

# *Le 4 saisons*



**Baie-des-Sables**

*Édition automne 2019*

# TABLE DES MATIÈRES

## **Suggestions de lecture et nouvelles de la bibliothèque** **p.4**

Par Françoise Vaillancourt, présidente du comité bibliothèque

## **Notre école et son milieu** **p.6**

*Soutien dans le projet de revitalisation de la cour d'école*

Par la direction et les membres de l'équipe-école Assomption

## **Entrepreneuriat** **p.7**

*Histoire d'un vieux divan* – Par Serge Woltz, propriétaire du gîte au 40 de la mer

*Message du dépanneur chez « B »* – Par Bérangère Fournier et son équipe

## **Bons coups** **p.10**

*Des Baie-des-Sabliens se démarquent*

Par Maggie Beaulieu-Pelletier, rédactrice-éditrice du Journal 4 saisons

## **Développement local** **p.11**

*Un grand succès pour les Fêtes du 150<sup>e</sup>*

Par André Charette, membre du comité des Fêtes du 150<sup>e</sup>

## **Sport** **p.12**

*Un bel été, ça fait du bien!* – Par les membres du CA du Club de ski de fond

*Le gym de Saint-Ulric, un centre de proximité* – Par l'équipe bénévole du gym

## **Culture** **p.16**

*Les Journées de la culture* – Par les membres du comité culturel et Daphnée St-Onge

*Le coin des fermières* – Par Odette St-Laurent, présidente du Cercle des fermières

*Invitation de L'Écho des Sables* – Par Suzy Bergeron, membre de la chorale L'Écho des Sables

## **Opinion libre** **p.19**

Par Sylvie Raymond, citoyenne de Baie-des-Sables

## **Espace jeux** **p.21**

Les 7 erreurs – Mots cachés – Solution des jeux de l'édition juin 2019

*Crédit photo page couverture : Michel Hébert*

## MOTS DES ÉDITRICES

Par Maggie Beaulieu-Pelletier et Suzy Bergeron

Nous avons pris énormément de temps avant de rassembler notre courage pour enfin pouvoir écrire ces quelques lignes. Comment conjuguer les préparatifs et la tenue mémorable des festivités du 150<sup>e</sup> avec le décès tragique d'Israël et plus récemment, la mort d'Éloi, membre de notre comité et chroniqueur à ce Journal?

Et puis, un matin, le thème de la communauté a surgi comme une évidence. L'été 2019 fut celui qui nous aura montré que l'on peut tous, petits et grands, célébrer ensemble et les semaines suivantes, tous ensemble, proches et moins proches, être profondément attristés et solidaires. Ceci est le propre d'une communauté. Nietzsche le dit si bien : « Toute communauté - un jour, quelque part, d'une manière ou d'une autre - rend "commun" ». Si la générosité et la force de notre communauté furent le dominateur commun de la saison passée, nous souhaitons qu'il le soit encore pour la saison à venir, et ce, avec douceur et calme.

Vous avez été nombreux à nous remettre un article ces dernières semaines. Certains ont attendu une saison entière avant d'être publiés et, faute d'espace, d'autres aiguiseront leur patience à leur tour. Nous tenons à vous remercier sincèrement chers chroniqueurs et citoyens puisque vos articles et commentaires font une grande différence dans le contenu et la raison d'être de ce journal.

L'équipe du Journal 4 saisons tient également à remercier Monsieur le Député Matane-Matapédia Pascal Bérubé pour sa réponse positive à notre demande de commandite de 200 \$ pour l'année 2019.

**Vous avez un bon coup, une photo, une annonce ou un article à partager ?**

**Communiquez avec Maggie ou Suzy par courriel [journal4saisons@gmail.com](mailto:journal4saisons@gmail.com) ou avec un des membres du comité de la bibliothèque.**

**Dates de tombée :**

**5 décembre, 5 mars, 5 juin, 5 septembre.**

**Membres du comité de la bibliothèque :**

Françoise Vaillancourt	Liliane Ferland
Diane Beaulieu	Julie Beaulieu
Nathalie Boucher	Jocelyne Guimont



Monsieur le Maire Denis Santerre (à gauche) et Monsieur le Député de Matane-Matapédia Pascal Bérubé (à droite)

**\*Rappelons que le Journal peut être consulté en ligne sur le site de la municipalité sous l'onglet *Documents et publications*.**

# SUGGESTIONS DE LECTURE

Par Françoise Vaillancourt, présidente du comité Bibliothèque



## **La vraie vie - Adéline Dieudonné**

Merci à Francine Sauvé de me l'avoir suggéré. Vie lugubre, père violent, la narratrice trouve réconfort dans sa relation avec son frère. Comment le drame qui les frappe se terminera-t-il?



## **Si tu passes la rivière - Geneviève Damas**

Poignante histoire de François, jeune paysan naïf et ultrasensible en quête de vérité et de liberté. Prisonnier de son milieu familial rigide et fermé, François passe le plus clair de son temps à garder les cochons auxquels il parle et se confie.

Deux petits romans qui décrivent une réalité dure vécue et décrite par la voix dans le premier cas d'une enfant et dans le deuxième d'un adolescent. Tous deux d'une si belle plume que le drame se fait sinon beau, du moins touchant, pénétrant.



