

Bulletin municipal



BIENVENUE

mars

Numéro 373



**PROCHAINES RÉUNIONS
du conseil municipal**

lundi 9 mars 2026

lundi 13 avril 2026

19H30



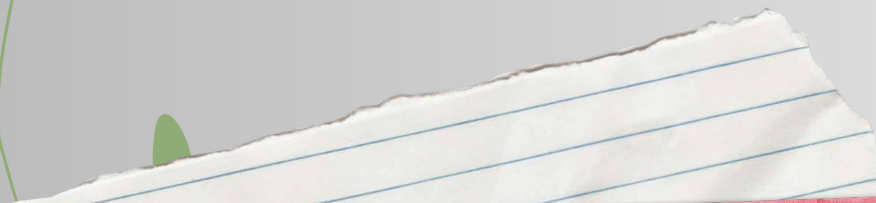
**Sous-sol de l'église
1 rue de l'église
Sayabec**

La réunion sera diffusée sur Facebook





CLUB DE TRICOT !
TOUS LES LUNDIS DE 13H À 15H
AU SOUS-SOL DE L'HÔTEL DE
VILLE
BIENVENUE À TOUS !



PAROISSE SAINT-NOM-DE-MARIE-DE-SAYABEC

8 MARS : MESSE 11H00

22 MARS : MESSE 11H00

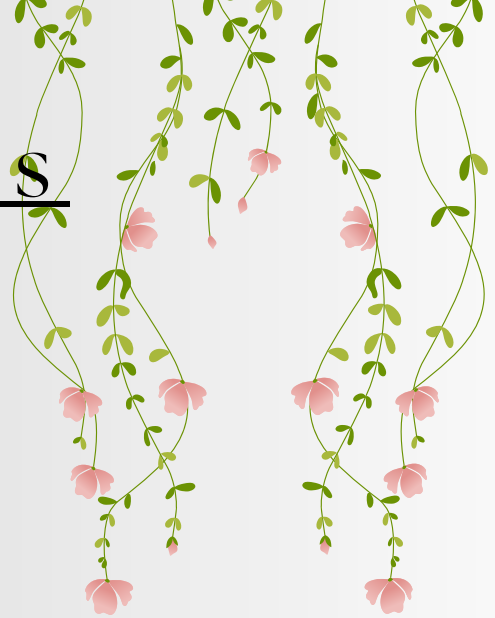
29 MARS : CÉLÉBRATION DOMINICALE DE LA
PAROLE 11h00
(DIMANCHE DES RAMEAUX)



leave the
decid
osen
ma
o

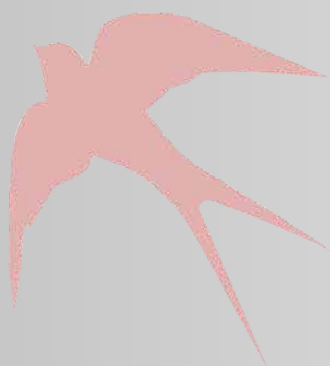


CLUB DES 50 ANS ET PLUS
ACTIVITÉS -
SOUS-SOL DE L'ÉGLISE



Danse : Dimanche le 22 mars dès 13h30

Soupe populaire: Mardi le 24 mars dès 11h45



LE 10 MARS ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DU CLUB DÈS
13H30 AU SOUS-SOL. LES MEMBRES SONT TOUS
INVITÉS;

SI VOUS DÉSIREZ VOUS IMPLIQUER DANS LE
CONSEIL D'ADMINISTRATION COMMUNIQUER AVEC
LE C.A.

Marie-Adèle Roy, présidente
418 536-3028

INSPECTEUR MUNICIPAL



**RETOUR À L'HORAIRE D'ÉTÉ
DÈS LE 1ER AVRIL 2026**



Lundis 9h à 16h



Mardis 9h à 16h



Mercredis



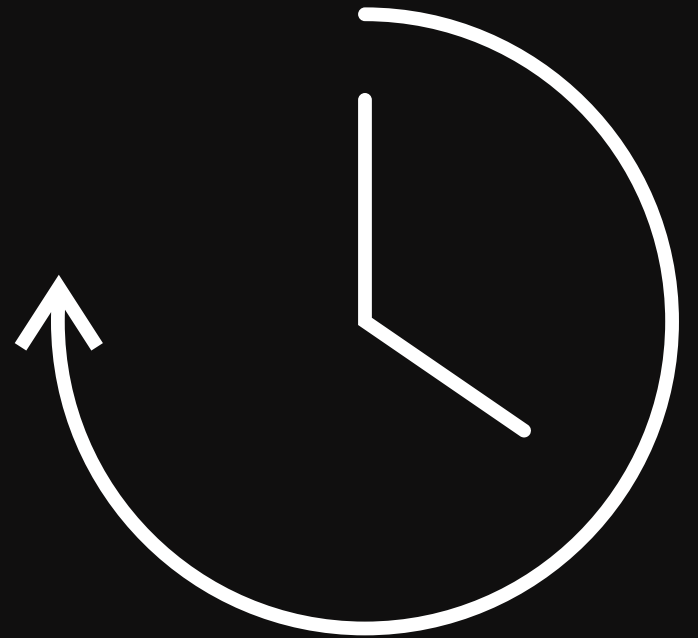
Jeudis 9 h à 12h



Vendredis



INFORMATIONS DIVERSES



**Attention !
N'oubliez pas
le changement d'heure**



**Changement
d'heure !
Dans la nuit du
7 mars au 8
mars
+1 heure**



INFORMATIONS DIVERSES

DATES DE PAIEMENT 2026

Taxes Municipales

1er versement 1er avril

2e versement 1er juin

3e versement 1er août

4e versement 1er octobre

5e versement 1er décembre



Nous offrons maintenant le paiement Interac à l'Hôtel de Ville

INFORMATIONS DIVERSES



Régie intermunicipale de traitement
DES MATIÈRES RÉSIDUELLES
MRC de La Matapédia et de La Mitis

1-800-631-2924 info@ecoregie.ca www.ecoregie.ca

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Pour diffusion immédiate

RAPPEL : LA TARIFICATION INCITATIVE DES DÉCHETS EST EN VIGUEUR POUR L'ENSEMBLE DE LA MATAPÉDIA ET DE LA MITIS ET COMPORTEMENTS DISGRACIEUX

Mont-Joli, le 11 février 2026. La tarification incitative des déchets est en vigueur depuis le 1^{er} janvier 2026 dans La Matapédia et La Mitis. À cet effet, la Régie tient à rappeler que lorsqu'il y a plus d'un bac roulant de déchets, peu importe la situation, une vignette de bac excédentaire est requise sur chaque bac après le premier bac. Ainsi, en rappel :

- Pour les **immeubles à logement**, des vignettes ont été envoyées en décembre aux propriétaires des immeubles afin que ceux-ci les apposent sur les bacs roulants. Si vous êtes locataire et n'avez pas de vignettes pour vos bacs excédentaires, contactez votre propriétaire.
- Pour les **cas spéciaux** (rues à sens unique, cul-de-sac où les bacs doivent être placés du même côté de la rue, les situations où plusieurs bacs sont placés ensemble au bout d'une rue, etc.), vous devriez normalement avoir déjà reçu des vignettes à apposer sur votre bac à déchet. Si ce n'est pas le cas, une demande de vignette doit être faite via le www.ecoregie.ca/formulaires, par courriel au info@ecoregie.ca ou par téléphone au 1-800-631-2924.
- Pour les **résidents, commerces et institutions**, une demande de vignette doit être faite via le www.ecoregie.ca/formulaires, par courriel au info@ecoregie.ca ou par téléphone au 1-800-631-2924. Les coûts de la vignette seront ajoutés sur le compte de taxes. Pour plus d'informations sur les coûts, contactez votre municipalité.

