

Junin
2020

L'INFORMO

BONNE FÊTE À TOUS LES
PAPAS, LES PAPIS DU MONDE
PLEIN D'AMOUR ET DE JOIE À
VOUS TOUS

POINTS DE
DISTRIBUTION DE

Merci
Beaucoup



Familiprix
AU SERVICE DE VOTRE SANTÉ
PHARMACIE P. LÉPICIER ET M.H. MIOUSSE INC.



GAZ BAR MULTISERVICES INC.
Tél.: 418 963-3253
Fax: 418 963-1276

Alimentation
D. G. C. Caillouette



Desjardins
Caisse populaire
des Basques

Informations municipales	2	Horaire sportif et culturel	5
Mot du maire	3	SSJB La biblio vous informe...	6 6
Page santé	4	Rubrique Commanditaires	7 7-8

Rejoindre les employés et services municipaux

Adresse: 101-B, rue Collin, Saint-Cyprien (Québec) G0L 2P0

Téléphone: 418-963-2730 Télécopieur: 418 963-3490

Site internet: www.saintcyprien.ca



Frédéric d'Andrieu, poste 202

Directeur général et secrétaire- trésorier
directiongenerale@saintcyprien.ca

Luc Gélinas, poste 207

Responsable d'Aréna
arena@saintcyprien.ca

Rosalie Roy, poste 204

Responsable des loisirs
loisirs@saintcyprien.ca

Ghislain Ouellet, poste 220

Responsable des travaux publics

Christian Ouellet, poste 220

Responsable des services de sécurité incendie

Guy Dubé, poste 203

Directeur des services administratifs
guy@saintcyprien.ca

Manon Denis, poste 200

Adjointe administrative
reception@saintcyprien.ca

Julie Lemieux, poste 205

Inspectrice en bâtiments
jlemieux@mrcrdl.quebec

Marie-Ève Ouellet, poste 206

Agente de développement
mouellet@mrcrdl.quebec

Restaurant aréna, poste 214

Bibliothèque, poste 230

Élus municipaux

Michel Lagacé

Maire

Jérôme Lebel

Conseiller siège # 1

Alain Denis

Conseiller siège # 2

Miguel Ouellet

Conseiller siège # 3

Annabelle Dubé

Conseillère siège # 4

Eve Bachand

Conseillère siège # 5

Alain Roy

Conseiller siège # 6

BUREAU MUNICIPAL

HEURES D'OUVERTURE POUR SERVICE À LA POPULATION

Lundi : 9 h 30 à 12 h de 13 h à 16 h 30 et de 17 h à 20 h

Mardi au jeudi: 8 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h 30

Vendredi: Fermé

Inspectrice municipale

Voici l'horaire d'été de l'inspectrice municipale, Mme Julie Lemieux:

Lundi: 8h30 à 12h

Jeudi: 13 h 30 à 16 h 30

FERMETURE DU BUREAU MUNICIPAL

Veillez noter que le bureau municipal sera fermé :

❖ Le mercredi 24 juin à l'occasion de la Saint-Jean-Baptiste

❖ Le mercredi 1^{er} juillet à l'occasion de la fête du Canada

Merci de votre compréhension!

Les personnes intéressées à faire paraître un article dans le prochain Informo doivent nous transmettre leur communiqué, **au plus tard le 15 du mois, à 12 h**. Par télécopieur au 418 963-3490, par écrit au bureau municipal ou encore par courriel à l'adresse suivante: reception@saintcyprien.ca. Le tout en format Word ou PNG (**pas de format PDF**).

Vous pouvez voir l'Informo en couleur sur le site internet de la Municipalité de Saint-Cyprien <http://www.municipalite.saint-cyprien.qc.ca>, onglet services aux citoyens et journal municipal.

Cyprianaises, Cyprianais,

La pandémie liée à la COVID-19 a obligé plusieurs d'entre nous à affronter le confinement, la quarantaine, la fermeture de notre région, les interdictions de rassemblement intérieur et extérieur, la distanciation physique, etc!

La COVID-19 a semé beaucoup d'inquiétudes auprès de tous en se questionnant sur les mesures prises, la responsabilité individuelle, la responsabilité collective. Notre population étant vieillissante, nos personnes âgées sont celles qui ont été appelées à en faire davantage afin de mieux se protéger de ce virus. Nos entreprises ont aussi été fortement perturbées par l'arrivée de cette pandémie. Des pans entiers de nos secteurs économiques ont été mis sur pause. Nos commerces essentiels ont joué un rôle extraordinaire en s'adaptant aux nouvelles règles sanitaires.

