

## CUEILLETES DES ORDURES ET DU RECYCLAGE

Février 2013						
D	L	M	M	J	V	S
					1	2
3	4	5 R	6	7	8	9
10	11	12 V	13	14	15	16
17	18	19 R	20	21	22	23
24	25	26 V	27	28		
Mars						
D	L	M	M	J	V	S
					1	2
3	4	5 R	6	7	8	9
10	11	12 V	13	14	15	16
17	18	19 R	20	21	22	23
24	25	26 V	27	28	29	30
31						



### Municipalité de Grand-Métis

70, chemin Kempt  
Grand-Métis (Québec) G0J 1Z0  
Téléphone (418) 775-6485, Télécopie (418) 775-3591

courriel : [grandmetis@mitis.qc.ca](mailto:grandmetis@mitis.qc.ca)

Site internet : <http://www.municipalite.grand-metis.qc.ca>

# INFO-MUNICIPALE



## FÉVRIER 2013

### Municipalité de Grand-Métis

*Chantal Tremblay,*  
Directrice générale / sec. trés.



# Informations diverses

## ❖ BACS DISPONIBLES :

Des bacs pour les ordures et le recyclage sont disponibles à la municipalité au coût de 89.60\$ et pour le compostage au coût de 20.00\$. Pour en réserver un, Communiquez au bureau municipal au 775-6485

## ❖ PROCHAINE RÉUNION DU CONSEIL :

La municipalité de Grand-Métis vous informe que la prochaine Réunion ordinaire du conseil municipal aura lieu le mardi 5 mars 2013 prochain, à 19h30, au bureau municipal.

## ❖ À TOUS LES RESIDENTS NON DOMICILIES DE GRAND-METIS.

Les gens qui le désirent peuvent recevoir L'INFO-municipale par internet. Les personnes intéressées doivent nous transmettre leur adresse courriel à [grandmetis@mitis.qc.ca](mailto:grandmetis@mitis.qc.ca)



## Réduction de l'accès aux moyens pour prévenir le suicide

Ce programme consiste à favoriser le désistement des armes à feu inutilisées en collaboration avec la Sûreté du Québec et les deux centres de prévention du suicide (CPS) de la région. Pour chaque arme à feu récupérée, un montant de 20\$ est remis au propriétaire ainsi qu'un certificat témoignant de sa contribution en prévention du suicide.

## Sensibilisation sur l'entreposage sécuritaire des armes à feu auprès de la population de Grand-Métis

Des verrous de pontet sont présentement disponibles au bureau municipal au coût de 5\$. Ce verrou protégera contre l'usage non autorisé des fusils, des carabines et des armes de poing.

Pour réserver votre verrou de pontet, communiquez au bureau municipal au (418) 775-6485.



## CELLULE DE MENTORAT DE LA MITIS : DES MENTORS À VOTRE ÉCOUTE

La Cellule de mentorat de La Mitis est heureuse d'annoncer qu'elle dispose de 6 mentors formés et accrédités par la Fondation de l'entrepreneurship et fin prêts à accompagner des entreprises. Il s'agit de Madame Carole Duval, MM. Martin Desjardins, Bernard Tessier, Jean-Marc Lévesque, Gilles Laflamme et Roger Brisson.

Grâce à ce nouveau service sur le territoire de La Mitis, les entreprises en démarrage, en expansion, en consolidation ou en processus de relève, ont désormais la possibilité d'avoir un support additionnel pour l'entrepreneur ou pour son personnel-clé.

Le **mentorat d'affaires**, tel que prôné par le Réseau M de la Fondation de l'entrepreneurship, est une relation où une personne d'expérience en affaires partage ses connaissances afin d'accroître le savoir-faire, les connaissances et l'efficacité de l'entrepreneur et de contribuer ainsi à la réalisation de ses objectifs d'entreprise.

