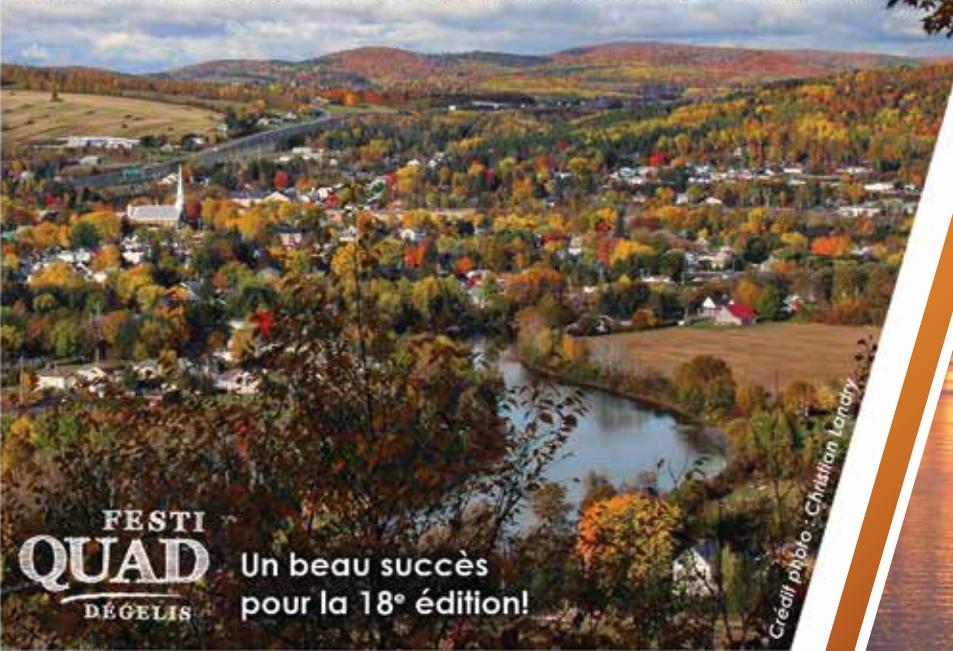


info-DÉGELIS



Jusqu'au 7 octobre,
on se voit au Marché!

Rendez-vous avec le Salon des
Artistes & Artisans en novembre prochain!



FESTI
QUAD
DÉGELIS

Un beau succès
pour la 18^e édition!

Crédit photo : Christian Langry



www.ville.degelis.qc.ca • info@ville.degelis.qc.ca



Mot de la rédaction

L'été 2018 a été exceptionnel !!! Mis à part les records de chaleur, il aura été marqué par la première édition du festival « Dégelis en fête! ». Avec le succès remporté, l'événement sera sûrement de retour l'an prochain. Bravo pour ce nouvel événement et félicitations à tous les organisateurs et bénévoles qui nous ont offert des activités tout au cours de l'été, dont, entre autres... le tournoi de balle-molle, tournoi de soccer, spectacles des 4 Scènes, festival de l'Accordéon, FestiQuad, etc.

Avec toute cette énergie emmagasinée, plusieurs organismes qui font relâche durant l'été sont maintenant fin prêts pour reprendre leurs activités automnales qu'ils vous présentent dans cette édition.

Beau temps mauvais temps, le Marché Gourmand poursuit ses activités tous les dimanches de 10h à 14h jusqu'au 7 octobre prochain à la Place de l'Acadie. Faites la rencontre de nombreux marchands qui vous offrent d'excellents produits régionaux et des légumes frais. Le site est également animé par la présentation d'activités diverses... ateliers, dégustations, mini-spectacles, etc. *Alors, on se voit au Marché!*

La 10^e édition du Salon des Artistes et des Artisans du Témiscouata aura lieu du 8 au 11 novembre prochain au Centre communautaire Dégelis. Pour découvrir tout le talent de ces créateurs régionaux, c'est un rendez-vous!

Le Centre sportif et la salle d'entraînement de l'École secondaire de Dégelis ont repris leur horaire régulier.

SOMMAIRE

Hôtel de ville	2 à 7
Organismes	8 à 23
Dépliant du Centre sportif	14
Loisirs	24 à 27
Portrait affaires	28

Tous les détails vous sont offerts dans le dépliant en page centrale.

C'est un nouveau départ pour les étudiants et le personnel des écoles, et j'aimerais profiter de l'occasion pour leur souhaiter une excellente année scolaire. À tous, un bel automne!

Lise Ouellet

Responsable de la rédaction

Location de salle

Si vous désirez louer une salle les **24-25-31 décembre ou 1^{er} janvier** pour vos rassemblements durant la période des Fêtes, vous devez en faire la demande en participant à un tirage au sort qui aura lieu, comme à l'habitude, lors de la séance de conseil d'octobre. Pour ce faire, soumettez votre demande en téléphonant à l'Hôtel de Ville au 853-2332, poste 100 ou 105, au plus tard le 1^{er} octobre 2018.

Il est donc possible de louer :

- Le sous-sol du Centre culturel Georges-Deschênes*
- Le Centre de jour (Centre communautaire Dégelis)
- Le Pavillon de la plage
- Le Pavillon récréatif Marius-Soucy (derrière l'École secondaire)
- Le Chalet des sports*

** Pour réserver le chalet des sports, communiquez avec Johanne Rodrigue au 418 714-2572.*

** Notez bien qu'il vous est possible de louer le sous-sol du Centre culturel à certaines conditions. En raison des films présentés au Cinéma Dégelis à l'étage supérieur, le bruit doit être limité **jusqu'à 21h**.*

La direction

Mot du maire

Bonjour! Cet été, nous avons bénéficié d'une température exceptionnelle qui s'est traduite par une progression majeure de nos travaux, et par une augmentation de l'achalandage touristique. De plus, cette température a contribué au succès des différents événements présentés cet été. Mentionnons que le Festival Dégelis en fête a connu une belle participation de la population avec une programmation rappelant des événements qui ont marqué Dégelis par le passé. Cette activité devrait se poursuivre à l'été 2019. Je me dois aussi de souligner le Festival de l'Accordéon qui a connu une belle progression, et le succès de la 19^e édition du Festiquad. Félicitations!

Voirie

Les travaux projetés dans le chemin de la Marina sont maintenant complétés. L'an prochain, nous devons appliquer une couche de durcisseur sur le traitement de surface qui a été réalisé cette année. Nous avons reçu de très bons commentaires de la population sur l'amélioration significative de ce chemin.

Nous continuons nos travaux d'amélioration au niveau de certaines routes, et Construction BML procédera prochainement à l'asphaltage de la rue des Cormiers et d'une partie de l'avenue Morel. Je me dois de souligner que cette année, les coûts d'asphalte ont pratiquement doublé. Pour cette raison, nous avons entrepris une démarche avec la MRC et d'autres partenaires afin de dénoncer cette situation. Conséquemment, nous devons probablement modifier notre pratique et certaines réparations seront exécutées dans l'avenir par nos employés. C'est pourquoi nous avons procédé à l'achat d'un rouleau compacteur.

Eaux usées - Camping municipal

Les travaux de raccordement des eaux usées du camping sont maintenant complétés. Actuellement, la compagnie Bourgoin & Dickner effectue le raccordement des stations de pompage, et par la suite, elle devra procéder à des vérifications du système de traitement. Dès que ce sera possible, le camping sera branché au réseau d'égout municipal.

Marché public

La municipalité a procédé aux investissements projetés au Marché public, c'est-à-dire, amener l'aqueduc, les égouts et l'électricité sur le site, ainsi que la construction d'un bloc sanitaire. Les activités du marché se poursuivent jusqu'en octobre, et nous invitons la population à encourager cette belle initiative. Nous envisageons aussi la possibilité d'utiliser ces infrastructures pour d'autres activités.

Chevreuil

Comme vous le savez, nous avons actuellement une problématique majeure sur deux routes avec comme résultat une augmentation des impacts entre les automobilistes et le cerf de Virginie. Le nombre de bêtes qui ont été amenées au site d'enfouissement à l'hiver 2017-2018 a battu des records. Avant d'adopter une réglementation municipale, nous demandons donc à la population de la route 295 et du rang Turcotte de collaborer en respectant une distance de 300 mètres entre ces voies de circulation et le site où vous nourrissez les chevreuils. C'est une question de sécurité publique pour les gens qui empruntent ces routes. Nous espérons ne pas avoir à mettre en place une réglementation comme plusieurs municipalités ont été contraintes de le faire.

Suite...

Mot du maire (suite...)

Rôle d'évaluation 2019-2020-2021

Les municipalités se doivent de revoir leur rôle d'évaluation à tous les trois ans. Par contre, après cette période, ce rôle peut être reconduit pour la même période sans être mis à jour, ce qui fut le cas pour notre municipalité. Par contre, après six ans, les municipalités sont tenues par le ministère des Affaires municipales de déposer un nouveau rôle d'évaluation. À l'automne 2018, la ville de Dégelis aura donc un nouveau rôle pour les années 2019-2020-2021 et il est évident que celui-ci pourra avoir des impacts sur les valeurs de certaines propriétés.

Lors d'un appel d'offres public, la MRC de Témiscouata a retenu la firme Servitech pour la mise à jour et le dépôt du nouveau rôle d'évaluation pour l'ensemble des municipalités sur le territoire, et celui-ci nous sera transmis le 1^{er} novembre prochain. Évidemment, le conseil municipal analysera la meilleure formule pour amoindrir les effets sur les comptes de taxes 2019.

