treatment or package.

New for the 23rd season: 3X3 package, which includes 3 massages, 3 treatments, and a surprise gift.

The massages included in this package are: My Signature, aromatic candle massage and hot seashell massage. After each massage, you have the choice of the following treatments: pressotherapy, salt foot bath and foot exfoliation.



Information and reservations: [massotherapielf@videotron.ca](mailto:massotherapielf@videotron.ca)

See you soon

Lucie Falardeau, masseuse

sudoku #11

	3			6	9	8	2	
			8		2		3	
		8	4				6	
		9	5		8	4		2
5			9					
			1					
8					4			5
	2		3		5		4	
6			2		7	3	8	

sudoku #12

		6			9			
	4			7			9	2
			4	5		1		
				1	5		3	
1				9		2	4	
5			3	4		6		9
	9	5						
3	1	2					5	4
		8		3		9		

sudoku #11

	3			6	9	8	2	
			8		2		3	
		8	4				6	
		9	5		8	4		2
5			9					
			1					
8					4			5
	2		3		5		4	
6			2		7	3	8	

sudoku #12

		6			9			
	4			7			9	2
			4	5		1		
				1	5		3	
1				9		2	4	
5			3	4		6		9
	9	5						
3	1	2					5	4
		8		3		9		

**ACTIVITÉ DU CLUB  
DES 50 ANS ET PLUS DE MÉTIS-SUR-MER**

For info. : 936-3525  
Hélène Gendron, vice-president



*Bienvenue à TOUS*



**Dîner pour la Journée de la Femme**

Mercredi 8 mars dès 11h30  
Au Centre des Loisirs  
Membres : 12 \$ Non membres : 14 \$  
\* Vous pouvez apporter votre vin\*

- Réserver avant le 3 mars



**Dîner Cabane à sucre**

Suivi de l'AGAL  
(Assemblée générale du Club des 50 ans  
et Plus de Métis-sur-Mer)

Mercredi 12 avril dès 11h30  
Au Centre des Loisirs  
Membres : 12 \$ Non membres : 14 \$  
\* Vous pouvez apporter votre vin\*

- Réserver avant le 7 avril

5 à 7



**Vendredis 5 à 7**

Au Centre des Loisirs

<b>17 mars</b>	Apportez vos boissons préférées On fournit les croustilles
<b>Jasette</b>	

**Mercredis découverte à 14 h**

Avec breuvage et biscuits gratuits pour les membres et  
à faible coût pour les non membres

Au Centre des Loisirs



<b>8 mars</b>	Découverte du Wii Fit avec Isabelle Dion
<b>19 avril</b>	Découverte du paysage Promenade suivie d'une rencontre au Centre des loisirs

**ACTIVITÉ DU CLUB  
DES 50 ANS ET PLUS DE MÉTIS-SUR-MER**

For info. : 936-3525  
Hélène Gendron, vice-president



*Bienvenue à TOUS*



**Dîner pour la Journée de la Femme**

Mercredi 8 mars dès 11h30  
Au Centre des Loisirs  
Membres : 12 \$ Non membres : 14 \$  
\* Vous pouvez apporter votre vin\*

- Réserver avant le 3 mars



**Dîner Cabane à sucre**

Suivi de l'AGAL  
(Assemblée générale du Club des 50 ans  
et Plus de Métis-sur-Mer)

Mercredi 12 avril dès 11h30  
Au Centre des Loisirs  
Membres : 12 \$ Non membres : 14 \$  
\* Vous pouvez apporter votre vin\*

- Réserver avant le 7 avril

5 à 7



**Vendredis 5 à 7**

Au Centre des Loisirs

<b>17 mars</b>	Apportez vos boissons préférées On fournit les croustilles
<b>Jasette</b>	

**Mercredis découverte à 14 h**

Avec breuvage et biscuits gratuits pour les membres et  
à faible coût pour les non membres

Au Centre des Loisirs



<b>8 mars</b>	Découverte du Wii Fit avec Isabelle Dion
<b>19 avril</b>	Découverte du paysage Promenade suivie d'une rencontre au Centre des loisirs



1972 Club 50 ans et + de Métis-sur-Mer 2022

**50<sup>E</sup> ANNIVERSAIRE  
DU CLUB DES 50 ANS ET PLUS  
DE MÉTIS-SUR-MER**

**Samedi, 6 mai 2023**



1972 Club 50 ans et + de Métis-sur-Mer 2022

**50<sup>E</sup> ANNIVERSAIRE  
DU CLUB DES 50 ANS ET PLUS  
DE MÉTIS-SUR-MER**

**Samedi, 6 mai 2023**



# Info Métis

Si vous avez des suggestions pour le prochain numéro, envoyez-les nous !

If you have any suggestions for the next newsletter, send them to us!

patric.noya@infometis.ca



## Où trouver une version papier d'InfoMétis ?

### Where to find a paper version of InfoMétis InfoMétis?

#### L'année entière / All year round

**METIS BEACH SCHOOL**  
468 Rue Beach

**CENTRE DE LA PETITE ENFANCE**  
24 Rue du Couvent

**BUREAU MUNICIPAL**  
138 Rue Principale

**AUBERGE DU GRAND FLEUVE**  
131 Rue Principale

**CANADA POST**  
134 Rue Principale

**HERITAGE LOWER SAINT LAWRENCE / BAS-SAINT-LAURENT**  
130 Rue Principale

**DÉPANNEUR MÉTIS-SUR-ME**  
97 Rte 132

#### Pendant l'été / In the summer

**CAMPING ANNIE**  
394 QC-132

**LE CLUB DE GOLF ET TENNIS CASCADE**  
7 Rte Macnider,

**ATELIER CULINAIRE PIERRE-OLIVIER FERRY**  
164 Rue Principale

**CAFÉ SUR MER**  
160 Rue Principale

**EPICERIE RATTÉ**  
118 Rue Principal

6	7	8	5	3	4	9	2	1											
3	1	2	9	6	7	8	5	4											
4	9	5	8	2	1	3	6	7											
5	2	7	3	4	8	6	1	9											
1	8	3	7	9	6	2	4	5											
9	6	4	2	1	5	7	3	8											
7	3	9	4	5	2	1	8	6											
8	4	1	6	7	3	5	9	2											
2	5	6	1	8	9	4	7	3											

solution #12

6	5	4	2	9	7	3	8	1											
9	2	1	3	8	5	7	4	6											
8	7	3	6	1	4	2	9	5											
4	8	7	1	2	6	9	5	3											
5	1	2	9	4	3	6	7	8											
3	6	9	5	7	8	4	1	2											
2	9	8	4	3	1	5	6	7											
7	4	6	8	5	2	1	3	9											
1	3	5	7	6	9	8	2	4											

solution #11