## **Le bug humain – Pourquoi notre cerveau nous pousse à détruire la planète et comment l'en empêcher Sébastien Bohler**

Nous entendons quotidiennement parler de l'avenir de notre planète et de l'humanité qui devra vivre sur cette terre. Nos gestes pour contrer la catastrophe seront-ils suffisants? Pour nous éclairer : Boucar Diouf ("Make America Greta again?" LaPresse, 14 septembre 19). Dans son article, Boucar parle d'un livre auquel il fait référence : Le bug humain, Pourquoi notre cerveau nous pousse à détruire la planète et comment l'en empêcher, de Sébastien Bohler. L'auteur est docteur en neurosciences et rédacteur en chef du magazine Cerveau & Psycho. Première phrase de l'introduction : "Nous sommes peut-être la dernière génération qui vit dans l'opulence, la santé et la consommation sans frein." Mais l'auteur propose des solutions pour maîtriser les mécanismes de notre cerveau qui le poussent à agir comme un prédateur sans limites des ressources de notre planète.

Bon, je vais le lire et vous en dirai ce que j'en ai pensé...et pourquoi pas venir le chercher à la bibliothèque et qu'on en discute. Il y a aussi une copie disponible au CRSBP, donc 2 copies pour 2 lecteurs à la fois.

Ah, je sens que l'automne sera riche de découvertes et en discussions!

## **DES NOUVELLES DE LA BIBLIOTHÈQUE**

Les enfants du camp de jour sont venus tout l'été à la bibliothèque pour le club de lecture. Nous avons commencé avec eux un texte qui reliait le thème de cette année (le fantastique) aux fêtes du 150<sup>e</sup>. Le texte est resté en plan. Je vous le transmets malgré tout, car c'était un bel exercice d'écriture à 10 mains.

### ***Un village fantastique nommé Baie-des-Sables***

*Cette année c'est la fête du 150<sup>e</sup> de Baie-des-Sables. Les plus beaux jours de l'année sont cet été, du 20 au 28 juillet 2019. Un groupe d'extraterrestres va descendre de leur planète pour venir voir ces événements très spéciaux. Ils vont venir manger et ils vont venir au centre communautaire goûter nos spécialités. Un passage secret relie le centre communautaire à leur planète. Un premier extraterrestre glisse dans le passage et tombe sur le chapiteau. La toile déchire et il tombe dans la barbe à papa du Club de lecture. Et là, il trouve de l'or et un livre qui raconte toutes les fêtes du 150<sup>e</sup> ...*

Je laisse les auteurs poursuivre le fil de leur imagination et se créer un beau souvenir des fêtes et des rencontres familiales qu'elles ont suscitées.

Puis, il y a eu les absences de plus en plus fréquentes d'Éloi Giguère, notre fidèle bénévole. Il se préoccupait particulièrement de trouver à chaque jeune la lecture qui lui convenait. Il lisait les livres jeunesse pour bien accomplir cette mission qu'il s'était donnée. Dans le tourbillon des fêtes, plusieurs n'ont pas remarqué que, plus tard encore, Éloi ne venait plus du tout. Éloi était trop malade, trop fatigué. Et maintenant il laisse un grand vide. Je l'apprends peut-être à quelques-uns qui n'ont pas su. Éloi est décédé, mais on peut le remercier du beau souvenir qu'il nous laisse.

Maintenant, les recettes (non pas celle du pain aux bananes).

Recette pour attirer les jeunes à la bibliothèque : surtout le plaisir de se retrouver entre amis(es), le casque de la réalité virtuelle et le pain aux bananes. Est-ce que je me trompe?

Recette pour amener les plus vieux à la bibliothèque? Un club de lecture? Un thé? Une pointe de tarte? J'attends la réponse.

## NOTRE ÉCOLE ET SON MILIEU

### SOUTIEN DANS LE PROJET DE REVITALISATION DE LA COUR D'ÉCOLE

*Par la direction et les membres de l'équipe-école Assomption*

Toute l'équipe de l'école Assomption tient à souligner la contribution exceptionnelle du *Club des 50 ans et +* de Baie-Des-Sables pour le soutien financier dans le projet de revitalisation de la cour d'école. Grâce à leur support, nous pourrons débiter le réaménagement de l'espace récréatif de l'école. Un vent de changement souffle sur notre école depuis quelques années et des projets stimulants et créatifs voient le jour. Merci à vous tous membres du *Club des 50 ans et +*. Voici la photo de la remise du chèque de 1000 \$ par M. Denis Therrien, président et M. René Ouellet, vice-président du club au directeur de l'école M. Dany Bouchard.



Suite au souper Hot Dog qui s'est tenu le jeudi 6 juin dernier à l'école Assomption, nous tenons à remercier chaleureusement tous nos commanditaires et donateurs pour cet événement.

Grâce à vous tous, membre de la communauté, parents et amis, nous avons été en mesure de récolter une somme avoisinant les 5000 \$ lors de l'événement. À cela, s'ajoute un montant de 1000 \$ offert par le *Club des 50 ans et +* de Baie-des-Sables, un montant de 6400 \$ de la municipalité de Baie-Des-Sables, ainsi qu'un appui financier de la fondation Oasis de 5000 \$. Nous ne pouvons passer sous silence, le montant de 205 \$, récolté lors de l'encan tenu par le directeur de l'école, M.