Comportements disgracieux envers les chauffeurs de camion de collecte

Après avoir été mise au fait de certaines situations choquantes depuis maintenant un an de gestion de la collecte, la Régie tient à rappeler que les chauffeurs et les équipes de collecte accomplissent leur travail avec professionnalisme et dévouement au service de la collectivité. Tout comportement disgracieux, irrespectueux, menaçant ou intimidant à leur égard est inacceptable et ne sera en aucun cas toléré.

Nous invitons l'ensemble des citoyens à faire preuve de civisme et de respect envers ces travailleurs essentiels. Le cas échéant, toute situation problématique pourrait entraîner un arrêt de service pour les personnes concernées et la Sûreté du Québec pourrait être mise au courant afin d'assurer la sécurité de tous.

INFORMATIONS DIVERSES



Régie intermunicipale de traitement
DES MATIÈRES RÉSIDUELLES
MRC de La Matapédia et de La Mitis

Pour plus d'information, les citoyens, municipalités et organismes sont invités à téléphoner au 1-800-631-2924, à écrire à info@ecoregie.ca ou à consulter le www.ecoregie.ca.

À PROPOS DE LA RITMR :

La Régie intermunicipale de traitement des matières résiduelles (RITMR) de La Matapédia et La Mitis est responsable de la gestion des matières résiduelles sur le territoire des deux MRC. Elle s'engage à offrir des services de qualité et à promouvoir des pratiques durables et la réduction de déchets à la source.

- 30 -

Source : **Vincent Dufour**, directeur général et secrétaire-trésorier
Régie intermunicipale de traitement des matières résiduelles des MRC de La Matapédia
et de La Mitis
Courriel : v.dufour@ecoregie.ca
Téléphone : 1-800-631-2924, poste 1138

INFORMATIONS DIVERSES

Le Mot **vert** du mois – « Vox pop - Top 5 » - Mars 2026

À la Régie, on se fait souvent demander où mettre les matières résiduelles. Nous avons donc regroupé vos questions et surprises en matière de tri afin de produire un TOP 5 des plus souvent remarquées !

1. « Qu'est-ce que je fais avec mes capsules de café ? »

La réponse dépend du modèle ! Si vous utilisez des **capsules compostables**, vous pouvez les déposer directement dans le bac brun. Si vous achetez des **capsules Nespresso**, il faut les placer dans le sac prévu à cet effet (offert gratuitement sur leur site Web). Une fois le sac rempli, déposez-le dans le bac bleu de récupération. Pour les **autres capsules**, videz le café dans le compost et mettez l'emballage de plastique à la récupération. Mais, la meilleure solution est la **capsule réutilisable** à l'infini, à la longue, elle est beaucoup moins dispendieuse et vous permet de mettre la sorte de café que vous désirez !

2. « Ah ouin, je peux mettre mes mouchoirs au compost ? »

Évidemment ! Il s'agit d'un **papier souillé**, donc il peut aller dans le bac brun. Même chose pour la serviette de table et l'emballage de poutine en carton !

3. « Les ampoules, on fait quoi avec ça ? »

Les fameuses ampoules, c'est facile de s'y perdre ! Les tubes fluorescents, les ampoules fluocompactes (en spirale) et les lampes UV et germicides (pour les plantes) vont dans un **point de dépôt** près de chez vous comme l'écocentre de Mont-Joli et la COOP Purdel à Amqui ! Pour ce qui est des ampoules incandescentes et des DEL, celles-ci vont dans la poubelle (bac vert ou noir). Pour plus d'information, visitez : recycfluo.ca

4. « Ma pinte de lait et de jus en carton, est-ce que je peux la mettre à la récupération ? »

Évidemment, il s'agit d'un contenant ! Tous les **contenants, emballages et imprimés** vont dans le bac bleu ! Qu'ils soient faits de papier, métal, carton, plastique ou verre, s'ils rentrent dans la définition d'un contenant, un emballage ou un imprimé, ils vont à la récupération. Donc maintenant, même les sacs de chips, les filets d'oignon et les papiers de barre tendre y vont. C'est bien plus simple qu'avant, plus de numéro à regarder !

5. « Quand j'étais jeune, je faisais une collection de CD, mais maintenant je ne les écoute plus, je fais quoi avec ? »

Surprenamment, certaines personnes les écoutent encore ! Il est donc possible de les donner ou d'aller les porter dans une **friperie** ou dans une **ressourcerie**. Les déchets des uns peuvent faire le bonheur des autres ! Cependant, s'ils ne sont plus bons, ils vont dans la poubelle (bac vert ou noir), mais le boîtier, lui, va à la récupération dans le bac bleu.

Si vous avez d'autres questions, visitez notre outil d'aide au tri au www.ecoregie.ca/collecte/aideautri.

Karolyne Beauchamp, Conseillère en gestion des matières résiduelles

Site Web : www.ecoregie.ca

Facebook : [@RITMRMatapediaMitis](https://www.facebook.com/RITMRMatapediaMitis)



INFORMATIONS DIVERSES



CERTIFICAT D'AUTORISATION DE RÉNOVATION

Avant d'investir du temps et de l'argent dans des travaux de rénovation, il importe de consulter le service d'urbanisme de votre municipalité afin de vous informer sur la nécessité d'obtenir un certificat d'autorisation ou non pour réaliser vos travaux.

Que ce soit pour modifier un escalier, remplacer des revêtements de plancher, des armoires de cuisine ou les appareils sanitaires de la salle de bain ou encore remplacer votre revêtement extérieur et vos fenêtres, certaines normes réglementaires à respecter peuvent s'appliquer.

Certains types de travaux nécessitent le dépôt de documents qui sont nécessaires à l'obtention de votre certificat. Lors de votre demande, assurez-vous d'avoir en main tous les documents requis afin de réduire le délai d'obtention.

SACHEZ QU'UN FORMULAIRE DE DEMANDE DE CERTIFICAT DE TRAVAUX DE RÉNOVATION EST DISPONIBLE À VOTRE BUREAU MUNICIPAL.