Le mentor n'est pas un coach et n'offre pas de services-conseils au mentoré, explique M. Roger Brisson, chef-mentor de la Cellule de mentorat de La Mitis. Il est avant tout un écoutant qui s'attarde au savoir-être du mentoré et vise à développer son jugement, son discernement et son autonomie dans la conduite de ses affaires. Il est aussi celui qui brise l'isolement auquel est souvent confiné le nouvel entrepreneur et qui l'encourage dans les moments difficiles. Soumis à un code d'éthique et lié par un accord de confidentialité avec le mentoré, le mentor apporte son support de façon bénévole, est heureux de préciser M. Brisson. Au fil des rencontres se développe une relation de confiance permettant au mentoré de faire le point, de valider certains choix stratégiques, de développer une vision globale de son entreprise ou tout simplement d'avoir le coup de pouce nécessaire pour dépasser ses limites.

Depuis 2000, quelque 2500 entrepreneurs ont bénéficié du service de mentorat pour entrepreneurs et il est maintenant prouvé que ce service accroît significativement l'espérance de vie d'une entreprise âgée entre 0 et 5 ans. Pour faire appel au service de mentorat, il suffit, pour le demandeur (futur mentoré), de contacter la SADC de La Mitis (418-775-4619, poste 202), l'organisme accrédité par la Fondation de l'Entrepreneurship pour l'offre du service sur le territoire de La Mitis. Après le dépôt d'une demande, le futur mentoré est contacté pour une entrevue. À la suite de quoi, la cellule de mentorat procède à la désignation d'un mentor pour l'accompagner.

Source : Marie Beaupré, SADC de La Mitis  
418-775-4619, poste 202



## Grand-Métis se joint à la Fête des voisins!

Grand-Métis - La municipalité de Grand-Métis est heureuse d'annoncer qu'elle participe à la prochaine édition de la Fête des voisins, qui aura lieu le samedi 8 juin. Elle invite ses citoyens à se joindre à cet événement qui s'étend à toutes les régions du Québec et à une quarantaine de pays à travers le monde.

La Fête des voisins, une initiative du Réseau québécois de Villes et Villages en santé, a pour principal objectif de rapprocher les personnes vivant à proximité les uns des autres. Le rôle des municipalités est de promouvoir l'événement de façon à donner le goût aux gens d'organiser une fête eux-mêmes avec leurs voisins immédiats.



Rappelons que la Fête des voisins est née en France en 1999 et qu'elle s'est ensuite rapidement répandue en Europe. Sous l'impulsion du Réseau québécois de Villes et Villages en santé, qui en est l'organisme promoteur ici, le Québec a été la première région en Amérique du Nord à emboîter le pas en 2006. Depuis, le succès de la Fête n'a cessé de croître, le nombre de participants, d'événements et de partenaires augmentant de façon marquée d'une édition à l'autre.

**Les citoyens sont les véritables acteurs du succès de la Fête.** Le lieu est facile à trouver : la cour de la maison, la cour ou le hall de l'immeuble, la rue, la ruelle, le parc, etc. Plusieurs formules sont possibles : 5 à 7, barbecue, buffet partagé, concours de desserts, etc. Les gens sont libres de choisir la formule qui leur plaira et ils peuvent consulter le site Web de la Fête des voisins pour trouver des

suggestions d'activités à faire : [www.fetedesvoisins.qc.ca](http://www.fetedesvoisins.qc.ca).

Le but de la Fête est de créer une dynamique de convivialité et de renforcer les liens de proximité et de solidarité, tout simplement parce que c'est agréable et pratique de mieux connaître ses voisins ! La Fête a également des retombées durables, notamment en ce qui concerne la sécurité des enfants, l'échange de petits services et l'entraide face à des situations difficiles.