Dany Bouchard. Les sommes amassées nous permettront de débiter le réaménagement durant l'année 2019-2020. Nous voulons également remercier, M. Jacques Bélanger pour la confection de belles tables de pique-nique pour nos jeunes.

Encore une fois merci à vous tous et aux bénévoles. Nous sommes énormément reconnaissants de votre soutien tout au long de l'année scolaire.

## HISTOIRE D'UN VIEUX DIVAN

Par Serge Woltz, propriétaire du gîte au 40 de la mer



Il était si vieux qu'on en ignorait et l'âge et la provenance. L'artisan qui l'avait imaginé, dessiné, puis patiemment fabriqué à l'aide de rudimentaires outils doit sans doute sucer des pissenlits par la racine depuis fort longtemps. Mais ce vieux bougre de divan, déménagé par vents et marées, lui aura survécu pour se retrouver à un village d'ici, Métis-sur-Mer, dans une de ces belles vieilles maisons qui en font sa réputation.

Si ce divan pouvait parler, il en aurait des histoires à nous raconter. Combien de fesses a-t-il soutenues, combien d'avant-bras ont trituré ses accoudoirs, combien de lombaires son dossier a dû soulager. Et que dire de toutes ces conversations enregistrées secrètement qui sommeillent dans les ourlets du velours usé de son recouvrement. Il doit se souvenir de chaque jasette, de chaque commérage, de la moindre indiscrete chuchoterie. Pas étonnant que la paille de son rembourrage s'est affaissée pour ne pas dire « a fessée » et que la patine du temps a eu raison du vernis de la laque de son bois foncé.



Mais ce n'est certainement pas seulement le froufrouement de prudes fougones ou même le piétinement d'une ribambelle de petits petons qui ont mis à mal les ressorts pourtant robustes de ce canapé. Il dut y avoir des ébats plus enflammés que de simples entretiens pour que son assise fût un jour éventrée et que le crin de cheval s'en évade. Le piteux canapé fut laissé pour agonisant, abandonné à son triste sort.

Mais un jour sa propriétaire, madame Roberta Stark, (aucun lien de parenté avec Philippe le designer) décida de le confier aux bons soins de Sandra pour en prolonger son utilité. Le déménager dans l'atelier du 40 de la mer ne fut pas une sinécure. Comme si l'emmagasinage de tous ces souvenirs avait décuplé son poids, ce divan pesait une demi-tonne.

Les doigts de fée de sa nouvelle artisane eurent tôt fait de redonner du lustre au vieux divan. Oust, du balai... la jute, la paille et le crin. Les sangles furent remplacées, les ressorts retendus, la bourre substituée par des matériaux plus performants.



Une fois décapées les enjolivures du bois retrouvèrent leur noblesse d'antan que l'huile de lin soulignera jusque dans les moindres arabesques. Restait à confectionner un nouveau patron, tailler dans du velours bleu pâle (comme avant) sertir boutons et bourrelets. Finalement à l'agrafeuse plutôt qu'aux brochettes (petits clous à larges têtes), restait à installer le nouveau recouvrement et à compléter la finition avec du parementage.

Voilà le divan rafraîchi, il retrouva toute l'énergie d'une seconde jeunesse, impatient de fréquenter de nouveaux derrières. Il nous survivra sans doute, siégeant de nouveau impassible dans le coin du salon, à consigner des confidences, comme un psychiatre muet adepte du symbolique divan. Heureusement, il existe des objets utiles, des choses solides du passé que l'obsolescence programmée ne pourra jamais corrompre.

Si vous avez de ces vieux divans, anciens fauteuils ou poussiéreuses chaises, investis de savoureuses histoires et que vous voulez leur donner une nouvelle chance, sachez que dans l'atelier du 40 de la mer, une magicienne peut les ressusciter et leur assurer une certaine pérennité. Si par contre, la chose se prénomme ÄPPLARÖ ou MÖRBYLÂNBA et provient de Suède, elle ne pourra pas vraiment vous aider.

[sandrahenleyinc@gmail.com](mailto:sandrahenleyinc@gmail.com)

514-882-9960



# **MESSAGES DU DÉPANNEUR CHEZ « B »**

Par Bérangère et son équipe



## **Nouvelles heures d'ouverture**

---

Veillez prendre note que depuis le mardi 3 septembre 2019,  
nos heures d'ouverture sont comme suit :

**LUNDI AU DIMANCHE DE 6 H 00 À 22 H 00**

Merci au plaisir de vous servir.

Le Dépanneur chez « B » inc. aimerait remercier les personnes suivantes, qui ont contribué au succès du 150e de Baie-des-Sables :

- tous les bénévoles à la *Cantine chez Omer* (déjeuners, dîners, soupers) sous la supervision de Lynda Paquette, Kim Gilbert, Martine et Julie Ouellet;
- tous les bénévoles au *Restaurant chez Jules*, sous la supervision d'Isabelle et de Bérangère Fournier;
- tous nos commanditaires et fournisseurs locaux : la Fromagerie du Littoral, la Ferme D&E Chamberland, Les Serres René Santerre, Marie-Christine Dupont, Serge Ratté et la Brûlerie de l'Atlantique;
- toutes les personnes qui nous ont prêté leurs congélateurs : Diane Landry, Diane Beaulieu, Réal St-Pierre, Josée Robitaille, Francine Pilon et Chantal D'Astous;
- les employés du dépanneur pour leur dévouement et patience en cette période d'achalandage accrue : Véronique et Karen Lamarre, Karine Létourneau, Alycia Grey, Megan Ferland.

