CHEVALIERS DES

Au Témiscouata, c'est plus de 500 km de sentiers balisés pour la motoneige qui sont à explorer. Relais, lieux d'hébergement et de restauration vous accueillent pour vous offrir un séjour inoubliable.

Le Club de motoneiges Chevaliers des Frontières est situé sur le territoire de Saint-Elzéar et est géré par le club de Pohénégamook (Sully). On y propose le service de restauration et plusieurs activités tout au long de la saison (souper fondue, drags, etc.).

Avant de partir, vérifiez toujours la météo et les dernières nouvelles concernant les conditions des sentiers sur les sites de la Fédérations des clubs de motoneigistes du Québec (FCMQ) et de l'Association des

motoneigistes du Québec (ADMDQ).

Période d'accueil : Décembre à mars

Heures d'ouverture :

Mardi et mercredi : 11h à 20h Jeudi et vendredi : 11h à 22h

Samedi: 10h à 22h Dimanche: 9h à 20h

Chemin Blanchet, Saint-Elzéar, 418 893-1215

source: .tourismetemiscouata.qc.ca

Pour tout renseignement ou pour passer un message, communiquez avec Andrée-Anne Caron 418 854-7690 ou info@saintelzear.ca

✓ Pour le prochain journal des mois de Avril-Mai, j'aimerais avoir vos textes pour le 19 mars. Merci

Février 2019

D	L	M	M	J	V	S
					1	2
3	4 19h15 Conseil municipal	5 Recyclage Biblio. 19h - 20h	6	7	8 Frénésie du patineur	9
10	11	12 Ordures Biblio. 19h - 20h	13	14 Saint-Valentin	15	16
17	18	19 Recyclage Biblio. 19h - 20h	20	21	22	23
24	25	26 Ordures Biblio, 19h - 20h	27	28		

Mars 2019

D	L	М	M	J	V	S
					1	2
3	4 19h15 Conseil municipal	5 Recyclage Biblio. 19h - 20h	6	7	8 Journée de la femme	9
10 Repas Cabane à sucre On avance l'heure	11	12	13	14	15	16
17 Saint-Patrick	18	19 Recyclage Biblio. 19h - 20h	20 équinoxe du printemps	21	22	23
24 31	25	26	27	28	29	30



Attention! Attention! Attention!

Le père Noël nous a confirmé sa présence pour un événement spécial qui aura lieu le vendredi 8 février prochain lors de la Frénésie du Patineur. Le Comité des Fêtes et des Loisirs vous invite à un souper hot-dogs, suivi d'une soirée de patinage aux flambeaux et de glissades. A 19h, le Père Noël remettra des cadeaux aux enfants inscrits

et présents au Centre des Loisirs.

Un gros merci au Comité du Livre qui a rendu cette activité possible par son implication financière. Au plaisir de vous y rencontrer.

Le Comité

Ces mois-ci!



P. 2

P. 3

✓- Événements

- Club des 50 ans et plus - Comité Renaissance
- Information générale
- Conseil municipal
- Horaire de la patinoire







Trucs et Astuces



L'HIVER ET LA PEAU SÈCHE

En plein dans le cœur de l'hiver, on a tous les mêmes problèmes : notre peau est plus sèche, nos jambes sont en peau de crocodile, des boutons et rougeurs apparaissent sans prévenir...

Ces ennuis peuvent être dus à une routine non-adaptée, au chauffage, aux agressions extérieures (je parle de froid, vent glacial) et aux douches brûlantes.

Bonne nouvelle, il y a des solutions!

- 1. Choisir une crème qui hydrate en profondeur
- 2. Hydrater sa peau... même la nuit! Crème de nuit, crème pour les yeux
- 3. Choisir une crème apaisante pour le corps. Lotion hydratante pour le corps nonparfumée.
- 4. S'exfolier
- 5. Suivre sa routine pour le visage avec riqueur : routine pour le visage, crème hydratante, lait nettoyant, sérum, démaquillant.
- 6. Boire de l'eau
- 7. Se faire des masques hydratants ou éclaircissants
- 8. Ne pas oublier ses pieds. Application de crème hydratante sur les pieds pour éviter la sécheresse de la peau

En terminant, n'oublie pas de traîner ton baume à lèvres dans ton sac à main à chaque fois que tu sors de chez toi. C'est notre meilleur ami l'hiver!

Source : lookdujour.ca

Conseil de la Fabrique

Horaire de la messe : dimanche, 11h à la sacristie. Votre nouveau conseil de la fabrique se compose de: Magella Fortin, président, Louis Deschênes, vice-président, Brigitte Ouellet, Réjean Deschênes, Gérald Morin, Céline Briand, Bertrand Emond.

La dîme vous sera bientôt demandée : nous comptons sur votre générosité. Le carême commence le 6 mars par le mercredi des cendres: une belle occasion pour tenir nos résolutions des fêtes.

Magella Fortin: 418 854-5881

Bibliothèque

Horaire régulier : mardi 19h à 20h

Horaire scolaire (aussi ouvert aux adultes) de 14h à 15h. Les 8 et 25 février, 19 mars, 2 et 16 avril 2019.

