



Brin de Nouvelles

Informations locales

Municipalité de Saint-Gabriel-de-Rimouski, Vol. 18, No 9, 15 Décembre 2011

<http://www.municipalite.saint-gabriel-de-rimouski.qc.ca/>

❖ UN MOT... pour vous ❖

Bonjour à chacune et à chacun,

Dans moins de 30 jours, nous serons en 2012. À date, la température a été clémente même si c'est un peu morne à cause des jours très courts. Nous devons tout de même nous réjouir car, juste avant le jour de Noël, la situation va se retourner et d'ici quelques semaines, il ne fera plus noir dès 16 h 30. En attendant, les divers préparatifs pour les Fêtes sont en cours et je ne peux laisser passer l'occasion de faire mes souhaits pour un Joyeux Noël à chacun de vous. Profitez bien de tout ce qui se passera de beau pendant ces jours de rencontres familiales. À la prochaine.

Anne-Marie

Ce mois-ci...

- Activités municipales en décembre
- Activités de Loisirs
- Bibliothèque, horaire interrompu
- Nouvelles des organismes
- Petites annonces
- ... et plus

Prochaine séance du conseil le mardi 10 janvier 2012

Résumé de la séance du 5 décembre 2011

La municipalité a accepté l'offre de l'architecte Marcel Banville pour un projet d'agrandissement et de rénovation de l'édifice municipal soit les esquisses et les plans préliminaires.

Un don a été autorisé pour l'album des finissants du Mistral.

La municipalité de St-Donat et de St-Gabriel ont adhéré au programme d'embauche d'une ressource en loisir intermunicipal.

Une résolution a été adoptée afin de poursuivre le projet éolien de Northland Power advenant un nouvel appel d'offre d'Hydro-Québec. La municipalité n'exclue pas l'idée de faire partie d'un projet plus élargie comprenant plusieurs municipalités.

Joyeux Noël et Bonne Année

Il n'y a pas de moment mieux choisi pour vous dire merci de la confiance et de la compréhension que vous nous avez témoignées tout au long de l'année 2011. De la part de votre conseil municipal, de la direction et des employés de la municipalité de Saint-Gabriel de Rimouski, nous vous souhaitons de joyeuses fêtes et une bonne année

Georges Deschênes , maire

Suite au non renouvellement du contrat d'entretien pour les chemins d'hiver (234 et 298) entre la municipalité et le ministère des transports, la municipalité ne sera pas responsable de l'entretien de ceux-ci cet hiver. Si vous avez des commentaires ou des interrogations concernant le service de déneigement offert, **vous pouvez communiquer avec le Ministère des Transports au numéro suivant : 418-775-8801**



AVIS PUBLIC

Aux contribuables de la susdite municipalité

est par les présentes donné:

Que lundi le 19 décembre 2010, à vingt heures (20 h), le conseil municipal adoptera le budget de l'année 2012 et le programme triennal des immobilisations, fixer le taux de la taxe foncière générale, une taxe spéciale, les tarifs de compensation pour les services d'aqueduc, d'égout et de vidanges.

Cette séance se tiendra à la salle du conseil, salle 2, au centre polyvalent, 103, rue Leblanc, à Saint-Gabriel-de-Rimouski.

DONNÉ à St-Gabriel le 6 décembre deux mil onze

Martin Normand
Directeur général

Je soussigné, Martin Normand, directeur général, certifie sous mon serment d'office, que j'ai publié le présent avis en affichant une copie aux endroits suivants :

Caisse populaire
Bureau municipal

EN FOI DE QUOI, je donne ce certificat, ce 6 décembre 2011

Martin Normand
Directeur général

MESSAGE D'INTÉRÊT PUBLIC

À: Municipalités de Saint-Gabriel et de Les Hauteurs

Soyez avisés, qu'à compter du 23 décembre 2011, la route du Fourneau-à-Chaux deviendra un "Cul-de-sac", durant la période hivernale, puisque la municipalité de Saint-Anaclet, n'ouvrira pas la route du Fourneau-à-Chaux, dans leur secteur et que seul la fonte des neiges fera en sorte que la route sera ouverte dans le secteur de Saint-Anaclet.