L'équipe du Dépanneur aimerait également féliciter le comité organisateur des fêtes du 150<sup>e</sup> de Baie-des-Sables pour ce bel évènement.

Encore une fois merci et bravo à tous nos bénévoles et employés. Mille mercis à la population et visiteurs qui ont contribué au succès de cet évènement.

### DES BAIE-DES-SABLIENS SE DÉMARQUENT

Par Maggie Beaulieu-Pelletier, rédactrice-éditrice du Journal Le 4 saisons

Plusieurs Baie-des-Sabliens de souche et leur diaspora se sont démarqués au cours de l'été 2019. Voici leurs bons coups :

Élodie Annett, petite-fille de Léonie Couillard, s'est taillé une place dans l'équipe canadienne de quilles et gagne 5 médailles d'or sur 5 lors des derniers provinciaux. (source: Page Facebook de Élodie Annett)



Florence Trigaux, fille de Julie Potvin et Thierry Trigaux, fut choisi parmi 150 candidats canadiens pour le *prix Vimy Beaverbrook*, qui lui permettra de s'envoler vers la France et la Belgique sur les traces des soldats de la Première Guerre mondiale. (source: Journal L'Avantage)

Michael Santerre, fils de Claudette Gagnon et Michel Santerre, a obtenu la première place au *Drag BSL* ayant eu lieu à l'aéroport de Mont-Joli. (source: Page Facebook Baie-des-Sables notre village)



Morgan Malenfant, fils Lise Beaulieu et Carrol Malenfant, a roulé avec brio son premier 100 km de vélo dans le cadre du 21<sup>e</sup> *Défi Vélo Plein Air* au bénéfice de l'Association du cancer de l'Est du Québec. (source: defivelopleinair.org)

Bravo! Nous sommes fiers de vous!

### UN GRAND SUCCÈS LES FÊTES DU 150<sup>e</sup>

*Par André Charette, membre du comité des Fêtes du 150<sup>e</sup> de Baie-des-Sables*

Tous les membres du comité organisateur des Fêtes du 150<sup>e</sup> anniversaire de Baie-des-Sables tiennent à remercier chaleureusement la population de Baie-des-Sables pour sa participation exceptionnelle aux festivités tenues du 20 au 28 juillet 2019.

Le programme proposé, comptant quelques 60 activités, dont celles organisées par Bérangère Fournier et sa troupe, était ambitieux. La population de Baie-des-Sables, ainsi que de très nombreux parents et amis, ont choisi de profiter de toutes ces activités en nombres qui dépassaient constamment les attentes des membres du comité organisateur. Nous vous en sommes très reconnaissants.

Nous voulons aussi redire notre appréciation à tous les volontaires qui ont généreusement soutenu les efforts du comité organisateur. Vous étiez trop nombreux pour vous nommer tous et toutes. Mais nous sommes bien conscients que sans l'apport et l'appui extraordinaires des employés de la municipalité, des vaillants volontaires qui ont animé de leur présence la billetterie, le bar, la boutique, le service des repas sous le chapiteau et au centre communautaire, qui ont pris en charge la sécurité des lieux, qui ont vu à l'affichage de si nombreux placards du 150<sup>e</sup> et qui ont organisé et participé à un défilé apprécié par tous, sans vous, nous n'aurions pu vivre ensemble une semaine aussi remarquable. Nous saluons aussi les nombreux professionnels qui ont vu à l'installation des équipements techniques et qui ont préparé un feu d'artifice lui aussi très apprécié.

Nous voulions célébrer ensemble Baie-des-Sables à l'occasion de son 150<sup>e</sup> anniversaire. Grâce en premier lieu à vous, la population de Baie-des-Sables, une petite armée de volontaires et de techniciens, nous pouvons dire ensemble : Mission accomplie. Encore merci!



## UN BEL ÉTÉ, ÇA FAIT DU BIEN!

*Par les membres du CA du Club de ski de fond de Baie-des-Sables*

Quoi de mieux après une belle saison de ski qu'un bel été! Tout a été presque parfait! Bon, il y a eu des moustiques et nous avons eu quelques fois trop chaud. Ce sont des éléments dont les skieurs de fond et les raquetteurs n'ont pas à se soucier trop souvent hahaha!

Un été plutôt tranquille, si ce n'est un petit coup de travail lors de la préparation de la remorque du Club de ski de fond pour la parade du 150<sup>e</sup>. Et quelle parade! Félicitations encore aux organisateurs de l'activité! Il y avait de vrais bijoux de conception! Je ne sais pas si les méninges de Serge Woltz se sont refroidies, mais ils ont dû surchauffer pendant un certain temps. Que de travail à préparer des plans pour presque tous les chars. Une belle réussite!

Le fait marquant de notre côté a aussi été la participation d'un skieur de haut niveau qui se faufilait un peu partout dans la parade. Ce phénomène est un skieur de fond de très haut niveau du nom de Phil Shaw de Rosemère, près de Montréal et qui s'entraîne l'été en skis à roulettes. Fait amusant, durant la parade, Phil a rencontré une amie avec qui il avait travaillé

### **Ski de fond, à roulettes avec Phil Shaw, skieur mondial**

**Bienvenue sur le site de Phil Shaw, athlète de ski de fond et passionné de l'entraînement en ski à roulettes Skike.**

Depuis plus de 32 ans, Phil cumule les marathons de ski de fond (courses longue distance) au Canada et en Europe. Habitué aux défis considérables de ces courses et de l'entraînement qui correspond au niveau de difficulté, il a traversé le Canada en patins à roues alignées, qui lui a valu une place dans le Livre des records Guinness en 1997.