En terminant, je vous souhaite un très bel automne!

Normand Morin, maire

Avis aux contribuables 4^e versement de taxe foncière

La municipalité tient à vous rappeler que vendredi le 5 octobre prochain est la date limite pour payer le dernier versement de votre compte de taxes 2018.

Nous vous remercions de votre collaboration habituelle.

La ville de Dégelis

Votre service d'urbanisme

La réglementation concernant les chiens



La municipalité tient à vous rappeler quelques règles à respecter concernant la garde d'un chien.

Tout gardien d'un animal domestique doit le garder sur le terrain qu'il occupe ou dont il est propriétaire, de manière à ce qu'il ne puisse en sortir (attaché, enclos, laisse, etc.) et errer dans la municipalité. D'autre part, le règlement municipal stipule que « **Tout gardien d'un animal se trouvant dans une rue, un parc ou un lieu public, doit enlever les excréments** et les déposer dans un contenant ou un sac ».

Selon la réglementation en vigueur, **des avis d'infractions peuvent être émis** par les officiers municipaux et/ou par la Sûreté du Québec.

Nous vous demandons donc de porter une attention particulière à vos animaux domestiques!

Abri d'auto temporaire

Les avantages d'un abri temporaire ne sont plus à démontrer pendant la saison hivernale. Mais pour bien des citoyens, les inconvénients de sécurité et d'esthétique commandent des normes d'installation que tous devraient connaître et respecter. L'installation d'un abri d'auto temporaire est permise jusqu'à 1,50 mètre de la chaîne de rue ou du trottoir. Nous vous rappelons que leur installation est autorisée entre le 1^{er} octobre et le 30 avril seulement. **Tout abri d'auto temporaire ne doit servir qu'à des fins de stationnement de véhicules automobiles au cours de la période autorisée**, et ne doit pas servir à des fins d'entreposage.

*Vianney Dumont, directeur
Urbanisme et Environnement*



Votre comité d'Embellissement

Bonjour tout le monde!

C'est un autre été qui s'achève mais il a été extraordinaire!! Nous allons nous en souvenir quand reviendront les grands froids de l'hiver. Je tiens à féliciter les citoyens et les commerçants qui ont embelli leur façade. Un grand merci également à nos bénévoles et aux employés municipaux. Sans leur aide, il ne serait pas possible d'avoir une ville aussi belle et accueillante. Maintenant, c'est le retour à la normale avant la saison froide et votre comité d'embellissement pense à d'autres travaux pour l'an prochain.

De plus, nous attendons le résultat de notre évaluation par les classificateurs de la Corporation des Fleurons du Québec qui nous ont visités en août dernier. Nous espérons pouvoir conserver nos quatre fleurons si chèrement acquis, et nous demeurons confiants. Merci encore et continuons à trouver notre ville belle.

Richard Bard pour le comité d'embellissement

La bibliothèque vous informe

Le Croque-livres de la biblio

Le Croque-livres est une boîte de partage de livres pour les 0-12 ans. Il vise à favoriser la lecture en la rendant disponible gratuitement et en étant placé dans un lieu public fréquenté par les enfants. Suite à sa lecture, l'enfant peut, soit garder le livre ou le prêter. Il est aussi

invité à y laisser des livres personnels. Pour la saison froide, le Croque-livres sera déplacé au Centre communautaire. N'hésitez pas à l'utiliser.

Horaire & services

Nous profitons de l'occasion pour vous informer que la bibliothèque reprend ses services et son horaire habituels :

- Mardi : de 14h à 16h et de 19h à 20h30
- Mercredi : de 16h à 17h30
- Jeudi : de 14h à 16h et de 19h à 20h30
- Samedi : de 10h à 12h

Pour tous les autres services : cours, ateliers, animations, etc., appelez à la biblio durant les heures d'ouverture au 418 853-2380 poste 210 ou consultez notre page Facebook.

Bonne lecture!

Nicole Dumont, bénévole



Reprend ses activités!

Ateliers pour améliorer les compétences en: *Faible coût!*

- Lecture et écriture
- Calcul
- Informatique et tablette

Écrivaine publique *Gratuit!*

- Aide pour remplir un formulaire
- Lire ou rédiger un document

Services offerts à la Bibliothèque de Dégelis

À tous les mercredis dès 9h
Début 20 septembre

Pour information ou inscription:
418 862-9998



Service de sécurité incendie

RECRUTEMENT : Nous sommes en période de recrutement afin de combler notre équipe de premiers répondants. Vous avez envie de venir en aide à votre communauté et de travailler avec une équipe dynamique? Faites parvenir votre candidature à M. Claude Gravel auprès de votre bureau municipal. Bienvenue à tous!!

Le Service Sécurité Incendie Dégelis tient à remercier et à féliciter la **duchesse Laurence Gravel** pour son beau travail au cours de l'année 2017-2018. Elle a été nommée « meilleure vendeuse » de l'APEQ lors du Tournoi de Pompier de cette année. Celle-ci a également établi un nouveau record de vente avec la somme de 22 500 \$. Nous tenons à remercier toute la population pour votre participation et votre encouragement lors des différentes activités. Nous voulons aussi souhaiter la bienvenue parmi nous à Stacy Beaulieu, notre duchesse 2018-2019.

Comme les années précédentes, nous serons présents dans les rues de la ville à l'Halloween afin d'assurer votre sécurité et celle de vos enfants.

Nous tenons à vous rappeler qu'avec le changement d'heure vient aussi le changement de batteries de vos détecteurs de fumée. Veuillez voir au bon fonctionnement de ceux-ci. Un petit geste tout simple qui peut vous sauver la vie. N'oubliez pas de faire aussi la vérification de vos extincteurs.

L'automne arrive à grand pas et le temps est venu de remiser les articles de jardin. Veuillez être prudent lors du remisage des bonbonnes de propane; prenez soin de

les déconnecter, de bien les fermer et de les ranger à l'extérieur.

Nous voulons vous rappeler qu'il est aussi temps de procéder au ramonage de votre cheminée. Il est aussi important de faire attention aux cendres de celle-ci. Ne les jetez pas aux poubelles; veuillez les entreposer dans une chaudière en métal à l'extérieur. Il en va de votre sécurité!

Dans le cadre de la semaine de la Prévention des Incendies, vous êtes invités à participer à l'activité « La Grande Évacuation » qui se tiendra le mercredi 10 octobre à 19h. L'occasion idéale de mettre en pratique avec vos enfants votre plan d'évacuation.

Assurez-vous aussi de garder, et ce, en tout temps de l'année, votre numéro civique bien visible. Il en facilite grandement votre localisation lors d'une intervention.

Meggie Beaulieu, secrétaire du Service Incendie Dégelis

Avis aux résidents desservis par le réseau d'égout municipal

Le service des Travaux publics doit souvent intervenir sur son réseau d'égout municipal en raison de bris ou d'arrêts de fonctionnement de ses équipements dans les stations de pompage. Ces pannes sont causées régulièrement par des objets qui ne devraient pas se retrouver dans les égouts tels que textiles, couches et lingettes pour bébé, lingettes ménagères (ex. : Swiffer), etc. Évidemment, ces bris entraînent des coûts importants pour la municipalité, en plus de comporter un risque pour l'environnement puisqu'il y a possibilité de débordement dans les cours d'eau. C'est pourquoi, nous faisons appel à votre bon sens et vous demandons de ne pas jeter de tels objets dans les cabinets de toilette.

Nous comptons sur votre collaboration!



ENTREPOSAGE

La direction informe la population en général qu'elle leur offre la possibilité d'entreposer leur roulotte au Camping Dégelis pour la période du 15 octobre au 15 mai pour un montant de 50 \$ + taxes. Notez bien que l'équipement devra quitter les lieux au plus tard le 15 mai, sinon la tarification régulière s'applique.

LOCATION DE CHALET(S)

Durant la saison hivernale, deux chalets sont disponibles en location au Camping Dégelis. Si vous le souhaitez, il vous sera possible de profiter des joies de l'hiver en parcourant les magnifiques sentiers de ski de fond et de raquette du Club Pleins Poumons.

Avis aux intéressés : à noter qu'un tarif « travailleur » pour la location à la semaine est également en vigueur.

LOCATION DE SALLE(S)

Dès la fin de la saison des opérations du Camping Dégelis, nous vous rappelons que le chalet d'accueil (Chalet des sports) est disponible pour les locations de salle. Il vous est possible de louer le rez-de-chaussée pour divers événements et activités. Prenez note que dès l'ouverture des pistes de ski de fond, le chalet devient disponible à compter de 16h seulement.

Pour toute information et pour connaître les coûts de location, communiquez au 418 853-2655 ou 418 714-2592.

Johanne Rodrigue, responsable

Le ministère des Affaires municipales et de l'Occupation du territoire (MAMOT) a le plaisir de vous informer qu'il a réalisé, conjointement avec l'Institut du Nouveau Monde (INM), une publication à l'intention des citoyens intitulée **Vie municipale : comme citoyen, je m'informe et je m'implique**, document d'information sur la Loi visant principalement à reconnaître que les municipalités sont des gouvernements de proximité et à augmenter à ce titre leur autonomie et leurs pouvoirs (PL-122).

En effet, cette nouvelle loi a établi une vision renouvelée des relations entre le Québec et les municipalités, en privilégiant notamment une plus grande reddition de comptes aux citoyens plutôt qu'au gouvernement. De plus, elle traduit la volonté d'accroître l'autonomie des municipalités, de lever des entraves à l'exercice de leurs compétences et de renforcer la participation citoyenne à la prise de décision locale.