De même, pour plus de sécurité, seul les propriétaires riverains de la route du Fourneau-à-Chaux du secteur de Saint-Marcellin, seront autorisés à emprunter cette route pour accéder à leur propriété, en période hivernale.

D'ailleurs des panneaux indiquant "Cul-de-sac" et "Circulation locale seulement" seront placés à l'entrée de la route du Fourneau-à-Chaux et de la route 234.

Nous vous demandons d'aviser vos contribuables, afin que ceux-ci ne s'aventurent pas dans la route du Fourneau-à-Chaux en période hivernale, après le 23 décembre 2011.

Merci de votre collaboration!
de Brigitte Rouleau, d.g./s.t.

PRÉVOIR C'EST AIMER...

Décidez maintenant pour les soins dispensés à votre personne ou pour l'administration de vos biens au cas où...

...Vous deveniez incapable de le faire suite à un accident ou une maladie.

Le mandat d'incapacité s'avère indispensable pour vous donner le choix de la ou des personnes de confiance que vous désignerez pour s'acquitter de ces tâches et renferme des éléments importants quant à vos volontés concernant entre autres l'acharnement thérapeutique ou toutes autres dispositions que vous jugerez pertinentes d'y répertorier et facilitera la prise de décisions lorsque le temps sera venu. Pour avoir force de loi, il doit cependant être homologué pour déterminer votre inaptitude.

Source : <http://www.curateur.gouv.qc.ca/cura/publications/mandat.pdf>

Sur ce site, vous y retrouverez des explications claires et simples ainsi qu'un modèle complet à imprimer.

Manon Blanchette, conseillère, Responsable dossier famille

MESSAGE DE CHANTAL PROULX, conseillère :

Afin de coordonner les activités que les différents organismes mettent en place sur le territoire de St-Gabriel, les prochaines rencontres des présidents seront le 22 janvier et le 10 avril 2012. Pour qu'on parle de vous, pour que votre date ne soit pas prise par un autre organisme et que vous puissiez avoir le plus de participants possible, il est important de venir le dire. D'ici là, chaque président est prié de prévoir son calendrier d'activités avec ses membres afin d'en faire part.

Loisirs

BIBLIOTHÈQUE LE BOUQUINIER : Un lieu de rendez-vous pour les mordus de lecture !

Des NOUVEAUTÉS sont sur nos rayons

MARDI : 18 h 15 à 19 h 45

MERCREDI : 15 h 15 à 16 h 45

JEUDI : 19 h À 20 h 30

VACANCES DES FÊTES :

Dernier jour d'ouverture le jeudi 8 décembre 2011 ;

Retour le mardi 10 janvier 2012 pour l'horaire régulier

NOUS RECHERCHONS : S'il y a des gens qui possèdent des volumes **en bon état** pour adultes, adolescents ou enfants ou encore des DVD ou jeux éducatifs et qui veulent s'en départir (don), les bénévoles de la bibliothèque Le Bouquinier de Saint-Gabriel sont intéressés à les ramasser. Vous pouvez les apporter, sur semaine, à la bibliothèque, aux heures d'ouverture. Nous vous remercions à l'avance !!

Nicole Leblanc, responsable

CARTES DE MEMBRES DU SERVICE DES LOISIRS

La carte de membre est valide du 1^{er} au 31 décembre de chaque année. Dans les prochains jours, c'est le temps de vous la procurer pour la nouvelle année qui commence bientôt. Pour le faire, il faut communiquer au bureau municipal ou au comptoir du complexe sportif (heures d'ouverture). Le coût pour une carte individuelle est de 25 \$ et de 40 \$ pour une carte familiale, taxes incluses. N'oubliez pas que cette carte vous permet d'entrer gratuitement aux activités libres du Centre Polyvalent (tennis, basket-ball, volley-ball et badminton) et de la patinoire.