L'activité physique est une façon de vivre pour lui. Sa pratique quotidienne en témoigne, qu'il glisse en hiver ou roule en été.

Vous découvrirez sur ce site les résultats des courses auxquelles il participe et des photos et vidéos d'évènement sportif dont il a été témoin ainsi que des endroits qu'il visite.

En plus de sa qualité d'athlète, Phil est un instructeur certifié Skike et donne des leçons d'initiation ou de perfectionnement en ski à roulettes et en ski de fond.



dans les Laurentides. Cette-ci est maintenant établie ici à Baie-des-Sables. Il a bien ri de la coïncidence. Vous pourrez lire en annexe un petit article sur lui, sa vie et sa philosophie de vie. C'est tout un personnage. Ce que Phil trainait derrière lui, mis à part les balounes, c'étaient de vieux skis alpins qu'il utilise comme « ancre » afin de travailler encore plus fort lors de ses entraînements. Les skis sont vieux et tout usés, mais ils sont encore très lourds. Ouf! C'est tout un athlète. Comme sa présence était très incertaine, nous n'avons pas pris la chance de souligner sa présence possible. Disons que nous avons tous été très chanceux de voir Phil à l'œuvre. Je le remercie encore de sa présence! Après la parade son commentaire a été très positif. Il s'est dit enchanté et avoir été très surpris de la qualité du défilé et de la beauté du village. Ce compliment vous revient à tout un chacun de vous pour votre participation dans la parade ou comme spectateur.

Mais toute bonne chose ayant une fin, qu'on le veuille ou non l'automne s'en vient et les travaux présaison s'amorceront sous peu. La corvée du bois de chauffage, un peu de débroussaillage, des travaux au chalet, quelques améliorations à la signalisation et sur les sentiers seront l'occasion pour les membres de venir nous aider à préparer la saison. Nous vous contacterons par courriel ou encore via le Bulletin municipal et paroissial pour indiquer les moments où votre aide sera bien appréciée. Le conseil d'administration devra aussi voir à faire effectuer certains travaux mécaniques sur le traceur.

Les directeurs travailleront aussi à la préparation de l'assemblée générale qui sera un peu spéciale aussi en cette année de 150<sup>e</sup> pour le village et 30<sup>e</sup> pour la Corporation du Club de ski de fond.

Pour les parents, n'oubliez pas que Mme Nadine Zeil est en train de monter son équipe afin de faire revivre la frénésie des Jack Rabbits au Club de ski de fond. Ces cours de ski de fond pour les jeunes débiteront cet hiver! Voici encore quelques détails sur cette activité :

- Pour les participants au Programme jeunesse : être âgés entre 3 et 16 ans, idéalement d'avoir son propre équipement de ski de fond et surtout d'apporter sa bonne humeur sur les sentiers;
- Pour les entraîneurs : être âgés d'au moins 14 ans (accompagnateurs pour les Jeannots Lapins) et 16 ans (pour les autres niveaux) et avoir à cœur d'aider des jeunes dans leur apprentissage des techniques d'un des plus beaux sports au monde; être disponibles quelques heures pour la formation en début de saison et par la suite un petit deux heures les samedis ou dimanches (le calendrier à être déterminé);
- Pour les parents accompagnateurs : nous ne vous demandons qu'un peu de temps lors des cours de ski pour supporter les entraîneurs et aider à l'encadrement des groupes.

Pour plus de détails :

Contactez Nadine Zeyl (418 556-4100 ou [nadine.zeyl@gmail.com](mailto:nadine.zeyl@gmail.com)) ou Pat Clements (418 772-6795 ou [carbeau@globetrotter.net](mailto:carbeau@globetrotter.net))



Ce bel été 2019 aura aussi été marqué de tristesse :

Éloi Giguère, membre du club et ami, résident à Baie-des-Sables depuis peu, et qui trouvait bien du plaisir à venir nous aider aux corvées de bois et de débroussaillage. Éloi appréciait beaucoup ses randonnées en raquettes et venait jouer à la pétanque avec la « gang ». Merci Éloi de nous avoir fait cadeau de ta bonne humeur et ta joie de vivre. Ton passage parmi nous a été trop court, mais combien apprécié. Où que tu sois, garde un œil sur ton club préféré!

Israël Beaulieu, aussi était membre du club et papa d'Édouard, Clara, Tristan, Éloi et Arielle, visiteurs fréquents des sentiers avec l'école. Nous offrons nos condoléances les plus sincères à la famille. Nos pensées vont aussi à Édouard qui est toujours à l'hôpital à Québec. Bonne chance et bon courage Édouard!

Bonne fin d'été à tous! C'est le temps de commencer à vous remettre en forme pour l'hiver!