C'est dans ce contexte que cet outil a été développé pour les citoyens qui désirent mieux comprendre les modifications apportées avec l'adoption de cette loi et le rôle qu'ils sont désormais appelés à jouer auprès de leur municipalité. Ce document est disponible sur le site web du ministère des Affaires municipales au www.mamot.gouv.qc.ca et sur le site web de votre municipalité.

Sonia Jean, agente de secrétariat - Ministère des Affaires municipales et de l'Occupation du territoire
337, rue Moreault, bureau 2.11, Rimouski, Qc G5L 1P4

ORGANISME



Régie intermunicipale des
déchets de Témiscouata

Inscription pour la collecte des encombrants

La période d'inscription pour la collecte des encombrants de l'automne 2018 est débutée et se poursuivra durant tout le mois de septembre. **Le formulaire d'inscription sera en ligne jusqu'au 30 septembre 2018** sur le site de la RIDT.

Toutes les personnes intéressées peuvent s'inscrire par elle-même via notre site web au www.ridt.ca ou par téléphone à nos bureaux au 418 853-2220.

Les informations à saisir sont :

- ✓ Nom et prénom;
- ✓ Adresse complète du site où seront déposés les encombrants;
- ✓ Municipalité;
- ✓ Téléphone;
- ✓ Courriel.

**La collecte des encombrants à Dégelis
aura lieu mercredi, le 3 octobre.**

Nous vous rappelons qu'aucune inscription ne sera acceptée après la date du 30 septembre et ce, même si les collectes ont lieu plus tard en octobre.

L'INSCRIPTION durant la période prévue **est OBLIGATOIRE pour bénéficier du service** et les matériaux doivent être déposés en bordure de chemin au moins la veille au soir de la date prévue. Aucun matériau ne sera ramassé à une adresse non-inscrite.

Comme pour les dernières collectes, une fois les collectes réalisées, les matériaux seront triés pour retirer tous les matériaux acceptables à l'écocentre et le reste sera enfoui.

Maxime GROLEAU, directeur général
Régie intermunicipale des déchets de Témiscouata
www.ridt.ca

Tél. : (418) 853-2220

369, av. Principale, Dégelis, Qc G5T 2G3

Voilà – Application mobile

L'application mobile « **Voilà** » permet au citoyen de signaler une **situation non urgente** dans sa municipalité avec son téléphone mobile. Que ce soit un lampadaire qui ne fonctionne plus, un nid de poule ou un bris quelconque, **Voilà** vous permet de signaler rapidement le problème en transmettant une photo et l'adresse géolocalisée avec votre téléphone.

C'est simple et rapide!



VOILÀ!

**Signalez une situation non
urgente dans votre municipalité**

www.appvoila.com

Téléchargez gratuitement l'application au
www.appvoila.com

Ressources naturelles
et Faune

Québec



Le nourrissage d'hiver du cerf de Virginie :

Des conséquences pour l'espèce et les citoyens

Les cerfs de Virginie sont des animaux familiers dans le paysage rural et périurbain. Préoccupées par leur bien-être ou tout simplement afin de mieux les observer, de nombreuses personnes bien attentionnées s'adonnent au nourrissage hivernal de cette espèce.



Le nourrissage est généralement néfaste pour la santé des cerfs et les effets négatifs peuvent être nombreux.

- ✓ Maladies et mortalité engendrées par la consommation d'aliments inadéquats.
- ✓ Transmission de maladies et de parasites au site de nourrissage : ingestion de nourriture contaminée par la salive, l'urine et les excréments.
- ✓ Domestication des cerfs (inhibition de la peur et dépendance à la nourriture fournie par les humains).

- ✓ Perte du comportement lié aux migrations saisonnières.
- ✓ Accidents routiers lorsque les sites de nourrissage sont situés à proximité des routes.
- ✓ Présence de cerfs dans des milieux moins favorables à leur survie, en dehors de leurs ravages.
- ✓ Braconnage : le nourrissage facilite l'abattage des cerfs hors saison à courte distance avec des armes de petits calibres.

Le nourrissage d'hiver peut avoir pour effet d'entraîner davantage de cerfs et d'autres animaux (ratons laveurs, mouffettes, écureuils et ours) qui causent souvent des dommages aux propriétés privées des sites d'alimentation (arbres ornementaux, cultures, plantations, etc.).

Une gestion adaptée des populations

La population de cerfs de Virginie au Québec est en excellente condition et il importe de respecter ses habitudes. Les spécialistes du ministère des Ressources naturelles et Faune assurent un suivi des populations de cerfs au Québec et ajustent les niveaux d'exploitation liés à la chasse en tenant compte des facteurs de mortalité naturelle tels que la rigueur de l'hiver.

Le cerf de Virginie est un animal sauvage qui fait partie du patrimoine québécois. Il en va de la responsabilité de tous les citoyens de conserver un cheptel en santé, en évitant de nourrir les cerfs de façon inappropriée et de les attirer hors de leur milieu naturel.

Chaque année, la présence de ces animaux sur nos routes cause de nombreux accidents. La municipalité fait appel à la collaboration des citoyens qui persistent à nourrir les cerfs de Virginie, en leur demandant de choisir un lieu éloigné des routes et des résidences (minimum 300 mètres). Advenant l'absence de collaboration des citoyens, la ville de Dégelis envisage la possibilité d'adopter un règlement municipal.

ORGANISME

Commission scolaire du Fleuve-et-des-Lacs

La rentrée en **FORMATION GÉNÉRALE DES ADULTES** (FGA) se fait le 4 septembre 2018 dans tous nos centres sur le territoire **et à tous les débuts de mois par la suite**. L'année commence à trois jours/semaine (mardi, mercredi, jeudi) dans le secteur de Squatec et Pohénégamook (Sully), à 4 jours dans celui de Dégelis (lundi, mardi, mercredi, jeudi), et à 5 jours pour Témiscouata-sur-le-Lac, secteur Cabano, et à Trois-Pistoles.

FORMATION GÉNÉRALE AUX ADULTES

Idéal pour les travailleurs saisonniers

Commission scolaire du Fleuve-et-des-Lacs

*La formation adéquate...
Le chemin pour y arriver*

Anglais
Français
Mathématiques
Sciences physiques
Chimie
Histoire
Physique
Optionnels

Témiscouata-sur-le-Lac (secteur Cabano)
Dégelis
Pohénégamook
Squatec
Trois-Pistoles
Formation à distance

Pour information :
Mme Sophie Beaulieu : 418 854-0720 ou 418 863-7720 poste 2247

Pour les centres qui ne sont pas encore à temps plein, il y a une possibilité d'augmentation à mesure que le nombre d'étudiants(es) augmentent. **Pour information, voir numéros de téléphone plus haut**. Nous sommes partenaires de vos projets de formation. Appelez-nous!

Activités pour les personnes aînées au Témiscouata

Journée pour les personnes aînées

Jeudi le 27 septembre aura lieu la 4^{ième} édition de la **Journée pour les personnes aînées** aux Galeries Témis, de 9h30 à 16h30. Sur place : kiosques d'information, conférences, pièce de théâtre, musique et surprises! Venez vous amuser et vous informer. C'est gratuit et toute la population est la bienvenue! Pour plus d'information, contactez Annie Desrosiers : optionloisirs@live.ca

Théâtre Parminou

Samedi le 29 septembre, le Théâtre Parminou vient nous présenter une pièce de théâtre en lien avec la maltraitance financière chez les personnes aînées. C'est au Centre culturel Léopold Plante à Pohénégamook (quartier St-Eleuthère) à 19 h. Cout : 5 \$. Billets à la porte.

Amenez votre voisine, votre chum ou votre sœur et répandez la bonne nouvelle!

Lucie Fortin, organisatrice communautaire

CISSS du Bas-Saint-Laurent

Direction de la Santé publique

418 779-2572 poste 14006

lucie.fortin.cisssbsl@sss.gouv.qc.ca

Centre intégré de santé et de services sociaux du Bas-Saint-Laurent

Installation CLSC Lac-des-Aigles

69, Principale, Lac-des-Aigles, G0K 1V0



Activités pour la vitalité intellectuelle MUSCLEZ VOS MÉNINGES



Une activité qui s'adresse aux personnes de 50 ans et plus sera offerte dans votre région à l'automne 2018 et l'hiver 2019. Musclez vos méninges : 10 ateliers de 2 heures en groupe (20 heures) sur des thèmes différents. Ces ateliers vous donneront des informations sur la mémoire et les autres facultés intellectuelles. Des trucs pour mieux se rappeler des noms, des numéros, des listes etc. Des activités pour stimuler la mémoire et la concentration. Coût : 20 \$



INFORMATION ET INSCRIPTION

- Isabelle Lévesque, 418 860-7587
- Horaire des ateliers : à déterminer (jour, soir et fin de semaine)
- yzabelle77@gmail.com

Vous êtes intéressés à former un groupe dans votre municipalité, n'hésitez pas à communiquer avec nous! NOUVEAU, dans quelques MRC, il est possible de suivre les ateliers de soir. On se déplace!

Site WEB : adauqar.uqar.ca

ADAUQAR

Le savoir accessible aux 50 ans et mieux



Relève le défi

Club santé de Dégelis

- > Vous vous préoccupez de la santé des aînés;
- > Vous êtes une personne en forme;
- > Vous êtes dynamique et souhaitez relever un nouveau défi;
- > Vous êtes disponible les lundis en après-midi.