Activités Centre Polyvalent St-Gabriel

Vous avez le goût de bouger, de vous changer les idées ou encore de tout simplement vous divertir, alors inscrivez-vous aux activités offertes par votre municipalité.

L'inscription est gratuite.

Le hockey balle débutera le lundi 12 décembre à 20 h, suivi du volley-ball le mercredi 14 décembre 2011 à 20 h.

Venez essayer les nouveaux équipements

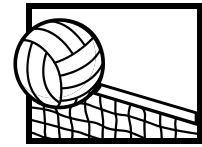


Hockey Balle

Lundi de 20 h à 21 h

Volley-Ball

Mercredi de 20 h à 21 h



Pour inscriptions ou informations :
Emmanuel Ouellet
418-798-4111

Maison des Jeunes Gaëlle Toanen



Bonjour à vous chers Gabriélois,

La maison des jeunes n'a pas chômé en novembre !

Plusieurs activités ont été réalisées durant le mois; Atelier cuisine, atelier scrapbooking, hockey de l'Océanic, soirée de filles où Sylvianne Lévesque a été très généreuse de bien vouloir venir nous parler de son métier d'esthéticienne, atelier de prévention sur la toxicomanie en thème avec la semaine de la toxicomanie et sortie au cinéma.

De plus, à venir en décembre, une soirée de gars le samedi 3 décembre et le samedi 10 décembre nous célébrons Noël à la MDJ.

À noter que la Maison des jeunes fermera ses portes pour une durée de 6 semaines du 10 décembre au 25 janvier et qu'à la réouverture nous procéderons à une cueillette de bouteilles le jeudi 2

février.

Nous invitons donc les jeunes à venir nous rencontrer dès la réouverture pour prendre connaissance de la nouvelle programmation d'activités.

Nous vous souhaitons donc un chaleureux temps des fêtes en famille.

Bonheur, succès et prospérité en cette nouvelle année.

On se revoit en 2012, les jeunes !! :)

Myriam Plourde, animatrice responsable
Lory Lacasse, animatrice
278 B, rue Principale à St-Gabriel
418-798-4794

--- MESSAGES D'INTÉRÊT PUBLIC

Cet espace est fourni aux organismes et aux groupes communautaires qui veulent annoncer leurs activités. Réservez votre espace assez tôt et nous parlerons de vous. **C'est gratuit.** Vous communiquez avec nous **le plus tôt possible mais avant le 1er du mois**, de la même façon que pour les petites annonces.

U.D.R.C – UNITÉ DOMRÉMY ST-GABRIEL – RELAIS COMMUNAUTAIRE

Services continus de références-soutien et prévention disponibles en tout temps au 418 798-8833, boîte vocale en dehors des heures d'ouverture.

Chronique prévention

Semaine de prévention de la toxicomanie

La drogue et l'alcool n'ont rien à voir avec les saveurs de «slush: ça ne se mélange pas! Les effets des mélanges sont souvent encore plus imprévisibles qu'une drogue consommée seule.

Prendre de l'alcool ou un médicament avec une drogue ou mélanger deux drogues ensemble peut provoquer des réactions physiques et psychologiques extrêmement dangereuses, incontrôlables et parfois même mortelles. Il suffit de lire les journaux ou d'écouter les documents portant sur les surdoses qu'ont faites certaines vedettes.

Il y a tellement de drogues sur le marché et tellement de combinaisons possibles qu'il est impossible de prédire tous les effets et toutes les conséquences de ces mélanges.

Une personne peut-être tenté d'associer des substances pour pallier certains effets indésirables (dépresseurs et stimulants pour diminuer les effets indésirables du stimulant, cocaïne pour atténuer la somnolence de l'alcool, alors l'alcool diminue l'anxiété causée par la cocaïne). Mais ces associations ou mélanges de substances produisent toujours des effets imprévisibles et souvent dangereux.