\*\*Pour en savoir plus sur Phil Shaw aller visiter : [www.glisse-roule.com](http://www.glisse-roule.com)

## **LE GYM DE SAINT-ULRIC, UN CENTRE DE PROXIMITÉ**

*Par l'équipe bénévole du Gym de Saint-Ulric*

The graphic is a promotional poster for the Gym de Saint-Ulric. It is split into two main color sections: a red section on the left and a dark grey section on the right. In the red section, the text reads 'VOTRE CENTRE DE PROXIMITÉ' at the top, followed by 'GYM ST-ULRIC' in large white letters, a horizontal line, and 'CARDIO • MUSCULATION • ENTRAÎNEMENT FONCTIONNEL' at the bottom. In the dark grey section, it says 'AUTOMNE 2019' at the top, 'OUVERTURE LE 9 SEPTEMBRE' in the middle, and 'HORAIRE' followed by 'LUNDI AU JEUDI : 9H À 11H / 16H À 20H' and 'SAMEDI : 10H À 12H' in red text. At the bottom of the dark grey section, it says 'AUTOMNE = REMISE EN FORME'.

Depuis l'automne 2017, Saint-Ulric possède son gym dans les locaux du Centre des Loisirs, tout près de la patinoire et du terrain de balle-molle. Le gym est en opération de septembre à juin et le 9 septembre dernier s'est entamée notre 3<sup>e</sup> année. Notre mission est d'offrir un centre de conditionnement physique à proximité. Nous sommes équipés avec du matériel de qualité commerciale (vélo d'intérieur, tapis, rameur, poids, barre d'haltérophilie et disque, kettlebell, banc droit et inclinable, barre de pull ups, etc.). Voir ci-dessous nos tarifs et horaire.

**Horaire :** Lundi au jeudi : 9 h à 11 h et 16 h à 20 h / Samedi : 10 h à midi.  
*\*L'horaire est sujet à changement selon le niveau d'achalandage.*

## Tarif :

Type d'abonnement	Adultes	Étudiants
Journalier	5,00 \$	3,00 \$
Mensuel	25,00 \$	15,00 \$
4-mois	80,00 \$	50,00 \$
Familial mensuel (2 adultes résidant à la même adresse)	45,00 \$	

## Cours en groupe :

Journée	Heure	Début / Durée	Cours
Lundi	17 h 30 – 18 h 30	9 septembre / 12 semaines	Circuit Membres : 60 \$ Non-membres : 100 \$
Lundi	18 h 45 – 19 h 15	9 septembre / 12 semaines	Le 30 minutes léger Membres : 30 \$ Non-membres : 50 \$
Jeudi	17 h 30 – 18 h 30	12 septembre / 12 semaines	HIIT Membres : 60 \$ Non-Membres : 100 \$
Jeudi	16 h 45 – 17 h 15	12 septembre / 12 semaines	Le 30 minutes léger Membres : 30 \$ Non-Membres : 50 \$

\*Rabais si prend 2 cours par semaine.

\*\*Contacter Karen au 581-232-1411 ou [gym.st.ulric@gmail.com](mailto:gym.st.ulric@gmail.com) ou via Facebook pour information ou inscription.

\*\*\*Places limitées.

## Spinning :

Seriez-vous intéressé par un cours de spinning au gym? Si oui, nous serions à la recherche de quelques vélos de spinning, soit pour un don au gym, soit un prêt temporaire, afin de pouvoir offrir le cours. Communiquer avec nous, soit par courriel ([gym.st.ulric@gmail.com](mailto:gym.st.ulric@gmail.com)), soit sur notre page Facebook ([@gym.st.ulric](https://www.facebook.com/gym.st.ulric)).

## Portes ouvertes:

Vous êtes intéressé à devenir membre du gym, mais ne savez pas par où débiter? Venez nous voir le **samedi 21 septembre de 10 h à 14 h** pour notre journée porte ouverte. Les bénévoles se feront un plaisir de vous accueillir et vous expliquer le fonctionnement.

Nous vous souhaitons un bel automne et nous espérons vous compter parmi nos membres. N'hésitez pas à nous contacter si vous avez des questions et/ou commentaires (voir adresse courriel et page Facebook ci-dessus).

Bon entraînement!



## CULTURE

### LES JOURNÉES DE LA CULTURE

*Par le comité culturel de Baie-des-Sables et Daphnée St-Onge*

Le comité culturel a finalisé la programmation des Journées de la culture. Pour ce qui est des activités à Baie-des-Sables, elles seront concentrées dans la journée du dimanche 29 septembre en débutant avec la création des jardins de plage. Cela consiste à créer une forme d'œuvre d'art avec ce que vous trouvez uniquement sur la plage. Vous pouvez vous y prendre à l'avance pour collectionner les pièces que vous voudrez utiliser, sinon les cueillir sur place le matin même. Le rendez-vous sera au parc du Sacré-Cœur dimanche matin à 10 h. Vous pouvez participer seul ou en groupe. Il y aura un beau prix de participation. L'activité sera annulée en cas de pluie.

Par la suite, il y aura la vente de livres usagés au centre communautaire Gabriel Raymond de 12 h à 16 h.

En espérant vous voir en grand nombre!



# **LE COIN DES FERMIÈRES**

Par Odette St-Laurent, présidente du Cercle des fermières de Baie-des-Sables

Septembre est sur le pas de la porte. Que d'activités durant cet été trop court.