Le formulaire permet dans certains cas, de réduire le temps d'obtention du permis en plus d'indiquer clairement la méthode afin d'acheminer une demande complète à votre inspecteur en bâtiment et environnement.

Pour toutes informations supplémentaires, n'hésitez pas à contacter votre inspecteur en bâtiment et environnement, c'est avec plaisir qu'ils répondront à vos questions.

Un message de votre municipalité



MISE EN GARDE

Le présent document est un instrument d'information. Son contenu ne constitue aucunement une liste exhaustive des règles prévues aux règlements d'urbanisme. Il demeure la responsabilité du requérant de se référer aux règlements d'urbanisme ainsi qu'à toutes autres normes applicables, le cas échéant.



INFORMATIONS DIVERSES



GROUPE DE SOUTIEN

MARDIS

13H00 À 15H00

- Gratuit
- Collations offertes

INSCRIPTIONS

☎ 418-731-0084

✉ judith@calacsestbsl.com

📍 Centre de femmes de la Vallée
de la Matapédia - Amqui



Affronter les flashbacks, réduire
son stress, reconnaître ses
émotions et ses limites, apporter
des changements pour soi



Les mardis 24 mars, 31 mars, 7 avril et 14 avril



13h00 à 15h00



Gratuit / Une collation sera offert

Tu souhaites t'inscrire et ou tu as des questions?
Contacte Judith

Groupe fermé, idéalement les personnes participantes sont présentes
lors des 4 ateliers.

POUR NOS MATAPÉDIENS

5 JUIN
CAMPING
D'AMQUI
9H30 À 12H00



FORMATION

Planches adaptées - DO-SPORT



**Pour intervenants/proches
aidants/intéressés**

Objectifs :

Optimisation de la planche

Mise à l'eau

Embarquement sécuritaire

Utilisation sécuritaire



CONTACTER ALEXANDRE AU 418-896-4384



POUR NOS MATAPÉDIENS

Bra
vo!



L'évasion tout en douceur

Au Québec, en Gaspésie, Le Lièvre à bicyclette est une halte lumineuse et paisible où l'on se sent accueilli comme chez soi... mais en mieux.

Autrefois demeure du prêtre et siège de la Fabrique paroissiale, le presbytère de Sayabec a vu défilé des décennies d'histoires et de silence. En 2021, après un long sommeil, il a trouvé en Dominique Houle une nouvelle gardienne. Restauré avec patience et ferveur, il a retrouvé tout son cachet patrimonial : briques anciennes, fenêtres d'origine, portes en bois massif. Rien n'a été trahi, tout a été ravivé. Les murs respirent encore l'histoire, mais résonnent désormais des voix de voyageurs, d'artistes et de rêveurs venus s'y ressourcer.

Pour sa propriétaire, le nom Le Lièvre à bicyclette s'est imposé comme une évidence. Il évoque la liberté, la curiosité et l'élan joyeux de ceux qui suivent leur propre rythme. Une philosophie qui imprègne tout le lieu, où rien n'est formaté et où chaque séjour se vit à sa mesure.



Dès l'entrée, la maison enveloppe. La décoration reflète l'univers de Dominique. Un subtil mélange de mobilier Mid Century, de trouvailles asiatiques et de meubles anciens. Les chambres, spacieuses et baignées de lumière, conservent leur âme d'autrefois tout en offrant un confort contemporain. Chacune a sa personnalité, ses teintes, sa lumière.

Le matin, la grande salle à manger s'anime doucement. Sur la table, des produits frais de la vallée : fruits, pains, confitures artisanales. Les hôtes s'y rencontrent, échangent un sourire, un souvenir, une idée de balade. Souvent, les conversations prolongent le petit-déjeuner bien au-delà de l'heure.

Autour, Sayabec déroule ses paysages apaisants. Le lac Matapédia, long ruban d'eau bordé de forêts et de chalets ; les sentiers du parc régional de la Seigneurie-du-Lac-Matapédia ; la Maison de la culture, installée dans l'ancienne gare patrimoniale. Chaque saison transforme le décor. Dominique se souvient d'une soirée de la Saint-Jean : des musiciens fatigués, un frigo un peu vide, et cette envie de prolonger la fête autrement. « J'ai fini par leur cuisiner un vrai repas, à presque minuit », raconte-t-elle en riant. « On a mangé, chanté, refait le monde jusqu'au petit matin. C'est pour ces moments-là que j'aime ce métier. »

WWW.LELIEVREABICYCLETTE.COM

Publi-reportage

POUR NOS MATAPÉDIENS



Vous informe des initiatives pour les 0-30 ans HIVER 2026

DÉFIEZ LA SAISON

Un grand prix par saison : inscrivez-vous dans le formulaire!

Hiver

Sortie spéciale FAMILLES du mois!

18 janvier : Disco sur glace à Sayabec
21 février : Soirée magique à Val-D'Irène
8 mars : Pêche sur glace à Val-Brillant
Gratuit! Détails sur l'événement Facebook!

Les gratuités!

Voyez les activités et services, ainsi que le matériel que vous pouvez emprunter gratuitement. Rendez-vous sur la page ou le site de COSMOSS Matapédia

Défiiez l'hiver

Ce répertoire illustre les sentiers et les patinoires. Rendez-vous sur la page ou le site de COSMOSS Matapédia

JOURNÉE DÉCOUVERTE 6-17 ans

4 mars 2026
Une journée complète proposant des loisirs de toute sorte durant la relâche et tout est gratuit!
Détails sur notre site :

Derrière chaque accomplissement, il y a de la persévérance.

DU 16 AU 20 FÉVRIER 2026
LES JOURNÉES DE LA PERSÉVÉRANCE SCOLAIRE
#JPS2026

Amis des bébés et des tout-petits

Moments d'échange pour les futurs parents et les parents d'enfants de 0 à 5 ans

AMIS DES BÉBÉS

À la Maison des familles • À 13h30 • Gratuit • Bébés bienvenus

- 20 janvier : Introduction des aliments complémentaires
- 27 janvier : Astuces pour développer le langage de bébé
- 10 février : Installation sécuritaire du siège d'auto
- 24 février : RCR (Réanimation cardiorespiratoire)
- 10 mars : Soins grippaux et maladies contagieuses
- 24 mars : Soins dentaires
- 7 avril : Écrans dans nos habitudes de vie

AMIS DES TOUT-PETITS

À la Maison des familles ou en virtuel • Sur l'heure du dîner
Gratuit • Sans enfant

- 20 janvier : Équilibre et routine
- 24 février : Vague des émotions
- 24 mars : Lecture partagée enrichie
- 21 Avril : Apprentissage de la propreté



Pour ne rien manquer?
Suivez-nous sur facebook COSMOSS Matapédia
Vous avez une question?
Messenger de notre page fabecook