Pour info : Julie Ouellet 798-8833

Chronique Mieux-Être

La communication parents-adolescents

Une communication positive entre les membres d'une famille, où l'on permet à l'autre de s'exprimer sur ses idées, ses goûts, ses émotions dans le respect, est essentielle pour une relation familiale satisfaisante. À travers les différentes étapes de la vie, chacun peut être confronté dans ses valeurs. Alors que survient des lignes directrices opposées, seule une communication saine permet de surmonter les épreuves et les conflits qu'ils peuvent générer. L'adolescence est une étape qui peut parfois être difficile autant pour les parents que pour les adolescents. Voici des lignes directrices qui peuvent vous aider à améliorer la communication.

Au parent:

- Accordez toute votre attention à votre enfant qui veut vous parler. Évitez alors de lire, de regarder la télé ou de vous occuper à d'autres tâches.
- Écoutez calmement et appliquez-vous à entendre et à comprendre le point de vue de votre enfant.
- Adressez-vous à votre enfant aussi courtoisement et agréablement que vous le feriez s'il s'agissait d'un étranger. Le ton de votre voix influencera le ton de la conversation.
- Comprenez ce que ressent votre enfant, même si vous n'approuvez pas toujours son comportement. Essayez de ne pas porter de jugement.
- Soyez prêt à aborder n'importe quel sujet. Soyez un parent à qui il est possible de poser des questions.
- Évitez de déprécier, d'humilier et de ridiculiser votre enfant qui pose des questions ou qui affirme des choses qui vous semblent naïves ou stupides.
- Encouragez votre enfant à mettre ses idées à l'essai lors d'une conversation, en évitant de juger celles-ci. Écoutez ses opinions et exprimez ensuite les vôtres le plus simplement et le plus honnêtement possible. L'amour et le respect mutuel peuvent coexister avec des points de vue divergents.
- Aidez votre enfant à bâtir sa confiance en soi en l'encourageant à participer à des activités de son choix (et non du vôtre).
- Efforcez-vous de souligner souvent et d'une façon appropriée les «bons coups» de votre enfant. Nous prenons souvent les bonnes choses pour acquies et mettons l'accent sur les mauvaises; et pourtant, chaque personne a besoin d'être appréciée.
- Encouragez votre enfant à prendre part aux décisions de la famille et à la résolution des difficultés familiales.
- Comprenez que votre enfant a besoin de contester vos opinions et vos manières d'agir pour effectuer une séparation qui est essentielle à l'affirmation de sa propre identité d'adulte.

À l'adolescent:

- Évite de regarder tes parents comme des ennemis. Il est probable qu'ils t'aiment et veulent ton plus grand bien, même si tu n'es pas nécessairement d'accord avec leur façon de te le manifester.
- Essaie de comprendre que tes parents sont des êtres humains qui ont leurs propres insécurités, leurs propres besoins et sentiments. Écoute tes parents avec un esprit ouvert et essaie de voir les situations à partir de leur point de vue.
- Partage ce que tu ressens avec tes parents de façon à ce qu'ils puissent mieux te comprendre.
- Assume tes responsabilités à la maison et à l'école; ils seront ainsi plus enclins à t'accorder l'indépendance que tu veux et dont tu as besoin.
- Accompagne tes critiques à l'égard de la famille, de l'école et du gouvernement de suggestions pratiques en vue d'améliorer les choses.
- Sois aussi courtois et prévenant envers tes parents que tu le serais envers les parents de tes amis.

Pour info : Joëlle-Valérie Fournier- 798-8833

Ateliers Horizon Ainé(s)

Pour le mois de décembre nous vous invitons à venir participer aux ateliers de cuisine, couture et bricolage!