Pour commencer, j'aimerais faire une récapitulation de notre dernière année, qui, soit dit en passant, « passa très vite aussi ». Il y eut beaucoup de formations et d'ateliers pour plaire à presque toutes : le tissage d'une serviette de plage, montage de métier pour débutante, crochet tunisien, tricot d'un foulard, courtpointes, bas de Noël avec la technique de broderie suédoise, comment doubler les cintres, la cuisine en gang, sac de magasinage avec des matériaux recyclés (sacs de plastique, ancien vidéo, etc.).

Nous avons terminé cette dernière année avec notre traditionnel repas-partage où chacune apporte son plat pour partager avec ses consœurs fermières.

Juillet fut un début d'année 2019-2020 très occupé pour nous aussi avec les célébrations du 150<sup>e</sup> de notre belle municipalité. Nous avons tenu une table pour vendre nos articles faits durant l'année en plus de préparer le *Dîner de l'Amitié*. Nous avons servi 265 personnes sans compter nos bénévoles. Quel beau défi ce fut! Et quel succès! Ici, je tiens à remercier le comité organisateur du 150<sup>e</sup> de nous avoir fait confiance pour cet événement et je peux aussi offrir mes remerciements à toutes les femmes et tous les hommes bénévoles de leur aide. Je ne nommerai personne en particulier, car tous ont fait plus que leur part.

La prochaine année s'annonce tout aussi occupée sous le leitmotiv « Les CFQ, des liens d'accomplissement tissés serrés ».

Nous débuterons en septembre avec la *Journée d'art textile* pour les cercles de notre région. À cette journée, nous étudions les pièces pour le concours d'artisanat textile 2019-2020 qui est cette année sous le thème *Une touche de rouge*. En classe tissage, tapis, technique : Navajo. En classe couture, trousse de fournitures d'artisanat. En classe tricot, Amigurumi (animal) technique : crochet. En classe fantaisie, un ensemble collier et bracelet, technique : frivolité à la navette, à l'aiguille ou au crochet. Le concours « Spécial » 2020, mules feutrées, techniques : tricot à l'aiguille et feutrage. Concours « Jeunes fermières 14-30 ans », cabas de magasinage, technique au choix (couture, tricot, crochet). Technique à l'étude 2019-2020, la dentelle aux fuseaux (initiation). Dans le volet « Artisanat jeunesse » ceinture ou bandeau, technique : macramé. Ceci clôture toutes les pièces à faire pour le concours qui aura lieu au printemps 2020.

À cela s'ajoute notre participation à la *Journée de la culture* ainsi que les différents ateliers que nous donnerons durant cette nouvelle année.

J'aimerais inviter celles qui veulent nous joindre à contacter : Odette St-Laurent au 418 772-6401, Diane Raymond au 418 772-6896, Micheline Bélanger au 418 772-6717.

En terminant, je vous remercie encore au nom des membres du cercle de Fermières pour votre encouragement, soit en achetant nos billets de loterie, en assistant à nos repas communautaires. Nous remercions aussi la municipalité pour le prêt du centre

communautaire Gabriel-Raymond au besoin et la Résidence des Sables pour l'utilisation de sa salle de repos pour nos réunions mensuelles. Et en mon nom personnel, je tiens à remercier les membres du cercle pour leur dévouement et leur désir d'accomplissement.

Un bel automne à tous!



## **INVITATION DE L'ÉCHO DES SABLES**

*Par Suzy Bergeron, membre de la chorale L'Écho des Sables*

Le chœur L'Écho des Sables, dirigé par Madame Suzanne Gari, a repris ses activités tout récemment, au début du mois de septembre.

Suite aux deux concerts réalisés lors des festivités entourant le 150<sup>e</sup> anniversaire de Baie-des-Sables, la plupart des membres de la chorale ont décidé de poursuivre leur aventure musicale avec l'Écho des Sables. Et nous nous en réjouissons! Nous préparons un concert de chants de Noël que nous présenterons à la Résidence des Sables près de la période des fêtes.

Nous lançons donc l'invitation à tous, chers lecteurs du Journal 4 saisons : Aimerez-vous vous joindre à nous? Nous serions heureux de vous accueillir dans notre belle famille. Que vous soyez débutant ou que vous ayez déjà une formation en chant ou musique, vous aurez du plaisir garanti! Les rencontres sont tous les mercredis soir à la Résidence des Sables à 19h.

Pour les détails, nous vous invitons à rejoindre Madame Huguette Marcoux au 418 772-6868 ou venez directement nous voir les mercredis. Au plaisir de vous y rencontrer.

## Opinion libre

Par Sylvie Raymond, citoyenne de Baie-des-Sables

Que fais-je ici à Baie-des-Sables? Eh bien, je vais vous le dire : je fais ce que j'aime entourée d'une population que j'aime tout autant. Je vis en avant d'un beau parc. Le parc des Générations. Ce parc, le connaissez-vous? Savez-vous pourquoi il se situe et pourquoi il est là?

C'est pour y accueillir gens de tous âges. Cet été j'y ai vu des enfants à quelques reprises et des gens de la Résidence des Sables et de la Villa Notre-Dame lors de leur dîner annuel de blé d'Inde et de hot-dog. Quelques personnes ont joué à la pétanque les mercredis où la température le permettait.

Ce parc à mon avis est sous-utilisé. Il est là pour la population de la paroisse et leurs visiteurs. Se situant derrière la Villa Notre-Dame et le salon funéraire ce parc est magique. Des balançoires, des bancs et des tables font son ameublement. De beaux arbustes et des hémérocailles l'entourent, ainsi qu'un muret de protection en bois, coupant le vent si dominant chez nous à Baie-des-Sables.