Vous êtes la perle que nous recherchons pour faire partie de notre équipe de :

Monitrices

Communiquez avec :

Denyse Godbout
418 853-9123



→

Septembre à avril
À tous les lundis -
13 h à 15 h

ORGANISME



PARTENAIRES POUR UN MIEUX-VIVRE

Le 1^{er} octobre 2018

LA JOURNÉE INTERNATIONALE DES AÎNÉS est un moment privilégié pour souligner la valeur incommensurable des personnes âgées dans notre société. Cette année, le thème « *Partenaires pour un mieux-vivre* » veut mettre l'accent sur l'importance d'associer les personnes âgées dans les projets et décisions sur les enjeux qui les concernent.

Alors qu'il y a peu de temps, le vieillissement s'accompagnait souvent d'un retrait de la vie sociale, il est maintenant bien documenté et reconnu que les personnes âgées constituent un groupe qui participe grandement à la vie collective.

Les personnes âgées sont une force vive de nos communautés et plusieurs d'entre elles ont une riche expérience de vie, des compétences, des habiletés et l'envie d'apporter leur contribution.

Que ce soit dans la recherche de solutions pour la mise en place de diverses mesures visant à mieux s'adapter au vieillissement de la population, dans les questionnements sur les meilleures pratiques pour la santé des personnes âgées, en ce qui concerne l'adaptation de leur environnement, pour évaluer la qualité et l'accessibilité des soins et services auxquels elles ont droit, pour ajuster l'offre de loisirs, se prononcer sur des enjeux environnementaux et bien plus encore, il est primordial de considérer les personnes âgées comme étant les mieux placées pour exprimer leurs besoins et proposer des solutions.

En cette Journée internationale des aînés, et tout au long de l'année, coopérons dans l'atteinte d'objectifs communs en matière d'amélioration de la qualité de vie des personnes âgées afin d'être de fiers *Partenaires pour un mieux-vivre*.

ACTIVITÉS DANS LE CADRE DE LA JOURNÉE INTERNATIONALE DES AÎNÉS

**Journée des 55 ans & + et des proches aidants
sous le thème « *Changer d'air* »**

**Jeudi le 27 septembre 2018
de 9h30 à 15h30 aux Galeries Témis**

Horaire des activités :

- 9h30 Ouverture et présentation de la gagnante du concours métamorphose : La beauté au fil du temps.
- 10h30 Conférence avec Ciel d'Azur sous le thème « **Voyager en toute sécurité** »
- 11h15 Musique & Dîner (vous pouvez apporter votre lunch)
- 13h00 Conférence de Mme Carmen Bouffard, formatrice, ayant pour titre : « **Lâcher prise sur nos pensées irrationnelles** »
- 14h00 Conférence du Centre d'action bénévole sous le thème « **Maître de ses choix** ». Comment choisir mon nouveau milieu de vie si je quitte ma maison ou mon logement?
- 15h15 Dévoilement de la métamorphose & Tirage de prix de participation



Regroupement des assistées sociales et assistés sociaux du Témiscouata

Le RASST est reconnu apte à exercer une influence au service de l'effectivité des droits et de la promotion de ceux-ci. Notre activité a crû sensiblement en 2017, qu'il s'agisse de demandes reçues, de dossiers traités ou du nombre d'interventions. Fait à noter, le nombre de personnes recevant de l'aide sociale a diminué comparativement aux autres années. Plus de gens maintenant travaillent ou sont rendus à leur retraite.

Ce qui nous préoccupe actuellement, c'est que l'accès au droit a tendance à reculer dans notre pays. Le **non-recours** au droit est un phénomène majeur dans notre société. Il s'explique par un certain retrait du service public et, particulièrement, une réduction des fonctions d'accueil, d'orientation et d'assistance, au profit de procédures numérisées. C'est ainsi que le RASST se trouve chargé de rendre effectifs les droits des publics les plus vulnérables, en particulier les plus pauvres, âgés ou handicapés, qui subissent encore davantage ce recul du service public. Parmi les personnes qui sont venues pour défendre leurs droits, 99 % d'entre elles ont obtenu des gains effectifs pour améliorer leur condition de vie.

Le changement régulier des structures publiques construit une barrière à l'exercice des droits pour le commun des mortels. L'ignorance des procédures, de plus en plus complexes, produit le phénomène de non-recours au droit et, plus profondément, provoque des inégalités entre les individus et les groupes. Notre action auprès des gouvernements tente de rectifier le regard de certaines réalités vécues par rapport à la procédure qui interprète autrement cette réalité.

Entre autres, nous avons le projet d'implanter un revenu de base au Québec; c'est une des solutions dont l'organisme s'est doté pour réduire la discrimination, les inégalités et les préjugés. C'est un outil de lutte à la pauvreté qui vaut la peine d'être expérimenté pour avoir des données sur les effets que cela pourra faire dans nos communautés.

Nous vous invitons à vous joindre à nous pour travailler collectivement à rendre nos conditions de vie meilleures. Si vous sentez que vos droits sont lésés ou que vous n'avez pas recours à une aide, contactez-nous au 418-853-2975 ou par courriel au rasstdroit@gmail.com. Nous nous ferons grand plaisir de vous accompagner dans vos démarches.

Fanny Pilon, coordonnatrice

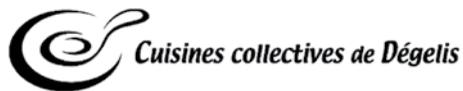


Un regard qui dérange

Le comité santé mentale du Témiscouata vous propose, dans le cadre de la **Journée mondiale de la santé mentale**, la pièce de théâtre "*Un regard qui dérange*" présentée par le Théâtre Parminou. Descriptif : La stigmatisation et la discrimination peuvent entraîner de la détresse et même, ultimement, mener au suicide. Personne n'est à l'abri de pensées suicidaires. Tout se joue d'un simple geste dévastateur. Prix : Gratuit. **10 octobre de 18h00 à 20h30**. Inscription en contactant au **Beaulieu Culturel au 418-899-2528**. Bienvenue à tous.

Line Robichaud, intervenante sociale
Source d'Espoir Témis - 418-854-0009
santementalebsl.org

ORGANISME



Les Cuisines Collectives de Dégelis : toujours en action!!

L'automne est à notre porte, ce qui signifie pour les Cuisines Collectives de Dégelis, le retour des activités. De nouvelles équipes se sont ajoutées à notre plage horaire, le service de dépannage alimentaire d'urgence est actif, et le retour des repas solidaires se pointe le nez pour une quatrième année!

Parlant de ces repas solidaires, rappelons qu'une fois par mois, un dîner est préparé par des bénévoles des cuisines collectives. Le principe est simple : pour un montant de **10\$**, je m'offre un dîner complet, et **pour 5\$ de plus**, une invitation sera offerte par les Cuisines Collectives de Dégelis à une personne qui en a besoin. La plupart des repas sont aussi parrainés par des organismes ou entreprises de Dégelis. Une belle façon de connaître nos ressources et de rencontrer des gens de la communauté.

Voici les dates des repas de cet automne :

Les jeudis de 11h30 à 13h00			
27 SEPTEMBRE	25 OCTOBRE	22 NOVEMBRE	20 DECEMBRE

Notez les dates sur votre calendrier!

Un autre projet cet automne :

Les chasseurs généreux!



**CHASSEURS
GÉNÉREUX**

Partagez, c'est dans notre nature!

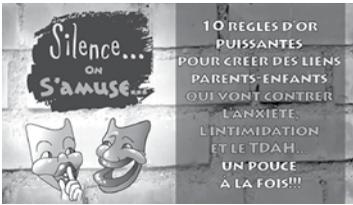
Dès cet automne, les personnes vivant une situation de vulnérabilité alimentaire au Témiscouata, pourront bénéficier de dons de viande de bois dans les paniers de service de dépannage alimentaire d'urgence, grâce à la générosité des chasseurs et au programme Chasseurs Généreux qui en est à sa première édition. Il incite les chasseurs de gros gibiers (orignaux, chevreuils et ours) à offrir une partie de leur butin à un boucher certifié pour l'offrir à un organisme d'aide alimentaire de la région pour les personnes à faible revenu.

Ce projet porté par les organismes de cuisines collectives, dont celles de Dégelis, est prometteur, puisque l'année dernière, ailleurs en province, « le programme a permis de distribuer plus de 2,4 tonnes (5 300 livres) de venaison à des personnes dans le besoin à travers le Québec. » Pour les organismes de cuisines collectives, ce projet est important, car plus de 300 demandes de service de dépannage alimentaire par année sont répondues sur le territoire du Témiscouata. Ces organismes qui sont aussi vulnérables financièrement, doivent user de diverses stratégies afin d'aider les gens de leur territoire qui sont dans des situations d'appauvrissement importantes. Chasseurs généreux est une belle réponse à leurs besoins.

Il est aussi important de souligner que d'autres partenaires financiers collaborent au projet : la MRC de Témiscouata a contribué à l'achat de congélateurs pour l'entreposage des viandes recueillies et COSMOSS Témiscouata pour la mise en place du projet sur le territoire.

Pour les chasseurs qui veulent donner de la viande, communiquez avec nous pour avoir plus de détails sur ce projet ou pour connaître les chasseurs certifiés de votre territoire.