8 décembre	fabrication savons déco Et bricolage surprise	13h00
15 décembre	Bûche de Noël Bricolage de Noël Desserts variés-Réveillon	9h00 13h00
12 janvier	Plats végétariens Capteur de rêves	9h00 13h00
19 janvier	Pizzas multi Album personnalisé	9h00 13h00
26 janvier	Galettes de poisson Trucs scrapbook	9h00 13h00

Pour les ateliers culinaires, on peut cependant rapporter nos mets moyennant le coût des denrées.

NB : IL EST IMPORTANT DE S'INSCRIRE À L'AVANCE AFIN DE PRÉVOIR LE MATÉRIEL NÉCESSAIRE. RÉSERVEZ TÔT. MERCI !!

Nouveauté!!

Nous avons maintenant une page Facebook voici l'adresse :

<https://www.facebook.com/pages/Unité-Domrémy-de-St-Gabriel-Relais-Communautaire>

À vendre : Un poêle électrique (75\$), lit capitaine en bois pour enfant (trois tiroirs) (125\$)

Recherche : Planche de bois, marmites en fonte, tapis, barils en plastiques, draps contours, sècheuse en bonne état, cartes de Noël.

Idées cadeaux : plusieurs jeux de société, 2 paires de bottes de ski alpin, 1 paire de bottes de planche à neige. C'est à voir !

**Venez découvrir nos nouveautés de l'automne-hiver!
HABILLEZ TOUTE LA FAMILLE!!!!**

Fermeture pour le temps des Fêtes

Prenez note que nous serons fermé à partir du jeudi, **22 décembre 2011**, 16h00.

Nous serons de retour le mardi **11 janvier 2012**, 9h00.

Promotion carte de membres

Prenez votre carte de membre de l'UDRC 2012, au coût de 2\$, avant le **16 décembre 2011** et courez la chance de gagner une magnifique décoration de Noël animée d'une valeur de plus de 100 \$\$\$!

BRISE DU NORD : Quête spéciale pour Brise du Nord, lundi le 12 décembre lors de la célébration du pardon qui aura lieu à Les Hauteurs, les argents recueillis serviront au parrainage de 4 professeurs à l'Île à Vache en Haïti. Un reçu fiscal sera disponible en passant directement par vos Fabriques ou en déposant une enveloppe (avec votre nom) lors des quêtes dominicales ou lors des cérémonies pénitentielles.

Le Comité remercie à l'avance les généreux donateurs.

Pour infos; René Lévesque : 418-798-8441 ou 418-732-0694

MESSAGES DE LA FABRIQUE

Columbarium : Date limite pour la réservation, l'inscription et le paiement des cases pour le Columbarium : le 01 mars 2012. Notez que l'inscription des noms est gratuite si demandée en même temps que la commande du Columbarium.

Grande campagne de Levée de Fonds lance dans la population : objectif vise : 50 000 \$. Reçu d'impôts à tous les généreux donateurs de plus de 10 \$. Tous les dons de plus de 500 \$ seront reconnus comme donateurs émérites et les dons de plus de 1000 \$ comme donateurs d'élite.

Veuillez noter que la Fabrique n'a droit à aucune subvention pour l'entretien et les réparations de l'église, notre église n'étant pas reconnue comme patrimoniale. Pour nous, elle est une partie de notre patrimoine.

Bénévolat : L'assemblée de Fabrique tient à remercier M. René Lévesque pour l'entretien et le pelletage des galeries de l'église et du presbytère pour les années 2010 et 2011. Il a fait ce travail tout à fait gratuitement. Il a accepté cette charge pour la saison qui commence et il sera secondé de M. Jean-Claude Rioux et ce aux mêmes conditions. Merci beaucoup à ces 2 bénévoles.

Spécial à la messe de Noël : Veuillez noter que l'homélie du 24 décembre sera actée par la troupe de théâtre des Hauts-Plateaux. C'est une messe à ne pas manquer.

Église en Folie 2 : Résultats financiers pour le spectacle du 30 avril 2011, à l'église : Recette nette totale : 1975.96\$ Part de 50% pour la Fabrique : 987.98\$

Gala Folklorique et Souper Spaghetti qui avait lieu le 23 octobre 2011. Recette nette : 845.51\$. Prendre note que le 50% qui devait être versé au comité local des Chevaliers de Colomb La Croisée des Chemins a été donné entièrement à la Fabrique. Un gros merci aux bénévoles et participants !