Des jardins y sont aussi aménagés par les habitants des deux immeubles. Sans oublier Léonie, qui depuis deux ans, sème une parcelle pour la cuisine de la Résidence des Sables. Chapeau Léonie! En plus, cette année, des fleurs enjolivaient les jardins.

Vous y verrez l'été prochain? Ou même au début de l'hiver vos raquettes et vos skis de fond aux pieds venant vous y dégourdir avant de prendre les sentiers pour de bons. Mon souhait le plus sincère serait de vous y voir et vous rencontrer, car cet endroit est de toute beauté, et ce, en toutes saisons.

Bienvenue à vous, à la prochaine.



**DIMANCHE 6 OCTOBRE**  
De 9 h à 18 h 30

**C'EST GRATUIT !**  
(Réservation obligatoire)

# *tournée gourmande*



*en Matanie*

**EMBARQUEZ À BORD POUR DÉCOUVRIR  
NOS PRODUITS LOCAUX !**



## **AU MENU :**

**9 h :** Départ en autobus à partir du centre d'art le Barchois

**9 h 30 :** **Nature Highland** – découverte et dégustation des huiles, légumineuses et autres céréales

**10 h 15 :** **Les Jardins de l'orme** – légumes et fleurs

**11 h 30 :** **Le Fumoir M. Chassé** – saumon fumé

**12 h 15 :** **Ma cabane en Gaspésie** – produits de l'érable

**14 h 30 :** **Les Écuries Éole** – démonstration équestre

**15 h 15 :** **La Fromagerie du littoral** – fromages

**16 h 30 :** **Le Vignoble Carpinteri** – vins, tomates des serres Santerre, viande de sanglier (Sangliers de La Matanie et bouchées d'agneau)

**18 h 30 :** Retour au centre d'art le Barchois

**INSCRIPTION (AVANT LE 4 OCTOBRE) ET INFORMATION :**

**Jean-Philippe Tupinier-Martin**  
par courriel [jean-philippe.tupinier@lamatanie.ca](mailto:jean-philippe.tupinier@lamatanie.ca),  
ou par téléphone au 418-562-6734, poste 238.



## ESPACE JEUX

Les solutions des jeux paraîtront dans la prochaine édition du journal Le 4 saisons, le 21 décembre 2019.

### LES 7 ERREURS

Observe les images et trouve les 7 différences entre les 2 dessins :



# MOTS CACHÉS

Mots cachés

## Les poissons

Copyright © mots-caches.net - Tous droits réservés



Mots  
cachés



<http://www.mots-caches.net>

A	G	O	U	J	O	N	T	R	R	A	S	C	A	S	S	E	R	K
B	I	H	C	O	M	B	G	R	O	N	Y	D	U	J	T	N	C	N
C	X	I	B	A	E	U	N	I	U	U	N	L	O	Z	F	X	R	M
D	O	B	A	R	R	V	L	Z	R	I	S	L	O	R	D	X	K	M
E	V	B	G	Y	M	P	T	E	S	E	T	S	Z	Y	A	T	N	H
F	L	D	R	R	S	E	E	L	T	I	L	E	E	Z	G	D	Q	I
G	I	I	I	O	R	Q	A	Y	M	B	M	L	Q	T	Y	F	E	P
H	E	H	K	D	C	A	Y	W	U	P	Q	Q	E	O	T	A	C	P
I	U	V	T	Y	X	H	I	I	R	C	B	R	È	M	E	E	D	O
J	Y	M	V	I	Z	P	E	E	È	B	A	L	I	S	T	E	W	C
K	V	F	S	G	R	U	Y	T	N	W	T	R	E	Q	U	I	N	A
L	R	G	W	K	M	Y	M	O	E	N	N	P	U	T	P	H	C	M
M	E	S	T	U	R	G	E	O	N	J	G	A	R	D	O	N	A	P
N	K	A	X	L	S	A	U	M	O	N	W	D	N	T	A	W	C	E
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18

Baliste

Bar

Brème

Brochet

Carpe

Dorade

Esturgeon

Gardon

Girelle

Goujon

Hippocampe

Lieu

Mulet

Murène

Saumon

Truite

Raie

Rascasse

Requin

Roussette

# SOLUTIONS DES JEUX DE L'ÉDITION JUIN 2019 DU 4 SAISONS

## Anagramme

M	A	N	G	U	I	E	R	▶	G	E	R	A	N	I	U	M
	P	R	I	M	A	L	E	▶	P	A	L	M	I	E	R	
	D	E	R	A	N	G	E	▶	G	R	E	N	A	D	E	
		C	I	R	E	E	S	▶	C	E	R	I	S	E		
		E	G	L	I	S	E	▶	S	E	I	G	L	E		
		O	R	G	A	N	E	▶	O	R	A	N	G	E		
		V	O	Y	A	G	E	▶	G	O	Y	A	V	E		
	R	A	I	L	L	E	E	▶	A	I	R	E	L	L	E	
	V	A	N	D	A	L	E	▶	L	A	V	A	N	D	E	
A	R	S	E	N	I	C	S	▶	N	A	R	C	I	S	S	E



Crédit dessin : Serge Woltz