ACTIVITÉS ET LOISIRS POUR LA RELÂCHE



SEMAINE DE RELÂCHE

28 FÉVRIER AU 8 MARS 2025

SAYABEC

MERCREDI 4 MARS

Gratuit

JOURNÉE DÉCOUVERTE 6 À 17 ANS

9H À 16H

SENTIERS MIC-MAC

50 Route Sainte-Paule

Portes ouvertes pour les
6-17ans

Équipements et accès aux
sentiers **gratuit**

Équipement sur place :
Fatbike (12 à 17 ans)

Ski Hok

Raquette

Gratuit

TRANSPORT

9h et 13h15:

Départ de l'École Sainte-Marie

12h et 16h :

Retour des Sentiers Mic-Mac vers
l'école



RANDONNÉE AUX FLAMBEAUX

19H

Feu de joie
Chocolat-Chaud

Clair de lune

Pour information (Chalet des
Sentiers Mic-Mac):
418-536-5440 poste 1420

SENTIERS MIC-MAC

SENTIERS

50 Route Sainte-Paule

Ouvert 28 février au 8 mars

9h à 16h

Accès aux pistes (\$) :
gratuit 12 ans et moins

Location d'équipements (\$) :
(Ski hok, raquette et fatbike)

GLISSADE

Ouverte sur les heures
d'ouverture

Chambres à air et trottinettes
des neiges sur place

Gratuit

NOUVEAU



VENREDI 6 MARS

DISCO - PISCINE

Amqui

13H30 À 14H30

Inscription obligatoire
Place limitée

Priorité aux citoyens de Sayabec

Transport en autobus offert

Départ 12h45 de l'Église

Les enfants de 12 ans et moins
doivent être accompagné d'un
adulte

Gratuit

JEUDI 5 MARS

JEUX GONFLABLES

13H À 16H

Polyvalente de Sayabec

Les enfants de 2 à 10 ans doivent
être accompagné d'un adulte



Pop corn (\$)

Barbe à papa (\$)

Breuvage (\$)

Et bien d'autres

Activité
gratuite

DISCO - PISCINE

Amqui

13H30 À 14H30

Inscription obligatoire
Place limitée

Priorité aux citoyens de Sayabec

Transport en autobus offert

Départ 12h45 de l'Église

Les enfants de 12 ans et moins
doivent être accompagné d'un
adulte

Gratuit

SAMEDI 7 MARS

LASER TAG

10H00 À 21H30

Polyvalente de Sayabec

Groupe de 12 personnes si vous êtes
moins que 12, il est possible que vous
soyez jumelés avec d'autres personnes

25\$ par réservation

Places limitées

Réservez tôt

6 ans et plus

Durée : 45 minutes

Souliers d'intérieur obligatoires

Réservation obligatoire :

418-536-5440 poste 1410 ou Messenger
"Loisirs Sayabec"

Merci à nos

commanditaires:

Transport Duguay

Conciergerie Amqui

En collaboration avec:



ACTIVITÉS ET LOISIRS POUR LA RELÂCHE

COMMENT ÇA FONCTIONNE?

FAITES UN OU PLUSIEURS LOISIRS
PROPOSÉS DANS LA LISTE
CI-HAUT POUR LA SAISON EN
COUR, SOIT L'HIVER 2026,

COMPLÉTER UN FORMULAIRE
ET PEUT-ÊTRE GAGNER!

COMMENT PARTICIPER?

FAIRE DES ACTIVITÉS PROPOSÉES
SEUL OU EN FAMILLE!
TOUT LE MONDE PEUT
PARTICIPER, PETIT ET GRAND!
REEMPLIR UN FORMULAIRE
PAR PERSONNES
POUR LA PÉRIODE VISÉE, SOIT DU
1ER JANVIER
AU 31 MARS 2026,
LE FORMULAIRE EST DISPONIBLE
SUR LA PAGE FACEBOOK
DE COSMOSS MATAPÉDIA.

RÈGLEMENTS?

UN FORMULAIRE PAR PERSONNE POUR LA PÉRIODE
DU 1ER JANVIER AU 31 MARS 2026;

ÊTRE RÉSIDENT DE LA MATAPÉDIA.

PRIX?

LE PRIX POUR LA SAISON : UNE CARTE-CADEAU DE 100\$
CHEZ SPORTS EXPERTS



**DÉFIEZ
LA SAISON**

Un grand prix par saison : inscrivez-vous dans le formulaire!

Hiver

D	É	F	I
Glisser	Faire un feu extérieur	Faire un bain de neige	Pêcher sur la glace
Faire du ski de fond ou de la raquette	Patiner, jouer au hockey ou au ballon balai	Faire un bonhomme de neige ou un fort	Tenir une journée sans écran
Faire un casse-tête	Faire du ski alpin ou planche à neige	Aller à la bibliothèque	Faire une marche extérieure
Faire de l'artisanat ou du tricot	Jouer aux quilles	S'initier à un nouveau loisir	Jouer au curling

ACTIVITÉS ET LOISIRS POUR LA RELÂCHE

MERCREDI 4 MARS 2026
DURANT LA SEMAINE DE RELÂCHE

JOURNÉE DÉCOUVERTE 6-17 ans

Essaie un nouveau loisir
Présente-toi sur place à l'heure indiquée
Premier arrivé, premier servi / C'est gratuit



Ballon balai

Causapscal / aréna / 14h / matériel fourni et casque disponible / avec moniteur



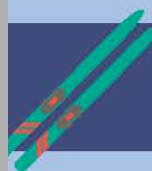
**Fat bike et
trotinette de neige**

Sayabec / sentier Mic-Mac 50, route de Sainte-Paule / 9h à 16h
Val-Brillant / patinoire / 13h30 à 16h et 18h30 à 20h30
matériel disponible et accessibilité aux sentiers / avec accompagnement



Hockey

Causapscal / aréna / 9h à 10h : 6 à 11 ans, et 10h à 11h : 7 à 12 ans / équipement obligatoire / perfectionnement avec les joueurs seniors *Bar Laser* de Causapscal



Ski de fond

Lac-au-Saumon / Club du Mont-Climont 45, Rue du Noviciat / 11h à 15h
matériel disponible et accès aux sentiers / avec moniteur



**Dessin et
art textile**

St-Moïse / centre communautaire / 13h à 15h30 / matériel fourni / avec animation



Tir à l'arc

Amqui / Club Arc-O-Val sous-sol de l'église (porte arrière) / 10h à 11h30 : 7 à 9 ans, 12h30 à 14h : 10 à 12 ans et 14h à 15h30 : 13 à 17 ans (12 ans et - avec adulte) / 12 pers. max en même temps / matériel fourni / apporter souliers d'intérieur / avec moniteur



Jeux de société

Amqui / Maison des familles 169, avenue Gaétan-Archambault / 10h à 15h
Ludothèque : prêt de jeux sur place / libre