Sur ce, l'équipe des Cuisines Collectives de Dégelis vous souhaite un automne chaud et coloré!



Daniel Caux, conférencier

Silence... on s'amuse!

Bonjour à tous! Nous sommes une équipe de conférenciers qui oeuvrons partout au Québec et au Nouveau-Brunswick. **Nous offrons des conférences « Silence on s'amuse »** afin d'outiller les gens à se réapproprier leur vie. Avant tout, pour y arriver, nous vous ferons découvrir qui est la personne la plus importante au monde!

De nos jours, avec la vie qui roule à vitesse Grand V, nous forgeons des masques qui viennent cacher qui nous sommes vraiment. Nous cherchons à répondre aux exigences de notre patron, de notre conjoint, des enfants et l'on se perd de vue. Les enfants semblent nous donner des signes comme quoi eux aussi ils ont besoin de nous et ce, pas uniquement physiquement mais surtout dans l'être. Ils développent alors des problématiques comme **le TDAH, des troubles anxieux, de l'intimidation** ainsi que **différents troubles du comportement**.

Nous comprenons ce que vous vivez car nous avons des enfants. La culpabilité et la honte nous envahissent souvent. Par contre, les outils « Silence on s'amuse » ont été et sont efficaces pour nous.

Pour répondre aux besoins de tous, « Silence on s'amuse » vous donne des outils lors des conférences. Ceci dans le but de revenir à un meilleur équilibre vital en augmentant l'indice de bonheur et en diminuant de façon surprenante les problématiques. Vous créez alors vos propres miracles! Cette nouvelle approche novatrice a été expérimentée auprès de familles et de gens vivant seuls. Quand ceux-ci appliquaient les outils

qu'on leur donnait, **en seulement une semaine** nous pouvons constater des progrès remarquables. Le secret n'est pas compliqué! Il suffit simplement d'appliquer les outils un peu à chaque jour de façon régulière! Voici certains résultats observés suite à une intervention de « Silence on s'amuse » :

Une **famille** vivant avec un **enfant ayant des besoins particuliers** urinait à chaque soir dans son lit. Après six semaines d'interventions régulières, il ne s'échappait qu'une fois par semaine. En plus, le jeune devait prendre chaque jour une médication pour une difficulté comportementale. Depuis que « Silence on s'amuse » est entré dans sa vie, il n'en prend tout simplement plus du tout! Deux autres enfants de cette même famille ne disaient jamais à leurs parents qu'ils les aimaient d'une façon bien sentie. C'était plutôt dit sous forme automatique et routinière avant de partir pour l'école. Maintenant, ils le verbalisent plusieurs fois par jour et ce, de façon bien ressenti. De plus, la mère a aussi constaté que depuis la naissance des enfants, celle-ci ne s'assoit plus à la table pour manger en famille. Depuis que ces outils sont entrés dans sa vie, non seulement elle a recommencé à manger avec eux et ce, de façon harmonieuse, elle s'est aussi réappropriée sa vie amoureuse! L'intervenant de « Silence on s'amuse » a dénoté plus d'une trentaine de miracles concrets et mesurables concernant cette famille!

Dans une autre famille, une **femme dans la quarantaine** faisait des **crises d'angoisse** deux à trois fois par jour. Après deux semaines d'interventions avec « Silence on s'amuse », elle ne fait plus de crise et ne prend plus de médication pour cette problématique. Sa difficulté lui occasionnait **la peur de voyager** et depuis qu'elle applique cette approche, elle a vécu deux voyages à l'intérieur d'un mois et elle en est très fière! Cette miraculée va venir témoigner de ses victoires dans certaines de nos conférences!

Suite...

ORGANISME

Silence... *On s'amuse!* (suite...)

Nos services concernent aussi les **célibataires** qui veulent s'outiller afin de développer leur force d'attraction dans le but de rencontrer l'âme sœur. Nous pouvons aussi outiller les **grands-parents et les aînées** qui veulent une santé préventive.

Vous aurez l'occasion, durant une conférence, de vivre une pratique d'exercice de centration recommandée entre autre par des médecins. Ceux qui veulent aller plus en profondeur avec cette approche, nous vous offrons un suivi de trois rencontres à la maison.

Nous serons de passage à Dégelis le 3 octobre 2018 à 19h au 2^e étage de l'hôtel de ville (porte de côté), 369 av. Principale. La conférence est au coût de 20 \$ taxes comprises. Payable en argent comptant ou par chèque. Bienvenue à tous!!

Daniel Caux, Mireille Tessier

Pour plus de détails, allez sur www.silenceonsamuse.com
Montréal (514) 464-9860 - Abitibi (819) 339-5314



Portes ouvertes au Centre des Femmes du Témiscouata

Saint-Louis-du-Ha!Ha!, 13 septembre 2018 - Le Centre des Femmes du Témiscouata vous invite à une activité portes ouvertes dans le cadre de la Journée nationale des Centres de Femmes 2018! Le mardi **2 octobre** sous forme de 4 à 8, toutes les femmes sont invitées à participer à la réalisation d'une œuvre collective avec

Catherine Soucy, artiste de la région. Venez découvrir votre Centre de femmes et son travail en souplant avec l'équipe! Bienvenue au 233-2 Commerciale, St-Louis-du-Ha! Ha! Nous vous attendons dès 16h pour l'accueil et la présentation d'une vidéo. Un repas sera servi à 17h15 suivi de l'activité créative. Invitez votre amie, votre petite-fille, votre belle-soeur, votre fille...! *L'activité est gratuite.*

POUR INSCRIPTION ET INFORMATION avant le 28 septembre : 418-854-2399.

Le Centre des Femmes du Témiscouata est un organisme communautaire qui vise l'amélioration des conditions de vie des femmes, par l'aide et l'entraide, l'éducation populaire et les actions collectives!

Restez à l'affut, d'autres actions suivront pour mieux faire connaître le travail des centres de femmes du Québec!

Source : Jessica Dubé, Centre des Femmes du Témiscouata
418-854-2399
femtemisjessica@videotron.ca



© Centre des Femmes du Témiscouata



Des nouvelles du Coin!

A l'aube de l'automne, les gens du coin viennent par l'entremise de l'Info-Dégelis vous dire un beau bonjour. La Maison des jeunes se porte bien; nous avons du personnel dynamique qui est prêt à vous accueillir et à vous divertir tout en apprenant sur différents sujets.

Nos jardins ont été mis en culture, légumes et fines herbes ont été semés. Suite à la récolte de nos jardins, nous offrirons des ateliers sur les conserves selon la méthode traditionnelle. Les jeunes exploreront la façon de mettre des légumes, sauce à spaghetti et autres produits en pots.

En plus de nos ateliers de cuisine, les animatrices organisent sporadiquement des ateliers sur différents sujets. Notre salle de musique s'est refait une beauté et nous avons fait l'acquisition de nouveaux instruments. Nous avons tout ce qu'il faut pour vous organiser un « band » (guitares, basse, ukulélés, batterie, clavier, micros, etc.). De plus, soirées à thème, tournois et sorties sont à l'horaire. Nous soulignerons la semaine des MDJ qui se tiendra cette année du 8 au 14 octobre.

Deux étudiants se sont ajoutés à notre personnel régulier durant la saison estivale, ce qui nous a permis de faire des améliorations substantielles à la MDJ. La Maison s'est refait une beauté et les jardins se sont faits décorer et mis en production; il nous reste à faire l'aménagement paysager autour des jardins. C'est un projet qui est remis à l'an prochain.

Durant les vacances estivales, plusieurs jeunes ont eu 11 ans et ils ont maintenant l'âge requis pour pouvoir fréquenter la MDJ. Donc, si tu as le goût de venir nous

voir, tu es le (la) bienvenu(e). Nos heures d'ouverture sont le jeudi de 18h à 21h, et le vendredi et samedi de 18h à 22h.

Lors de notre assemblée générale annuelle de juin, deux nouvelles administratrices se sont jointes à nous. Il s'agit de mesdames Chantal Leclerc et Karine Richard en remplacement de mesdames Monique Bard et Marie-Christine Thibault. Nous désirons souligner l'implication de Mme Marie-Christine Thibault pour ses deux ans passées avec nous, et de Mme Monique Bard pour avoir consacré plus de 10 ans à œuvrer au sein du C.A. de la Maison des jeunes. Nous tenons à vous remercier très sincèrement de votre grand dévouement.

En terminant, le conseil d'administration, les animateurs et les jeunes se joignent à moi pour vous souhaiter un très bel automne plein de soleil.

Yves Breton, coordonnateur

Un merci spécial à Métro Marché du Témis!

MERCI à Mme Joëlle Picard de nous donner l'opportunité de vendre des billets ou d'amasser des fonds à l'épicerie Métro Marché du Témis. À trois occasions, nous avons pu remettre ces dons :

- Au Quillethon Lorraine Ouellet Castonguay, la somme de 3 000 \$;
- Au Relais pour la vie, un don de 1 300 \$;
- Au bingo du festival Dégelis en fête, la jolie somme de 3 000 \$ dont 2 145,26 \$ ont été versés à la Fabrique de Dégelis par le Club Optimiste.

Merci à Métro et à tous les donateurs!

Fernande Grondin

Responsable de ces levées de fonds

metro
mon épicier

太極拳 *Tai Chi Chuan* *La tradition de l'école Yang*



FORMATION pour tous les
âges : lundi de 19h à 20h30



FORMATION pour les aînées :
Lundi de 10h à 11h30

Mouvements santé
« Premier cours gratuit »



Inscription avant le 30 septembre 2018
Pour information, téléphonez :
Miriam Gélinas au (418) 866-0332

ATELIER

Je prends ma santé en main

Êtes-vous motivé-e à améliorer votre santé, à retrouver l'énergie perdue et à garder un poids santé ?