La réalité virtuelle sera bientôt disponible. Venez l'essaver.

Lorsque la météo est incertaine, appelez à la bibliothèque. Ne risquez pas de vous déplacer pour rien.

Biblio : 418 854-7690 poste 4 Thérèse Sirois: 418 854-5690 BIBLIOTHÈQUE SAINT-ELZÉAR





Information générale

LIGNE DE VIE DU TÉMISCOUATA INC.

Cet organisme offre plusieurs services pouvant aider les personnes touchées par le cancer qui résident sur le territoire de la MRC Témiscouata.

Éducation, ressources additionnelles, information sur le cancer et sur les ressources existantes (références)

Équipement : Prêt d'équipement (pompes à morphine, lits électriques, chaises d'aisance, etc.).

Financier : Aide financière pour défrayer les divers coûts reliés à la maladie (transport, prothèses capillaires, prothèses mammaires, etc.) aux personnes qui en font la demande. Dépend du salaire brut.

Soins palliatifs: Accompagnement des personnes atteintes en phase préterminale et terminale dans tous les CHSLD du Témiscouata ou à domicile.

Soutien affectif, Soins à domicile non médicaux : Visites au domicile de la personnes atteinte et de la famille, à tous les stades de la maladie.

Transport : Service d'accompagnementtransport médical offert pour rendez-vous médicaux (incluant la chimiothérapie et la radiothérapie) réservé uniquement aux personnes atteintes de cancer.

774, rue Villeneuve Témiscouata-sur-le-Lac, QC, GoL 1Eo 418-854-3211

source : http://info.cancer.ca

« Mettez-vous à la place des autres. Si vous y arrivez, vous ne serez plus capable de faire du mal à autrui. » Bouddha

Conseil Municipal

Tous les premiers lundis du mois, vous êtes invités à assister au Conseil municipal, question de vous tenir informés des derniers dossiers.

Les prochaines réunions du Conseil municipal auront lieu les lundis 4 février 2019 et 4 mars 2019, a la bibliothèque à 19h.

Bienvenue à tous!

Pour toutes questions, communiquez avec le bureau municipal de Saint-Elzéar de Témiscouata.

Du lundi au jeudi, de 8h à 16h3o, au 209, rue de l'église, 418 854-7690 ou admin@saintelzear.ca

Comité de la Renaissance

Le Comité commence à préparer la "Soirée du Chevreuil". Tous ceux qui ont des idées à nous suggérer, contactez-nous.

Jean-Rock Deschênes: 418 854-3252

Club des 50 ans et plus

Réservez-nous votre dimanche, 10 mars 2019 et venez déguster la tire d'érable sur la neige après un délicieux dîner à la mode d'autrefois.

Thérèse Sirois : 418 854-5690





En collaboration avec la Commission scolaire du Fleuve-et-des-Lacs

LA COMMUNAUTÉ DE ST-ELZÉAR EST FIÈRE DE Vous présenter



OUVERTURE DÈS LA RENTRÉE SCOLAIRE 2019 INSCRIPTIONS DÈS MAINTENANT!



UNE ÉCOLE QUI A DU PANACHE

G-FIER

- Centre de
- **B**ormation
- **I**nteractive et **E**nvironnementale
- Rattachée à sa communauté

Une formation **authentique** portée par des **projets réels** provenant des **enfants**

École en forêt & Labo créatif

Projets communautaires

Robotique & Littérature jeunesse



UNE FORÊT DE POSSIBILITÉS

418-854-3566

Inscription pour l'année 2019-2020 Chers parents,

Nous voilà rendus à la période d'inscription pour l'année scolaire 2019/2020 qui se tiendra du 23 janvier au 20 février 2019 inclusivement.

Vous pouvez dès maintenant procéder à l'inscription de votre/vos enfants sur le site internet :

https://portailparents.ca

Le fonctionnement de notre école, qui prend un virage alternatif entend offrir aux enfants un choix varié de cours, de travaux personnalisés, d'activités pédagogiques, de projets personnels et d'ateliers parents, comme la robotique afin de favoriser le développement intégral de chacun des enfants.



Organisée par le Comité des Fêtes et des Loisirs

aura lieu le 8 février 2019 au centre des loisirs

17h30: souper hot-dog (1\$)

18h30: patinage aux flambeaux et

possibilité de glissade

visite du père Noël 19h:



Le Père Noël distribuera les cadeaux aux enfants INSCRITS et PRÉSENTS SEULEMENT.

Pour les enfants dont les parents ne sont pas résidant de Saint-Elzéar un montant de 15\$ sera demandé par enfant.



Pour informations: Marie-Claude St-André 418 863-3442. **Hélène Durette** 418 854-7648. **Nadia Potvin** 418 894-3412.



organisé par le club des 50 ans et plus de Saint-Elzéar

Dimanche le 10 mars 2019 aura lieu notre journée cabane à sucre.

Lieu: à la salle Rosa D. Lavoie de Saint-Elzéar

Heure: le diner débutera à 11h30 a.m. Vers 15 hrs; il y aura de la tire sur la neige de servi En après- midi, il y aura des activités récréatives pour tous les goûts.

Bienvenue à tous!