**Ski hok et
raquette**

Sayabec / sentier Mic-Mac 50, route de Sainte-Paule / 9h à 16h
matériel disponible et accessibilité aux sentiers / avec accompagnement
Amqui / Maison des familles 169, avenue Gaétan-Archambault / 10h à 15h / libre



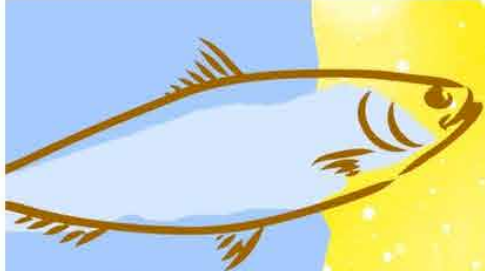
Quilles

St-Noël / 13h à 16h / 4 allées / avec accompagnement

Tu as une question ? Va sur facebook :

**DÉFIEZ
LA VALLÉE!**

ACTIVITÉS ET LOISIRS POUR LA RELÂCHE



présentent

TOURNOI DE PÊCHE

DU LAC MATAPÉDIA

Samedi 7 **2026**
Dimanche 8 MARS

ACTIVITÉS FAMILIALES TOUTE LA FIN DE SEMAINE

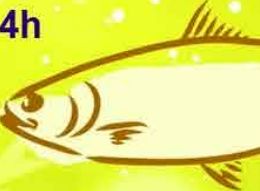
Samedi 7 mars
Compétition de perçeuses
Ballon-balai sur le lac
Souper au cipaille
Soirée festive avec Keven Côté

Dimanche 8 mars
Déjeuner
Activités familiales
Partie de sucre
Remise des prix
avec chansonnier Tom Gagnon

PLUS DE 7000\$ DE PRIX À GAGNER

Inscription au tournoi
À la Cédrière de Val-Brillant.
Vendredi 6 mars de 14h à 21h
Samedi 7 mars de 7h à 20h
Dimanche 8 mars de 7h à 14h

Coût d'inscription
16 ans et plus : 10\$
11 à 15 ans : 5\$
10 ans et moins : gratuit (accompagné d'un adulte)



Tous les détails : www.campingvalbrillant.com/tournoi-de-peche

Québec

Électricité
Garon inc.

Desjardins

Pourvoirie
de la Seigneurie
du Lac Métis

Partenaires médias

Amqui | Matapédia
VIVA
99.9

SÉLECTÔTEL

PROMUTUEL
ASSURANCE

Quincaillerie Sayabec inc.
Home
hardware

Conception graphique
Daniel Roussel

93.9
AMQUI
MATAPEDIA

ACTIVITÉS ET LOISIRS POUR LA RELÂCHE

PÊCHE SUR glace la journée familiale

**dimanche
8 mars**

**De 9 h 30
à 16 h**

À Val-Brillant

**Du côté de la Marina,
la Cédrière et la patinoire**

Activités gratuites

À la Cédrière de 9h30 à 14h :

Bricolages, jeux extérieurs, collation et breuvage

Bingos cadeaux :

- Imagés pour les tout-petits à 9h30
- Numéros pour les plus vieux à 10h30

À la Marina :

- Initiation à la pêche sur glace 9h30 à 14h
- Tire d'érable et chansonnier à 14h
- Remise des prix du tournoi à 15h

En tout temps :

Patinage (patins disponibles sur place), fat bike, glissade en tubes et trotinette des neiges

Service de cafétéria disponible à la Cédrière (\$)
Apporter vos boîtes à lunch pour le dîner!

Découvrez ou redécouvrez le célèbre tournoi de pêche
sur glace de Val-Brillant : facebook.com/loisirsVB

Sortie spéciale
FAMILLES
du mois!



En
savoir
plus :



Organisé par le comité Activités familiales :



ACTIVITÉS ET LOISIRS



au Gym
ArtFitness



**Lundi le 9 mars
à 13 h 30**

Inscription obligatoire
Places limitées



L'écoute et l'intervention
téléphonique se poursuit.

Téléphonez-nous,
Nous sommes là pour vous !
418 629-5197



Rayon de Partage
en santé mentale

Mars 2026

Heures d'ouverture :

Lundi au vendredi 8 h 30 à 12 h 00 — 13 h 00 à 16 h 15

À l'exception des fermetures ou activités à l'extérieur inscrites au calendrier



Paiement 2 jours
avant l'activité.
Sauf:
Cuisine
et BINGO

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
2 9h à 11h Jasette, toast, café Venez jaser et déjeuner avec nous ! 13h30 Jeux musical Hitster Inscription obligatoire	3 8h30 à 12h Accueil / Échange 13 h 30 Karaoké	4 FERMÉ AM 11h30 Soupe populaire Venez nous rejoindre ! 13h 15 Peinture à diamant Apportez la vôtre ou achetez-en une à Rayon	5 8h30 à 11h Accueil / Échange 11h à 13h Dîner tacos pour les 18 à 35 ans Inscription obligatoire 13h30 Jeux de société	6 FERMÉ
9 9h à 11h Jasette, toast, café Venez jaser et déjeuner avec nous ! 9h et 13h Peinture sur bois 13h30 Initiation à la boxe au Gym ArtFitness Inscription obligatoire Places limités	10 8h30 à 11h Accueil / Échange 11h à 13h Dîner pizza sur pain hamburger 3 mini-pizza pour 4\$ 1\$ par pizza supplémentaire Inscription obligatoire 13h30 Atelier sur les relations harmonieuses avec Marie-Soleil et Monique	11 FERMÉ AM 11h30 Soupe populaire Venez nous rejoindre ! 9h et 13h Peinture sur toile 13h30 Jeux de société	12 8h30 à 12h Accueil / Échange 13h à 14h Accueil / Échange 14h30 Raquette et marche avec le Gym Artfitness	13 9h Atelier de cuisine Inscription obligatoire 13h30 BINGO cadeaux 2\$ / la carte Inscription obligatoire