Vous apprendrez à appliquer des méthodes simples, naturelles, mais surtout efficaces.

D'une durée de 8 semaines à raison de 3 heures par cours : à déterminer

Inscription obligatoire

Pour informations, rejoindre Miriam Gélinas ND. RD. au (418) 866-0332

Au Témiscouata, on donne au suivant!

Le projet « rang partagé » consistait à semer un rang supplémentaire dans son jardin pour l'offrir en don. Cette initiative s'adressait à tous les témiscouatins et témiscouatines qui ont un jardin à la maison. Des étiquettes ont été distribuées gratuitement pour identifier votre rang partagé.

Le temps des récoltes est démarré!! Offrez en dons vos fruits et légumes dans les réfrigérateurs libre-service mis en place. Ils sont installés à l'extérieur aux endroits suivants :

- Biencourt (au Centre des loisirs)
- Dégelis (à la Casa des Possibles, 650 6^e Rue Est à Dégelis)
- Packington (Bibliothèque municipale, 115 rue Soucy)
- Pohénégamook (Acti-Familles, 474 rue des Étudiants)
- Témiscouata-sur-le-lac (Cuisines collectives de Cabano, 774 rue Villeneuve)
- Témiscouata-sur-le-lac (Maison des jeunes l'Entre-Deux de Cabano, 35 rue St-Philippe)

Communiquez avec Marie-Danielle Duval au 418 854-1580 pour des informations supplémentaires. Consultez la page facebook : <https://www.facebook.com/Jardins-Collectifs-Un-jardin-pour-demain-210532759442100/>

Source : Marie-Danielle Duval, chargée de projet
418 854-1580

**L'alcool est-il
un PROBLÈME
pour vous?**

AA

ALCOOLIQUE ANONYMES

peut vous aider!

téléphone: 418 863-3490



Groupe Bénévole Dégelis

Voilà, les vacances sont terminées et le Groupe Bénévole Dégelis recommence ses activités. Alors, toi qui désire faire partie d'un groupe en aidant bénévolement, nous sommes là pour t'accueillir. Pour information, communiquez avec Jeannine Bouchard, présidente du Groupe bénévole, au 418 853-2511.

Un bel automne à tous!

Jeannine Bouchard, présidente



Nouvelles du Club Lions de Dégelis

Qui dit rentrée scolaire et frissons de septembre dit également retour des activités sociales et bénévolat de nos membres Lions!

Cette année encore, sous la présidence du Lion Martin Rioux-Beaulieu, le club se verra briller dans notre communauté. Nos 34 membres seront heureux d'enrichir cette organisation représentant plus de 1,7 millions de membres dans le monde; ce qui en fait l'une des plus grandes organisations au monde.

Cet été, vous avez remarqué la scène du Marché Gourmand Desjardins de l'avenue de l'Accueil? Sachez que le Club Lions de Dégelis aura offert 2 000 \$ à la réalisation de ce projet. Sinon, il n'est pas trop tard puisque ça se poursuit les dimanches et ce, jusqu'au 7 octobre prochain. Allez faire un tour!

Cette année encore, les Lions collecteront les lunettes correctives usagées et les montures. Elles seront ensuite

acheminées dans les pays en voie de développement. À Dégelis, chez le Dr Serge Michaud, vous y trouverez une boîte à votre disposition. Merci de votre geste!

Enfin, notre pont payant aura lieu le 21 septembre prochain. Ce n'est pas toujours agréable de stopper votre voiture au milieu de la rue pour vider vos poches de son contenu, soyons franc et honnête! Toutefois, rassurez-vous, votre précieux don est *redonné au suivant* sous forme de commandites, d'engagement et d'aide aux personnes moins bien nanties de notre région. Nous avons d'ailleurs remis 2 500 \$ à Ligne de Vie du Témiscouata au printemps dernier, un beau geste de solidarité.



Avant de vous souhaiter un bel automne, si vous désirez joindre notre club, il nous fera un grand plaisir de vous accueillir. Pour de plus amples renseignements, voici nos coordonnées. Au plaisir,

Sonia Gagné, secrétaire, Club Lions de Dégelis Inc.

C.P. 653, Dégelis (Québec) G5T 2C9

clublionsdedegelis@yahoo.ca

ORGANISME

FESTI QUAD DÉGELIS

Bilan de l'édition 2018

C'est avec une grande reconnaissance que l'organisation du FestiQuad tient à remercier la population de Dégelis qui partage les rues de la ville avec les quadistes pendant les deux jours de l'événement. Votre ouverture et de votre civisme font en sorte que le tout se déroule sans incident.

Une grande collaboration de la part de la municipalité et de ses employés est aussi primordiale dans la tenue d'une telle activité; nous sommes choyés à Dégelis!

Comme vous le savez déjà, le club Quad de Dégelis a scindé en deux volets son activité annuelle. En présentant en avril la première compétition de motocross de l'année sur le circuit Arénacross, cela nous a permis d'obtenir le double des inscriptions.

En ce qui concerne le volet consacré aux activités de quad, le club a proposé une fin de semaine de randonnées avec différents parcours pour tous les goûts :



- ✓ Randonnée « Clair, Nouveau-Brunswick »;
- ✓ Randonnée « Moose Valley »;
- ✓ Randonnée « Plage Auclair »;

- ✓ Randonnée « Traverse du lac Témiscouata »;
- ✓ Randonnée « Pont couvert de St-Jean-de-la-Lande ».

C'est plus de 130 participants qui ont sillonné nos magnifiques sentiers. Les organisateurs et commerçants de services reliés à l'accueil touristique s'entendent pour constater que de plus en plus, le FestiQuad est profitable quant aux retombées directes et indirectes qu'il génère.



C'est donc en remerciant chaleureusement chacun des participants, ses précieux bénévoles et ses nombreux commanditaires que l'organisation du FestiQuad vous dit.. « **À l'an prochain!** »

MERCI à nos partenaires majeurs

- Caisse Desjardins des Lacs de Témiscouata
- Ville de Dégelis
- Motel Claude
- Métro Marché du Témis
- Excavation Emilien Ouellet
- Usinage industriel Dégelis
- Excavation Soucy
- Station-service Michaud
- Decacer
- Garage Roger A. Pelletier • Kawasaki
- Épicerie Alain Morneau
- Horizon FM 95,5
- Sébastien Lavoie



Club Optimiste
Dégelis



Salutations des Optimistes

Bonjour! Au cours de ce dernier été, nous avons pu, au sein de notre communauté, vivre et réaliser de belles et enrichissantes activités. Tant individuellement que collectivement, les gens se sont engagés sans réserve et nous les en félicitons. « DÉGELIS EN FÊTE » est la preuve qu'il est possible de réaliser le beau et le grand.

Nous voulons remercier la population de s'être impliquée et ce, particulièrement lors des activités parrainées par le Club Optimiste. Grâce à votre générosité et votre participation, lors du bingo et du 5 à 7 de « DÉGELIS EN FÊTE », nous avons recueilli des argents qui vont nous permettre d'organiser et de soutenir des activités pour notre jeunesse de Dégelis. De plus, nous sommes heureux et fiers de verser à la Fabrique le montant de 2 145,26 \$: résultat du bingo. C'est au nom de tous les participants et participantes de cette activité que nous faisons ce don tout en souhaitant le renouveler l'an prochain.

Nous sommes fiers de soutenir les activités menées à Dégelis et d'y participer à l'occasion. Toutefois, la relève serait souhaitable et fort appréciée. Nous sommes un groupe de bons vivants qui aimons la vie.

En terminant, nous vous remercions encore de tout l'appui que vous avez apporté lors de nos activités et, nous souhaitons à vous tous un bel automne, suite logique du bel été que nous avons vécu et ce, malgré les embuches que certains ont dû surmonter durant cette période.

*Les membres du Club Optimiste
Par Jean-Louis Brillant*

NOUVELLES de la Clé des Chants

Une nouvelle coordonnatrice a été embauchée, en la personne de madame Nadia St-Pierre, et ce, depuis la fin août. Mme St-Pierre faisait partie du Conseil d'administration depuis plus d'un an et est au fait des dossiers de l'école. Nous lui souhaitons la meilleure des chances dans son nouveau mandat. Nous tenons aussi à remercier madame Jennifer Breton pour son excellent travail auprès de l'organisme et lui souhaitons du succès dans ses nouveaux projets.

La session d'automne est débutée depuis le 12 septembre et se poursuivra jusqu'au 1^{er} décembre prochain. Plusieurs disciplines sont offertes aux jeunes et adultes : chant, piano, violon, guitare, danse et batterie. Plus de 50 élèves sont inscrits pour la présente session. Le théâtre musical au primaire devrait se mettre en branle dans les prochaines semaines.

Nous vous invitons cordialement à venir encourager nos talentueux élèves lors de **notre spectacle** qui aura lieu le **1^{er} décembre prochain à 13h**. NOTEZ QUE CETTE ACTIVITÉ CONSTITUE NOTRE PRINCIPAL MOYEN DE FINANCEMENT...