Renseignements : Chantal Tremblay (418) 775-6485

INSCRIVEZ-VOUS À  
**DEFITABAC.CA**  
JUSQU'AU 1<sup>er</sup> MARS



Défi  
J'arrête,  
j'y gagne!™

### **Vous voulez arrêter de fumer ? Relevez le Défi J'arrête, j'y gagne !**

Le Défi J'arrête, j'y gagne ! vous invite à relever le défi de ne pas fumer pendant au moins 6 semaines, du 1<sup>er</sup> mars au 11 avril, tout en profitant d'outils de soutien gratuits et d'un éventail de ressources pertinentes pour augmenter vos chances de succès. Inscrivez-vous seul, ou en duo avec un parrain non fumeur ou un autre fumeur qui veut aussi arrêter. Vous pourriez courir la chance de gagner l'un des nombreux prix, dont un voyage à Punta Cana, gracieuseté de Vacances Transat et d'Iberostar !

Inscrivez-vous à [defitabac.ca](http://defitabac.ca) jusqu'au 1<sup>er</sup> mars !

### **Pas d'augmentation de taxes municipales pour Grand-Métis**

Le Conseil a décidé à l'unanimité, lors de la séance d'adoption du budget 2013 en décembre dernier, de ne pas augmenter le taux de taxes global pour 2013.

Soucieuse de vous simplifier la vie, la municipalité de Grand-Métis offre des solutions pratiques pour faciliter le paiement de votre compte de taxes d'un montant de plus de 300 \$. Il est en effet possible de décomposer votre paiement en trois versements égaux répartis de la façon suivante :

- Premier versement payable trente (30) jours après la date d'envoi du compte;
- Deuxième versement payable quatre-vingt-dix (90) jours après la date à laquelle le premier versement est exigible;
- Troisième versement payable quatre-vingt-dix (90) jours après la date à laquelle le second versement est exigible.

Les comptes annuels des taxes générales 2013 seront postés le 28 janvier 2013. Les dates d'échéance des paiements (versements) sont les suivantes :

- 1 avril 2013
- 1 juillet 2013
- 1 octobre 2013

Dans le cas d'un compte d'un montant de moins de trois cent dollars, le paiement complet est exigible trente (30) jours après la date d'envoi du compte et dans tous les cas, il est possible de payer en un seul versement. Advenant que la date due tombe un jour férié ou en fin de semaine, la date due devient le premier jour ouvrable suivant.



## Grand-Métis invite ses citoyens à relever le *Défi Santé* ! Le *Défi Santé*, c'est l'occasion privilégiée d'améliorer ses habitudes de vie

Grand-Métis convie ses citoyens à relever le *Défi Santé 5/30 Équilibre*, la plus vaste campagne québécoise de promotion des saines habitudes de vie. Le *Défi Santé*, qui a lieu pour une 9<sup>e</sup> année, se déroulera du 1<sup>er</sup> mars au 11 avril. Il est possible de s'y inscrire dès maintenant et jusqu'au 1<sup>er</sup> mars, seul, en famille ou en équipe, à DefiSante.ca.

### Le *Défi Santé*, c'est quoi ?

Le *Défi Santé* invite chaque année les Québécois à **manger mieux, à bouger plus et à prendre soin d'eux**, trois habitudes de vie gagnantes qui favorisent une bonne santé physique et mentale.

Concrètement, en s'inscrivant, les participants visent l'atteinte de trois objectifs durant six semaines :

- **L'objectif 5** : manger au moins 5 portions de fruits et légumes par jour
- **L'objectif 30** : bouger au moins 30 minutes par jour
- **L'objectif Équilibre** : faire le point sur ses forces pour un meilleur équilibre de vie

### Une invitation lancée à tous les Métissiens/ Métissiennes

En participant au volet *Municipalités et familles, ensemble pour des enfants en santé* du *Défi Santé*, Grand-Métis s'est engagée à promouvoir une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif afin de favoriser l'adoption de saines habitudes de vie chez ses citoyens et familles, notamment les enfants de 4 à 12 ans. Elle s'est également engagée à proposer des activités ou des événements pour soutenir et accompagner les participants du *Défi Santé*.