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
16 9h à 11h Jasette, toast, café Venez jaser et déjeuner avec nous ! 9h et 13h Peinture sur bois 11h45 Dîner à la Cantine Fortier Cantine à vos frais Suivi du billard au Bar le Billard à 13h 3\$	17 8h30 à 12h Accueil / Échange 13h30 Bricolage carte de Pâques Inscription obligatoire	18 FERMÉ TOUTE LA JOURNÉE 9h et 13h Peinture sur toile 11 h 30 Soupe populaire Venez nous rejoindre !	19 8h30 à 12h Accueil / Échange 13h30 Après-midi danse en ligne avec Julie au sous-sol de Rayon 17h à 20h Jeux vidéo et petites bouchées pour les 18 à 35 ans à Tremplin Travail	20 9h Atelier de cuisine Inscription obligatoire 13h15 Musique avec Louise
23 9h à 11h Jasette, toast, café Venez jaser et déjeuner avec nous ! 9h et 13h Peinture sur bois 13h30 On fait de la sauce à spaghetti pour le dîner de demain Inscription obligatoire	24 8h30 à 11h Accueil / Échange 11h30 Dîner spaghetti à la salle du 60 rue Ludger-Leblanc suivi de jeux de société Inscription obligatoire 5\$ Tirage des places disponibles le 19 mars	25 FERMÉ AM 11 h 30 Soupe populaire Venez nous rejoindre ! 9h et 13h Peinture sur toile 13h à 14h30 Accueil / Échange 15h Quilles Inscription obligatoire 6\$	26 8h30 à 11h Accueil / Échange 11h30 à 13h Dîner «Apportez votre lunch» On souligne les fêtes du mois Dessert et café GRATUIT 13 h 15 Après-midi détente au cinéma Figaro Film à déterminer 3\$	27 9h Atelier de cuisine Inscription obligatoire 13h30 BINGO cadeaux 2\$ / la carte Inscription obligatoire
30 9h à 11h Jasette, toast, café avec Marie-Soleil Moments de gratitude au quotidien 9h et 13h Peinture sur bois 13h30 Nouveaux jeux de société	31 8h30 à 11h Accueil / Échange 11h à 13h Dîner pizza sur pain hamburger 3 mini-pizza pour 4\$ 1\$ par pizza supplémentaire Inscription obligatoire 13h15 Comité activités et limonade maison suivi du comité journal	IMPORTANT * Pour toute information et inscription, téléphonez-nous ! 418 629-5197 * L'horaire est sujet à des changements sans préavis. * Lorsque les écoles sont fermées à cause de la température, nous sommes fermés également. * PRIORITÉ À CEUX INSCRITS AUX ACTIVITÉS. Si l'organisme est fermé, contactez en tout temps: le CENTRE DE CRISE au 1 866-277-3553 ou INFO SOCIAL au 811 option 2 pour du soutien psychologique.		

HORAIRE DES ACTIVITÉS

Mars 2026

SAVIEZ-VOUS QUE ?

NOUS OFFRONS

DES ACTIVITÉS DYNAMIQUES
ET RASSEMBLEUSES POUR LES

JEUNES ADULTES
DE 18 À 35 ANS ?



C'EST
GRATUIT ET
CONVIVAL !



suivez-nous sur
facebook

Rayon de Partage
en santé mentale

418 629-5197
www.rayondepartage.com
67, rue Desbiens Amqui, G5J 3P5

ACTIVITÉS ET LOISIRS

169, avenue Gaétan-Archambault
Amqui (Québec) G5J 2K9

Mars 2026



LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

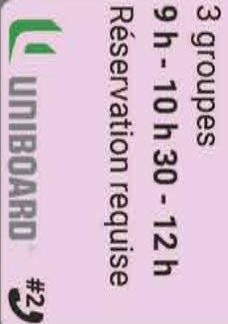
SAMEDI

DIMANCHE

1

2
Jeux de société
Bibliothèque
Madeleine-Gagnon
13 h 30 à 16 h

3
Brunch de la relâche
3 groupes
9 h - 10 h 30 - 12 h
Réservation requise



4
Journée découverte
Ski hok/raquette, jeux
de société, feu de
camp, collation et
chocolat chaud
10 h à 15 h

5

6
Ciné-famille
Film d'animation
La course des tuques
Cinéma Figaro
Entrée gratuite
13 h

7



8
Sortie pêche blanche
Bingo (tout-petits 9 h 30
et plus grands 10 h 30)
Cédrrière de Val-Brillant
Activités diverses
9 h 30 à 14 h

9

10
Amis des bébés
Soins grippaux et
maladies
contagieuses
13 h 30

11

12
Yoga pré/postnatal
Manon Harrisson
Sur inscription
10 h

13

Milieu de vie animé
Continu ton projet de
scrapbooking ou ton
album de bébé avec
Stéphanie
Dès 9 h

14

Biblio pour les petits
accompagné d'un adulte
Bibliothèque
Madeleine-Gagnon
Conte, activité ludique
10 h à 11 h

15

16

Milieu de vie animé
Club de marche avec
Vicky
Dès 10 h

17

18

19
Yoga pré/postnatal
Manon Harrisson
Sur inscription
10 h

20

21
Activité paternelle
Tire sur neige et jeux
extérieurs
Sur inscription
9 h 30

22

23

24
Amis des tout-petits
Lecture partagée
12 h 10 - 12 h 50
Amis des bébés
Soins dentaire
13 h 30

25

26
Yoga pré/postnatal
Manon Harrisson
Milieu de vie animé
Café-causerie avec
Rita 13 h 30

27

28

29

ACTIVITÉS ET LOISIRS

Retour du yoga pré/postnatal 🤸 # 2

Session de 4 cours avec Manon Harrison

Les jeudis de 10 h à 11 h

Du 12 mars au 2 avril

Coût: 20 \$/4 cours - Places limitées

Halte-garderie 🤱 # 5

Réservez tôt - Places limitées

Du lundi au jeudi de 8 h à 16 h

Le vendredi de 8 h à 12 h

Coût par demi-journée:

5 \$/ 1 enfant; 8 \$/ 2 enfants; 10 \$/ 3 enfants

Vérification de sièges d'auto 🚗 # 3

Technicienne certifiée (TSEP)

Sur rendez-vous seulement ➡



Ludothèque 🎲 # 3

Plus de 600 jeux de société

Points de dépôt disponibles

À la bibliothèque Madeleine-Gagnon, Amqui

À la bibliothèque Quilitt, Sayabec

Bac clé en main sur demande



◀ Liste des jeux

Réservation ➡



D'ÉCLAIREURS

Bacs Touche à tout 🤖 # 3

Bacs de jouets et jeux pour les enfants de 0 à 5 ans

Pour réservation: ➡ ➡



Mars 2026



418 629-1241

169, avenue Gaétan-Archambault Amqui



Nos heures d'ouverture

Du lundi au jeudi de 8 h à 16 h 30

Le vendredi de 8 h à 12 h



www.mdfmatapedia.org



Maison des familles de La Matapédia



dimanche
8 mars

De 9h30
à 16h

À Val-Brillant
Du côté de la Marina,
la Cédrière et la patinoire

Activités gratuites

À la Cédrière de 9h30 à 14h :

Bricolages, jeux extérieurs, collation et breuvage
Bingos cadeaux :
• Images pour les tout-petits à 9h30
• Numéros pour les plus vieux à 10h30

À la Marina :

• Initiation à la pêche sur glace 9h30 à 14h
• Tire d'érable et chansonnier à 14h
• Remise des prix du tournoi à 15h

En tout temps :

Patinage (patins disponibles sur place), fat bike,
glissade en tubes et trotinette des neiges

Service de cafétéria disponible à la Cédrière (\$)
Apporter vos boîtes à lunch pour le dîner!