Si vous désirez suivre des cours à la session d'hiver, vous pouvez contacter :

Nadia St-Pierre, coordonnatrice
418-853-2380 poste 281

Par courriel à : lacledeschants@outlook.com

ou via Facebook



Nos spectacles cet automne

P-A Méthot



17 novembre 2018 | 20H

Vous n'avez pas encore vos billets pour le spectacle de P-A Méthot... ouf, dépêchez-vous! Saviez-vous que ce spectacle sera en formule soirée DUO? Et oui, vous pouvez rajouter 20 \$ à votre billet de spectacle pour bénéficier d'une table d'hôte complète (incluant même un produit Molson) au restaurant Hôtel 1212. Informez-vous : 418-853-2332, poste 206.

Bien que l'été soit encore dans l'air, je dois vous parler du spectacle familial DUNORT, Pixèle d'étoiles, qui aura lieu le 2 décembre prochain à 14h. Cette pièce de théâtre nous raconte la ténacité d'un jeune rêveur et la force de l'amitié. Au début du spectacle, chaque enfant sera invité à écrire son rêve sur une étoile et à déposer cette

dernière dans le coffre aux trésors du rêve. Après le spectacle, les enfants pourront également essayer un casque de simulation 3D et s'envoler à bord de l'avion de DUNORT. Informez-vous : www.les4scenes.com ou 418-853-2332, poste 206.

L'été s'achève et je tiens, au nom de toute l'équipe, à vous remercier de votre présence fidèle lors de nos spectacles. Gardez un œil sur les spectacles de l'hiver au www.les4scenes.com

Gabrielle Gendron
Coordonnatrice Les 4 Scènes



Entrée
Soupe/Potage

Plat principal

1 TRIO de PÂTES

Spaghettini, sauce bolognaise, penne, sauce arrabiata, fettucini, sauce rosée, servi avec salade et pain à l'ail

2 FILETS de PORC

Tendres pièces de filet, servis sur un riz aux légumes, sauce érable et gingembre, accompagnés d'une salade et patates grecques

BREUVAGE : thé ou café

DESSERT

PROMO UN PRODUIT MOLSON LITE

Réservation : 418 853-2332 poste 206

Ajoutez 20\$ et obtenez ce forfait DUO

P-A MÉTHOT
17 novembre





Le Tremplin aura 20 ans!

Et oui!!! Déjà 20 ans pour Le Tremplin! L'équipe est déjà au travail depuis quelques semaines afin de préparer cette édition anniversaire qui aura lieu du 13 au 19 mai 2019. Une édition qui se veut festive, remplie de souvenirs et de retrouvailles et, surtout, mémorable.

Comme par les éditions précédentes, le concours aura lieu en mai mais, nous tiendrons des activités spéciales tout au long de la prochaine année. Nous vous invitons à suivre notre page Facebook et les médias car des annonces seront faites prochainement à ce sujet. Nous avons d'ailleurs débuté cette programmation spéciale par une vitrine d'artistes du Tremplin lors du Marché gourmand Desjardins du Témiscouata qui a eu lieu le dimanche 9 septembre dernier. Nous avons pu voir et entendre 4 artistes qui ont fait un passage au Tremplin soit Laurence Allie (Auclair), Alexandre Dionne (Edmundston), Dominik Deschamps (Témiscouata-sur-le-Lac) et Isabelle Pelletier (Edmundston).

Nous tenons à vous informer que la prochaine assemblée générale annuelle publique aura lieu le 6 novembre prochain à 19 h au Centre culturel Georges-Deschênes. Vous êtes invités à prendre part à cette assemblée. Ce sera aussi l'occasion de devenir membre du Tremplin et de contribuer à la pérennité de l'événement.

Grâce à un conseil d'administration passionné et disponible, des bénévoles dévoués, des partenaires et

collaborateurs fidèles et généreux et à un conseil municipal impliqué, le comité organisateur du Tremplin continuera sa mission culturelle : faire découvrir les artistes de la relève en chanson et en humour en plus de faire découvrir notre magnifique coin de pays.

Si vous désirez joindre notre équipe, vous êtes les bienvenus : partager le travail et le plaisir d'évoluer dans un projet rassembleur, c'est ce qui fait la vitalité du Tremplin. N'hésitez pas à communiquer avec Chantal au 418 853-3233.

Nous vous invitons à consulter régulièrement notre page Facebook pour être informés de nos dernières nouvelles et de nos activités. Réservez à votre agenda les dates du **13 au 19 mai** prochain. C'est un rendez-vous!

Bon automne!

L'équipe du Tremplin

Rendez-vous avec Zoom-Art au Salon des Artistes et Artisans du Témiscouata

La chaleur, les couleurs et le temps magnifique ont inspiré le travail des membres du Groupe Zoom-Art tout au cours de l'été 2018. Vous pourrez constater la beauté de leurs réalisations lors de la 10^e édition du Salon des Artistes et Artisans du Témiscouata qui se déroulera du 8 au 11 novembre prochain à la salle Charles-Guérette du Centre communautaire Dégelis.

Venez découvrir le talent de ces créateurs, et profitez de l'occasion pour faire vos emplettes de Noël ou tout simplement, pour vous gâter. Venez nous voir en grand nombre et merci de votre encouragement.

À tous et toutes, un bel automne 2018!

Glorianne Landry, présidente
Groupe Zoom-Art

Cinéma Dégelis

CARLA TURCOTTE était de passage au Cinéma Dégelis

Tout récemment, la ville de Dégelis et son Service des Loisirs étaient fiers de recevoir l'actrice Carla Turcotte, originaire de Dégelis, qui était de passage pour la présentation du film Sashinka, ainsi que pour présenter son court métrage « Des grandes journées d'temps » qu'elle a réalisé et tourné entièrement à Dégelis.

Les spectateurs ont donc eu la chance de pouvoir échanger avec elle sur son métier d'actrice et de réalisatrice. **Merci Carla! Ce fût très apprécié!!**



Le maire Normand Morin en compagnie de Carla

« La ville de Dégelis te félicite pour ton immense talent et te souhaite une belle et longue carrière artistique!! »

Horaire du Cinéma



Le Cinéma Dégelis a repris son horaire **4 jours/semaine**. Du vendredi au lundi (*sauf exception*) à 19h, il vous présente toutes les nouveautés projetées dans les grandes salles de cinéma au Québec.

Pour tout savoir concernant les films à l'affiche, surveillez la page Facebook du Cinéma Dégelis ou le site web de la ville de Dégelis au www.ville.degelis.qc.ca

Information : Isabelle Pelletier
ipelletier@ville.degelis.qc.ca - 418 853-2332, poste 232

Club de billard

Bonjour amateurs de billard! Voici des conservations entendues au cours de l'été... En juillet-août... « Ouf, il a fait chaud! » En septembre-octobre... « J'espère qu'on va avoir un aussi bel automne : un peu de chaleur ! » Hey, les gars! Il fait toujours chaud au Centre communautaire. Il est toujours possible de s'adonner à cette activité. De plus, les tables ont été améliorées : les poches « avalent » mieux. Ça rend le jeu plus intéressant. Encore cette année, à la fin octobre, les deux ligue (Straight et 8) se mettront en branle. Avis aux intéressés. Vous pouvez me contacter ou bien communiquer avec Chenel Lévesque. Cependant, les places sont limitées. C'est d'abord le choix des anciens qui prévaut avant de choisir de nouveaux membres. Un rappel : les tables sont plus permissives et elles attendent que vous les utilisiez.

N.B. Le 27 octobre prochain, un tournoi est organisé au profit des Prédateurs, équipe de hockey du Témiscouata. Aux intéressés, vous devez vous inscrire le plus tôt possible. Le nombre de joueurs est limité.

Salut à tous!
Joseph St-Pierre

Service des loisirs

Centre sportif de l'École secondaire de Dégelis

Depuis le 4 septembre dernier, le Centre sportif a repris ses activités. Vous pouvez pratiquer votre sport favori tel que badminton, volleyball, hockey cussom, soccer, etc. De plus, la salle d'entraînement Cœur Action est disponible et vous pouvez consulter une personne ressource pour l'élaboration d'un programme d'entraînement. Info : 854-3421 #2.

Centre communautaire Dégelis

Le service des Loisirs annonce l'ouverture de la glace de l'aréna pour la semaine du 8 octobre prochain. Encore cette année, plusieurs activités sont au programme : hockey sénior, hockey loisirs adultes, hockey féminin, hockey mineur, tournois, patinage libre, activité du temps des fêtes, etc.

Pour connaître l'horaire des activités et/ou pour réservation, communiquez au 418 853-2380, poste 114, ou consultez le site internet de la ville de Dégelis au www.ville.degelis.qc.ca.

HORAIRE DES PRÉDATEURS DU TÉMIS			
Date	Endroit	Heure (Qc)	Visiteurs
2 nov.	Dégelis	20h	Haut Madawaska
10 nov.	NDDL	20h	Kedgwick
18 nov.	Dégelis	14h	St-Basile
25 nov.	NDDL	14h	St-Quentin
30 nov.	Dégelis	20h	St-Jacques
7 déc.	Dégelis	20h	Bas Madawaska
14 déc.	NDDL	20h	Haut Madawaska
23 déc.	Dégelis	14h	St-Quentin
30 déc.	Dégelis	14h	Perth Andover
6 janv.	NDDL	14h	Kedgwick
13 janv.	Dégelis	14h	St-Basile
18 janv.	NDDL	20h	Bas Madawaska
26 janv.	NDDL	20h	St-Jacques
3 fév.	NDDL	14h	Perth Andover

Horaire régulier du patinage libre 2018-2019

- **Mardi & jeudi** : 14h à 15h (selon l'horaire scolaire)
- **Samedi & dimanche** : 18h à 19h20

N.B. Pour des raisons majeures, par exemple un tournoi, il peut arriver que les séances de patinage du samedi soir soient annulées. Par contre, d'autres séances pourraient être planifiées selon l'horaire des activités. Aussi, lors de congés scolaires et de tempêtes de neige, des séances de patinage et de hockey libre sont ajoutées à l'horaire.