« La santé et le bien-être de la population de Grand-Métis nous tiennent à cœur, c'est pourquoi nous avons choisi d'adhérer à ce programme novateur », explique le maire de la Grand-Métis, **Richard Fournier**. « J'espère que le plus de métissiens possible relèveront le *Défi Santé* afin de passer à l'action pour leur santé ! » conclut M. Fournier.

La dynamique comédienne et animatrice Mélanie Maynard, porte-parole de la campagne, a confié : « J'ai relevé le *Défi Santé* l'an dernier avec ma famille et j'ai pu constater qu'on peut vraiment développer de nouvelles habitudes en six semaines. Le *Défi Santé* a été un déclic pour qu'on intègre des gestes santé dans notre quotidien. En plus, c'est vraiment pour tout le monde, pas besoin d'être un athlète ! »

### Soutien durant la campagne

Les participants bénéficient d'un soutien gratuit, dont le passeport IGA et les courriels de motivation. Ils ont aussi accès, en tout temps, à une foule d'outils et à de l'information sur le site Internet ([DefiSante.ca](http://DefiSante.ca)) et sur la page Facebook ([facebook.com/defisante](https://facebook.com/defisante)). Les participants courent aussi la chance de gagner l'un des nombreux prix tirés tout au long du *Défi Santé*, dont 5 000 \$ d'épicerie offerts gracieusement par IGA !

### Nouveautés en 2013

Les familles et les équipes inscrites reçoivent les surprises de l'équipe du *Défi Santé* pour tenir le cap... et rester motivé durant les 6 semaines de la campagne : mémos, affiches à télécharger et bien d'autres choses encore. Cette année, les participants inscrits en famille multiplient leurs chances de gagner l'un des nombreux prix, dont le Prix Famille Desjardins, d'une valeur de 5 000 \$ en produits financiers personnalisés.

**Le *Défi Santé 5/30 Équilibre* aura lieu du 1<sup>er</sup> mars au 11 avril 2013. Pour tout savoir et pour vous inscrire, visitez [DefiSante.ca](http://DefiSante.ca).**

### Cinq raisons de relever le *Défi Santé* :

- C'est gratuit;
- C'est une excellente façon de découvrir des trucs et astuces pour améliorer sa santé;
- Ça permet de faire des gestes concrets pour améliorer ses habitudes de vie;
- C'est motivant;
- Il y a de nombreux prix à gagner.

### À propos du *Défi Santé 5/30 Équilibre*

Lancé en 2005, le *Défi Santé* est une campagne annuelle gratuite qui soutient les Québécois souhaitant améliorer leurs habitudes de vie. Depuis, plus de 850 000 personnes y ont participé. Le *Défi Santé* est une initiative d'ACTI-MENU et est rendu possible grâce au soutien de Québec en Forme, en partenariat avec le gouvernement du Québec, la Société canadienne du cancer et le programme *Prends soin de toi*. Il est réalisé en collaboration avec IGA, Desjardins, TELUS Solutions en santé, AstraZeneca, Becel, Danone, Evian, Bon Matin, Exceldor et Oasis.

Depuis 2011, son volet *Municipalités et familles, ensemble pour des enfants en santé* vise à mobiliser et à soutenir les municipalités, les collectivités locales et les familles québécoises afin de favoriser l'adoption de saines habitudes de vie chez les enfants. Les partenaires suivants rendent possible sa réalisation : Québec en forme, l'ensemble des directions de santé publique des agences de la santé et des services sociaux du Québec, le gouvernement du Québec (ministère de la Santé et des Services sociaux, ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport, ministère des Affaires municipales, des Régions et de l'Occupation du territoire), en collaboration avec la Fédération québécoise des municipalités, l'Union des municipalités du Québec, Kino-Québec et le Réseau québécois de Villes et Villages en santé.

**Pour en savoir plus, visitez [DefiSante.ca](http://DefiSante.ca).**

*Chantal Tremblay, (418) 775-6485*