Découvrez ou redécouvrez le célèbre tournoi de pêche
sur glace de Val-Brillant : facebook.com/loisirsVB



Tu as le goût de contribuer pour soutenir nos activités?

Tu peux faire un don de 3 façons :

- En argent

- Par virement à l'adresse courriel :

administration@mdfmatapedia.org

- Via le code QR ➡ ➡



À l'approche de la Semaine de relâche, plusieurs activités ont été planifiées afin de divertir petits et grands. La Maison des Familles invite les familles à venir profiter d'un environnement chaleureux, stimulant et adapté à leurs besoins.

De plus, ils mettent à la disposition des familles du matériel gratuit en prêt, dont :

- Jeux de société
- Bacs touche à tout
- Skis hoks
- Raquettes à neige
- Porte-bébé de randonnée
- Chariot avec skis
- Et plus encore!

Les familles peuvent passer directement à la Maison des familles pour découvrir tout le matériel disponible et emprunter ce qui leur convient le mieux.

169, AVENUE GAÉTAN-ARCHAMBAULT À AMQUI

ACTIVITÉS ET LOISIRS

ÉQUIPEMENT GRATUIT
avec



circonflexe

N'hésitez pas à communiquer avec votre municipalité

NOUVEAUTÉS pour l'hiver

CLUB DE SKI DE FOND DU MONT-CLIMONT Lac-au-Saumon

- Baby glider
- Casques, genoux et coudes de skis senior et junior
- Bottes de ski de fond
- Skis Fischer à peau



ARÉNA ET PARC Causapscal

- Patins artistiques enfants
- Gants d'hockey enfants
- Équipement de **ballon balai** junior et senior (souliers, bâtons, ballons, gants, jambières, coudes)
- Bâtons de marche
- Crampons pour la marche hivernale
- Casques d'hockey



LA MAISON DES FAMILLES Amqui

- Chariot sport Thule avec accessoires (hamac, sac de transport) avec trousse de conversion ski de fond
- Poussette Thule Urban Glide 3 avec accessoires (organisateur de rangement, barres de protection, toile contre la pluie)
- Renfort de poussette pour nouveau-né
- Portes-bébés Thule avec accessoires (sac bandouillère, toile de protection contre la pluie, moustiquaire)
- Casques de protections pour bébés



CLUB DE SKI DE FOND HARFANG DES NEIGES Amqui

- Raquettes pour enfants



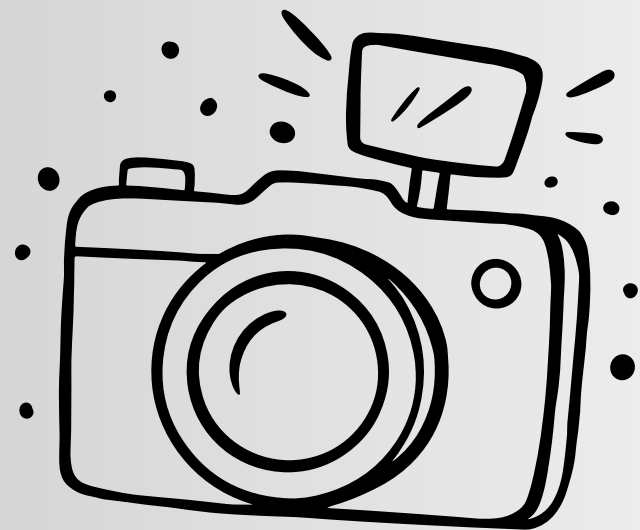
ARÉNA Sayabec

- Casques d'hockey avec grilles





ACTIVITÉS ET LOISIRS



IL EST ENCORE TEMPS DE PARTICIPER À LA 3E ÉDITION DU
CONCOURS PHOTO FLASHER SUR LA MATAPÉDIA, SOUS LE
THÈME

« À LA DÉCOUVERTE DE LA NATURE MATAPÉDIENNE ».

26 MAI — JOURNÉE DE LA MATAPÉDIA
NE MANQUEZ PAS LE CONCOURS PHOTO FLASHER SUR LA
MATAPÉDIA !

VOUS AVEZ JUSQU'AU 27 MARS POUR VOUS INSCRIRE.
TOUTES LES PHOTOS PRISES SUR LE TERRITOIRE DE LA
MATAPÉDIA AU COURS DES DEUX DERNIÈRES ANNÉES SONT
ADMISSIBLES.

MONTREZ-NOUS VOTRE REGARD UNIQUE SUR NOTRE RÉGION !
DÉTAILS ET INSCRIPTION :

WWW.MRCMATAPEDIA.QC.CA

DANS LA SECTION « 26 MAI – JOURNÉE DE LA MATAPÉDIA ».

ACTIVITÉS ET LOISIRS

SENTIERS MIC-MAC



2025-
2026

Randonnée - Raquette
Fatbike - Ski de fond



50 Route Sainte-Paule



Tarification



Raquette et randonnée

Individuelle: 20\$

Familiale: 30\$

Journalier: 5\$

Ski de fond et fatbike

Individuelle: 40\$

Familiale: 60\$

Journalier: 10\$

****Nouveau :** Nous acceptons le paiement Interac

Nous joindre : 418-536-5440 poste 1420

ACTIVITÉS ET LOISIRS

LOCATION ÉQUIPEMENT

SENTIERS MIC-MAC
SAYABEC



TARIFICATION

Fatbike	10\$/heure
*Raquettes	5\$ par demi-journée
*Skis Hok	10\$ par demi-journée
Gasque de vélo	5\$ par location

*Gratuit pour les enfants de 12 ans et moins

Pour informations et réservations :
418-536-5440 poste 1420



ACTIVITÉS ET LOISIRS



PATINAGE ET
HOCKEY LIBRE
CASQUE ET GANT OBLIGATOIRE
POUR LES PÉRIODES DE HOCKEY

**** IL EST FORTEMENT RECOMMANDÉ
DE PORTER UN ÉQUIPEMENT COMPLET**

SURVEILLEZ L'HORAIRE
SUR LA PAGE FACEBOOK
DES LOISIRS ET
CELLE DE LA MUNICIPALITÉ DE SAYABEC

GRATUIT POUR TOUS !

**** POSSIBILITÉ D'EMPRUNTER
PATINS, CASQUES ET
SUPPORT D'APPRENTISSAGE SUR PLACE**

HORAIRE VARIABLE À CHAQUE SEMAINE !!