Étudiants(es) recherchés

Nous recherchons des étudiants (es) qui seraient intéressés à travailler à temps partiel comme chronométreur, marqueur et/ou encore sur l'entretien pour la période hivernale. Si tu es intéressé(s), contacte ton Service des loisirs.

Souper des Bénévoles

Mercredi le 17 octobre prochain aura lieu le traditionnel souper des bénévoles organisé par la Ville de Dégelis en collaboration avec la Table de concertation en loisirs au Centre communautaire Dégelis. Les organismes de Dégelis seront contactés prochainement pour faire la réservation de billets pour leurs membres. Vous ne faites pas partie d'un organisme mais vous êtes impliqué comme bénévole? Alors, réservez votre billet en communiquant au 418 853-2380 #114 en mentionnant votre implication. Aussi, la prochaine réunion de la Grande Table de concertation aura lieu le mardi 2 octobre à 19h au sous-sol du Centre Culturel. Bienvenue à tous les organismes !

Carnaval d'hiver 2019

Le service des Loisirs de Dégelis, en collaboration avec la Table de concertation, est à l'élaboration de la 7^e édition du Carnaval Dégelis. La période de l'hiver retenue se situe vers la fin janvier ou encore le début février 2019.

Service des loisirs (suite...)

Des activités extérieures seront priorisées sans toutefois négliger les activités intérieures. Bien entendu, les activités annuelles de la semaine de relâche seront de retour au début mars. Les personnes intéressé(e)s à s'impliquer et/ou à soumettre des idées d'activités peuvent contacter le directeur des Loisirs au 418 853-2380, poste 114.

Terrain de jeux - Été 2018

Encore une fois cet été, le Terrain de jeux de Dégelis a connu un bon succès avec un total de 123 jeunes inscrits aux activités qui se déroulaient du 26 juin au 10 août. Plusieurs activités telles que : vélo, atelier de scrapbooking, activités culturelles et sportives étaient au programme sous la supervision d'animateurs qualifiés dans des domaines différents : enseignement préscolaire, soins infirmiers, psychoéducation, éducation spécialisée, technique de loisirs et plus... Chapeau à tous ces moniteurs qui ont démontré beaucoup de professionnalisme et de dynamisme pour faire passer un été de rêve aux enfants de 5 à 12 ans de Dégelis et les environs. Notons que pour une première saison, la garderie estivale était sous la direction du Service des loisirs et nous avons accueilli 55 enfants. L'utilisation des locaux de la ville a été à l'essai aussi cet été. Nous pensons poursuivre dans le même sens l'an prochain en apportant quelques modifications.

Aussi, grâce à la collaboration de plusieurs associations dont le Club Lions de Dégelis, les Chevaliers de Colomb de Dégelis et le Club Optimiste de Dégelis, celles-ci nous ont permis d'accueillir des jeunes avec des difficultés motrices et cognitives, et ainsi leur fournir une accompagnatrice lors des activités. **J'en profite pour mentionner aux parents de nous faire une demande à l'avance pour des cas d'accompagnement afin de nous permettre d'aller chercher la ressource et le financement pour répondre aux besoins de l'enfant.**

Bref, un bel été avec de nombreuses sorties à la piscine du camping presque toujours remplie à pleine capacité, des moniteurs dynamiques et des enfants heureux.

En terminant, je lance un appel aux étudiants qui désirent postuler pour un emploi d'été au Terrain de jeux de Dégelis et/ou pour un poste de sauveteur, de le faire assez rapidement pour nous permettre une meilleure planification de la prochaine saison estivale. Merci !

Guido Soucy, directeur
Service des Loisirs de Dégelis
418 853-2380, poste 114
gsoucy@ville.degelis.qc.ca



Soccer Dégelis vous informe!

L'été 2018 tire à sa fin et il est temps pour le Club de Soccer de Dégelis de dresser son bilan estival! La saison extérieure 2018 a permis à près de 210 joueurs de 5 à 60 ans de progresser au sein d'une douzaine d'équipes compétitives et récréatives au cours de l'été. Tous ces joueurs ont été supportés par une trentaine d'entraîneurs dévoués. De plus, Soccer Dégelis peut compter sur une quinzaine d'arbitres qualifiés.

Les équipes de catégories U10 et U12 féminin et masculin ont participé à la ligue de développement A.

Suite...

Soccer Dégelis *(suite...)*

Cette ligue permet aux joueurs de l'Est du Québec de s'affronter à trois reprises durant l'été lors de rencontres leur offrant la possibilité de développer leurs compétences. Ces rencontres ont eu lieu à Rimouski, Baie-des-Chaleurs et Matane. Les équipes de Dégelis se sont bien démarquées dans cette ligue. Bravo!

Les joueurs des autres catégories ont eu la chance de participer à plusieurs tournois et festivals durant l'été. Parmi ceux-ci, il y a le tournoi de Dégelis, organisé par Soccer Dégelis, qui s'est tenu à la fin juillet. Ce tournoi accueille des équipes U14 et U16. Durant cette fin de semaine, 12 équipes de l'Est du Québec se sont disputées les honneurs. Dégelis s'est démarquée en remportant la médaille d'Or en U14 masculin et en U16 masculin. L'équipe des U16 féminine s'est inclinée en finale. Ce tournoi est grandement apprécié par les équipes qui nous rendent visite. L'organisation solide et expérimentée offre un tournoi de grande qualité!

Il ne faut pas passer sous silence la participation de nos équipes U7 et U8 aux festivals de Ste-Luce et Rivière-du-Loup dans lesquels notre relève a eu l'occasion d'affronter des équipes de même calibre tout en s'amusant. De plus, bravo à nos petits TimBits U5-U6 pour leur assiduité aux entraînements et leur bonne humeur contagieuse!

Cette année encore, le Club a offert une session de soccer adaptée aux besoins particuliers d'une dizaine de joueurs. En provenance de partout au Témiscouata, les jeunes de 6 à 22 ans ont pu développer des compétences en motricité et en relation sociale. Quelques-uns de ces joueurs se sont rendus à Québec au début d'août pour un match amical contre une équipe de soccer adapté.

Au-delà de l'entraînement des joueurs, le comité de Soccer Dégelis a offert aux joueurs un camp de perfectionnement donné par L'académie Pro-Foot de

Québec Et dès la fin septembre, des sessions de futsal seront offertes pour les joueurs de catégories U9 à U13 afin de parfaire leurs habiletés et ainsi se donner un accès aux programmes régionaux de soccer. On leur souhaite bonne saison automnale!

Afin de conclure cette magnifique saison, les jeunes ont participé au traditionnel party de fin de saison. Près de 150 joueurs ont pu se démarquer lors de matchs amicaux. Plusieurs prix de présences ont été donnés ainsi que des breuvages et soupers offerts gratuitement.

Finalement, la vente de billets a connu un grand succès encore une fois. Un grand merci à tous les joueurs qui en ont fait la vente et félicitations aux gagnants :

- 1^{er} prix :** **Certificat-cadeau de 300 \$ au Coin du sport**
Gagnante : Jennifer Breton
- 2^e prix :** **Certificat-cadeau de 300 \$ au Marché du Témis-Metro**
Gagnante : Jasmine Soucy
- 3^e prix :** **Certificat-cadeau de 200 \$ à l'Hôtel 1212**
Gagnante : Rachel Fraser
- 4^e prix :** **Certificat à la SAQ de 150 \$**
Gagnante : Marie-Ève Beaulieu
- 5^e prix :** **Certificat-cadeau de 50 \$ au Petro-Dépanneur de l'Accueil**
Gagnante : Linda Gagnon

Toutes ces réalisations ne seraient pas rendues possibles sans la présence d'un comité dynamique, d'un directeur technique qualifié et des dizaines de bénévoles engagés. Nous profitons aussi de l'occasion pour souligner la générosité de nos fidèles partenaires financiers et plus particulièrement, la Caisse Desjardins des Lacs de Témiscouata et la Ville de Dégelis pour leur soutien!

Soccer Dégelis vous remercie et vous invite à venir encourager nos jeunes lors des prochaines compétitions!

Portrait **AFFAIRES**



CENTRE DU REMORQUAGE



Tél.: 418 853-5151
Fax : 418 853-9151



Remorquage 24 heures - poids lourd et léger (Local ou longue distance)
Survoltage - Déverrouillage de portières - Service de crevaison

Sortie 7 • Traverse Johnny-Griffin
1709, av. de la Madawaska
Dégelis, Qc G5T 1P5

NOUVEAU



RESTAURANT AUX TROIS FRONTIÈRES

*Venez essayer notre succulent smoked meat
ainsi que notre sauté de boeuf aux légumes!*

Ouvert du mardi au dimanche

1173, Avenue De L'Accueil, Dégelis
418 853-2888

HÔTEL DE VILLE

369, avenue Principale, Dégelis, Qc G5T 2G3
Tél.: 418 853-2332 - 1 877 degelis • Téléc.: 418 853-3464