Pour infos : Johanne 418 798-8441



Club LIONS – CAMPAGNE de la Canne de Bonbon 2011 et de la vente de gâteaux

Comme à chaque année, les membres du Club Lions de St Gabriel ont recueilli vos dons pour leur campagne annuelle de la **canne de bonbon** et notre vente de **360 gâteaux**

Lions (pour les œuvres du Club). Cette activité s'est tenue dans la municipalité au cours des mois de novembre et des premiers jours du mois de décembre. Nous avons ainsi recueilli une somme supérieure aux autres années et elle servira à aider de bonnes causes

qui nous tiennent à cœur. Nous vous en sommes reconnaissants!

Merci pour votre très grande générosité et pour l'accueil réservé à nos membres.. La Direction du Club Lions
Carl Rioux, publiciste.

CERCLE DES FERMIERES : Réunion mensuelle le 2è mercredi du mois. La prochaine sera le 14 décembre

en après-midi. Elle débutera par un dîner à 11 h 45. Suivra la réunion mensuelle à 13 h 15 et nous finirons avec l'habituel échange de cadeaux. Il y aura une mini exposition de Noël. Les ateliers Artisanat Jeunesse se poursuivent

Vous êtes invités aux après-midis rencontres du mardi qui reprendront après la réunion de janvier qui sera le 11 janvier à 13 h 15. Ce rendez-vous, de 13 h 15 à 15 h, est pour le 17 janvier 2012. Il y a relâche pour quelques mardis dans le temps des Fêtes.

Sincères remerciements à Christine et Jacques de Champlain qui ont accepté que nous déposions, sur leur comptoir, une cannette pour recueillir des sous pour la fondation OLO (œufs, lait et jus d'oranges) pour les futures mamans.

Danielle Desrosiers, responsable des communications.

NOS SINCÈRES CONDOLÉANCES À LA FAMILLE DE :

Monsieur **CHARLES-HENRI BLANCHET**, fils de feu Alphéda Desrosiers et de feu François Blanchet, décédé au Centre hospitalier de Rimouski le 16 novembre 2011 à l'âge de 72 ans et 6 mois. Il était l'ami de madame Aline Fournier et le frère de Serge (Louiselle Fortin).

Madame **GERTRUDE LÉVESQUE**, épouse de feu Isidore Bérubé, décédé à l'Hôpital de Québec le 21 novembre 2011 à l'âge de 99 ans et 6 mois. Elle était la mère de madame Christine Bérubé.

Madame **GERMAINE APRIL**, épouse de feu Marc Roussel, décédée à l'Hôtel-Dieu de Québec le 27 novembre 2011 à l'âge de 86 ans.

Madame **GAÉTANE BÉDARD**, épouse de monsieur Robert Michaud de St-Charles-Garnier, décédée à l'Hôpital Régional de Rimouski, le 25 novembre 2011 à l'âge de 60 ans. Elle était la mère de Francis (Milady Turbide) de St-Gabriel.

Ordures ménagères**Les mardis**

13 et 27 décembre

10 et 24 janvier

Retour aux 2 semaines depuis le 1^{er} septembre**Récupération****Les jeudis**

8 et 22 décembre

5 et 19 janvier

Aux 2 semaines à l'année

INFO CAISSE**Desjardins**
Caisse des Versants
du Mont-Comi

Voici l'horaire de la caisse pendant la période des Fêtes :

Vendredi 23 décembre :	10 h à 15 h
Lundi 26 décembre :	FERMÉ
Mardi 27 décembre :	FERMÉ
Mercredi 28 décembre :	10 h à 15 h
Jeudi 29 décembre :	10 h à 20 h
Vendredi 30 décembre :	10 h à 15 h
Lundi 2 janvier :	FERMÉ
Mardi 3 janvier :	FERMÉ