**POUR INFORMATION
CONTACTEZ:**

VANESSA FILLION
418-330-0438

TARIFICATION CENTRE SPORTIF DAVID PELLETIER

Hockey Ballon sur glace	90 \$/heure 100\$/ 1 heure 120\$/1heure 160\$/2 heures	Forfait week-end d'hiver Du vendredi 15h au dimanche 20h pour un maximum de 14h/jour	Au-delà de 14h/jour : la 15 ^e heure et les suivantes sont facturées selon les dépenses réelles de surtemps engagées par la municipalité et s'ajoute au tarif 1 200\$
Parties de hockey mineur ou de ballon sur glace lors de tournois et compétition de patinage artistique	25\$/heure	Forfait week-end d'été du vendredi 15h au dimanche 20h pour un maximum de 14h/jour	1 000 \$ Au-delà de 14h/jour : la 15 ^e heures et les suivantes sont facturées selon les dépenses réelles de surtemps engagées par la municipalité et s'ajoutent au tarif
Organismes reconnus par la Municipalité : patinage artistique, ballon sur glace, hockey etc.	1\$/ heure +tx	Forfait un jour d'été Maximum de 14h/jour	400\$
Fête familiale (groupe à majorité de membre âgés de moins de 18 ans) ou groupe de cinq personnes et moins Offert du lundi au dimanche de midi à 16 h ainsi que le samedi de 17h à 22h à l'exclusion des jours fériés et selon la disponibilité Cette location inclue la salle du restaurant.	60\$/heure (L'entretien ménager est à la charge des usagers. Si l'entretien ménager doit être effectué par le personnel de l'aréna le tarif pour le nettoyage s'ajoute en complément)	Forfait un jour d'hiver, maximum de 14h/jour	550\$
Tarification de nettoyage en surplus : 75\$		Cuisine du restaurant	Comptoir seulement : 25\$/jour Avec équipement : 75\$/jour
		Salle de restaurant	100\$ Gratuit pour les organismes

PENALITE

En cas de réservation annulée avec préavis de moins de 24 heures (50% du coût de la location).
Excepté en cas de force majeure (tempête, panne de courant, etc.)

ACTIVITÉS ET LOISIRS POUR AVRIL ...



Mercredi 1er avril dès 18h30
à la bibliothèque municipale
et scolaire Quilit

LECTURE D'UN CONTE DE PÂQUES
ET ACTIVITÉ SUR PLACE



PLUS D'INFORMATION À VENIR



CALENDRIER MARS 2026



DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
1 R	2 E	3 L	4 Â	5 C	6 H	7 E
			Journée découverte 6 - 17 ans Biblio	Jeux gonfables Poly Sayabec		 TOURNOI DE PÊCHE V-B LASER TAG sayabec 10H À 21H30
8 Messe 11h HEURE D'ÉTÉ  TOURNOI DE PÊCHE V-B	9 RÉUNION DU MOIS 	10 Assemblée générale du Club dès 13h30 	11 Biblio	12	13	14
15	16	17	18 Biblio	19	20 PRINTEMPS 	21
22 Messe 11h Danse 	23	24 Soupe populaire dès 11h45 	25 Biblio	26	27	28
29 Célébration Dominicale de la Parole 11h	30	31				

MOTS MASQUES

Rayer dans la grille tous les mots de la liste ci-dessous. Ces mots sont toujours inscrits en ligne droite, horizontalement, verticalement ou diagonalement, à l'endroit ou à l'envers. Quand ce sera fait, il vous restera 10 lettres : assemblées, vous découvrirez le nom de celui qui arpente les sentiers...

N	O	I	T	I	S	O	P	X	E	T	E	L	L	I	U	J	E	U
B	O	N	J	O	U	R	H	I	R	O	N	D	E	L	L	E	O	A
A	L	I	L	C	H	A	N	T	B	R	O	N	Z	E	R	D	P	E
R	N	E	T	E	A	E	R	I	O	M	E	M	A	O	U	T	L	S
A	I	C	U	A	I	N	S	T	A	N	T	A	R	O	O	N	A	I
L	E	D	I	N	I	T	T	I	A	N	E	E	D	N	A	L	G	O
T	N	A	M	E	R	C	N	O	A	V	I	G	N	O	B	L	E	T
I	R	O	R	O	N	E	O	T	N	F	E	S	T	I	V	A	L	I
T	E	L	T	E	L	S	I	S	O	N	E	N	U	A	J	N	S	D
U	Z	N	O	C	V	B	O	I	S	R	I	S	I	O	L	I	R	E
D	U	N	E	V	A	A	N	C	H	A	L	E	U	R	A	U	I	V
E	L	I	O	H	N	P	R	A	I	R	I	E	R	L	I	R	A	E
E	S	I	O	H	C	E	N	B	A	I	G	N	A	D	E	C	N	R
R	L	I	B	E	R	T	E	E	S	N	E	P	E	V	A	G	X	S
E	L	A	C	S	E	U	C	E	B	R	A	B	E	N	O	R	U	O
I	O	M	B	R	E	N	I	M	E	H	C	R	C	G	E	I	E	I
V	U	N	I	V	E	R	S	P	L	U	I	E	R	U	E	L	F	R
I	U	V	I	G	N	E	U	Q	I	T	S	U	O	C	A	L	A	E
R	E	L	A	X	A	T	I	O	N	N	O	T	A	H	C	O	R	R
A	N	I	S	S	E	D	A	L	A	B	G	O	L	F	E	N	T	I
F	R	U	S	N	A	T	A	T	I	O	N	P	L	A	I	S	I	R
T	R	O	S	E	E	U	Q	I	S	U	M	I	O	A	M	I	S	U
I	L	O	T	N	O	L	L	I	P	A	P	E	C	N	O	J	A	O
N	R	S	T	I	U	P	I	S	C	I	N	E	L	A	G	O	N	S
G	R	E	N	O	U	I	L	L	E	G	A	L	L	I	U	Q	O	C

ACOUSTIQUE
ALTITUDE
AMIS
ANCIENS
AOUT
ARTISAN
ASSOCIATION
AVENIR
BAIGNADE
BALADE
BARBECUE
BISTROT
BLEU
BOIS
BONJOUR
BOURGOGNE
BRAVER
BRONZER
CAMP
CANTONNIER
CHALEUR
CHANT
CHATON
CHEMIN
CHENE
COQUILLAGE

CREMANT
DESSIN
DEVERSOIR
DOMAINE
DOUDOU
DRUIDE
DUNE
ECHO
EDITO
ENVOL
ESCALE
EXPOSITION
FESTIVAL
FEUX

FLEUR
FOIN
GLANDEE
GOLFE
GRENOUILLE
GRILLON
HABITANT
HIRONDELLE
ILOT
INSTANT
JAUNE
JEU
JONC
JUILLET

LAGON
LEZARD
LIBERTE
LOISIRS
LUZERNE
MEMOIRE
MER
MUSIQUE
NATATION
OCEAN
OISEAU
OMBRE
PALAIS
PAPILLON

PENSEE
PINGPONG
PISCINE
PLAGE
PLAISIR
PLUIE
POESIE
PRAIRIE
PUITS
RAFTING
RELAXATION
REVERIE
RIVIERE
ROSEE

SIECLE
SOLEIL
SOURIRE
SURF
TENTE
UNIVERS
UTOPIE
VACANCES
VIGNE
VIGNOBLE
VOILE
ZOO

Réponse : RANDONNEUR