JOYEUSES FÊTES !!!**PETITES ANNONCES****MESSAGE :**

Vous pouvez toujours faire paraître une petite annonce dans ce journal. Le coût est de 2,00\$ pour 25 mots et moins. Il faut faire parvenir votre texte avant le 1^{er} du mois de l'une des façons suivantes :

Écrire, en incluant le montant demandé, à : Journal Brin de nouvelles, 248, rue Principale, St-Gabriel-de-Rimouski (Québec), G0K 1M0 ou téléphoner au bureau municipal aux heures d'ouverture. **418-798-4938**

SERVICE : "Nuance Peinture 2001". Pour vos travaux de plâtre et de peinture. Appeler Richard Paul : 418 798-8269.

VENDRE OU ACHETER : Vous désirez vendre ou acheter, fermes, fermettes, boisés ou fonds de terre ? Contactez-moi, je m'en occupe ! Martial Tremblay, Agronome, **courtier immobilier** pour Gotha Immobilier. 418-730-4252.

À LOUER : CHAMBRE à louer près de l'école. Personne non fumeur. Tranquille. 418 798-8457.

OFFRE DE SERVICE : Cirage, aiguisage, entretien et réparation de **PLANCHE À NEIGE ET SKIS**. Appelez à partir de 17 heures. Jonathan, 418 798-4024.

PERDU : UNE CLÉ avec manette pour ouvrir porte de camion Dodge. Cette clé a été perdue dans le secteur St-Gabriel, Mont-Comi. Si trouvée, vous pouvez la déposer au bureau de la municipalité. Une récompense est promise.



Venez me voir ...
Suite à une récente formation, je peux vous offrir de nouvelles coupes et de nouvelles techniques de teinture au goût du jour
AUSSI...
Prothèses Capillaires, Extensions et Rallonges

Certificats cadeaux disponibles en tout temps

Merci de me faire confiance

Bienvenue à tous

Joyeux Noël, Bonne Année

Au plaisir de vous servir,

Marina Pelletier

4-1121 chemin du Mont-Comi,

St-Donat

418 739-3069

HORAIRE

Dimanche, Lundi	Fermé	Jeudi	À domicile
Mardi	Fermé	Vendredi	9 h à 20 h
Mercredi	9 h à 20 h	Samedi	9 h à 12 h 30

SUR RENDEZ-VOUS

Venez profiter de nos promos des fêtes!

- Abonnement d'un an pour seulement 395\$ taxes incluses

- Rabais de 15 % sur un abonnement de 3 mois!

Promotions valident jusqu'au 31 janvier 2012. Ne peut être jumelé à d'autres offres.



Programme spécial, retraité et femme enceinte!

*(Programme spécifiquement conçu pour vous, possibilité d'avoir un entraînement supervisé, groupe de 4.)

Vous pratiquez ou avez l'intention de pratiquer un sport, notre programme haute performance est pour vous!

Ce programme vise à améliorer les performances dans le sport ou encore la remise en forme pour la pratique de sport.

Politique d'inscription : Inscrivez-vous et si après deux séances vous n'aimez pas, nous vous **rembourserons!**

Pour nous joindre :

Emmanuel Ouellet

Coop Gymnase des Hauts-Plateaux en Santé, 418-798-4111

Mise en page : Anne-Marie Fournier

Impression et assemblage au bureau municipal.

Adresse: Journal Brin de nouvelles, 248, rue Principale, St-Gabriel-de-Rimouski, QC, G0K 1M0

Téléphone : 418-798-4938

Télécopieur : 418-798-4108

IMPORTANT : La date pour faire parvenir les communiqués est le **1^{er} du mois**. Comme le Brin de nouvelles est distribué environ 7 jours (à moins de contretemps) après la séance régulière mensuelle du conseil municipal, il est **important d'y penser le mois précédent** si votre activité doit se passer avant le 15 du mois.