Le Québec a entamé un plan de déconfinement depuis plusieurs semaines pour la construction résidentielle, les commerces, les soins personnels, les rassemblements... et la levée des barrières limitant l'accès à notre région. Notre communauté s'est toujours réjouie d'accueillir chaque été les propriétaires de résidences secondaires établis chez nous. Nous allons envoyer une correspondance à chacun d'eux afin de leur demander de se mettre en quarantaine volontaire en arrivant dans leur résidence afin de contribuer par le respect des consignes sanitaires à maintenir au minimum le nombre de cas de COVID-19 dans notre milieu et dans notre région. Si chacun de nous respecte les consignes sanitaires, nous allons protéger ceux que nous aimons. Respecter les consignes sanitaires, c'est SAUVER DES VIES!

Nous voudrions tous faire comme avant. Se coller et être tous ensemble. Mais ce n'est plus possible à ce moment-ci. Je vous implore de respecter les consignes pour vous, pour ceux que vous côtoyez, pour nos aînés! Nous avons un CHSLD, des ressources pour aînés, des ressources pour personnes vulnérables, ce sont toutes des personnes que nous devons protéger!

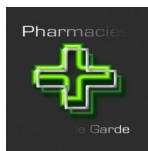
Je demande à chacun de nous de faire mieux pour le respect des consignes sanitaires, d'en parler à nos enfants, à nos parents, à nos amis, à nos voisins afin qu'ensemble, nous puissions faire obstacle au virus.

Du confinement au déconfinement partiel, en respectant les consignes sanitaires, c'est éviter un reconfinement!

Michel Lagacé, maire.

Croire en demain pour qu'aujourd'hui soit meilleur.

Cultivons l'appartenance au territoire si nous voulons y récolter la fierté.



La vitamine D



Communément appelée la « vitamine soleil », la vitamine D est essentielle pour les os et les dents en contribuant à leur solidité puisqu'elle permet une meilleure utilisation du calcium. Elle assure aussi un rôle important dans la fonction musculaire et serait impliquée dans la prévention de certaines maladies chroniques (diabète, maladies du cœur, maladies du système immunitaire...).

Tout le monde a besoin de vitamine D, que ce soit pour bâtir la masse osseuse en bas âge ou pour la préserver à l'âge adulte et empêcher qu'elle ne se détériore. Un manque de vitamine D peut donc entraîner des troubles de la croissance des os chez les enfants, de l'ostéoporose chez les adultes (fragilisation des os) ou encore de la faiblesse musculaire.

On retrouve la vitamine D dans l'alimentation, par exemple dans les poissons gras tels que le thon, les sardines, le saumon, mais aussi dans le jaune d'oeuf, le lait et les boissons de soya enrichies de vitamine D. Par contre, la principale source de vitamine D est assurée par notre exposition au soleil, d'où son appellation populaire de vitamine soleil!

Une exposition de 10 à 15 minutes, 3 fois par semaine, entre le mois d'avril et le mois d'octobre nous permettrait de produire une quantité suffisante de vitamine D. Par contre, certains facteurs comme le fait d'avoir la peau foncée et le fait d'appliquer de la crème solaire peuvent faire varier ces données. Par ailleurs, s'exposer au soleil comporte des risques importants et l'application de crème solaire est nécessaire pour profiter de la période estivale!



Les besoins en vitamine D peuvent varier, entre-autre, en fonction de l'âge, de notre état de santé, de l'alimentation ou encore de la latitude. Par exemple, nous ici, en Amérique du Nord, nous sommes un peu plus à risque d'avoir des carences en vitamine D. On comprend aussi que les gens vivant en institution peuvent avoir des besoins différents puisqu'ils sont moins exposés au soleil. Ostéoporose Canada considère que les adultes en santé entre 19 et 50 ans ont besoin de 400 à 1000 unités de vitamine D par jour et les personnes de 50 ans et plus ont des besoins entre 800 et 2000 unités par jour.

En considérant tous ces facteurs, ainsi que l'importance de se protéger du soleil, il peut être indiqué, pour certains d'entre nous, de prendre un supplément de vitamine D. Si vous vous demandez si un supplément est indiqué pour vous, vous pouvez en parler avec votre pharmacien(ne) qui pourra vous conseiller sur les produits disponibles et celui qui pourrait vous convenir. Votre médecin a peut-être fait une prise de sang pour déterminer spécifiquement vos besoins. Pour cette raison, si ce dernier vous a prescrit un supplément, il est important de le prendre régulièrement, tout au long de l'année, à moins d'avis contraire, même durant la belle saison! Mais gare aux excès, car la vitamine D peut s'accumuler dans notre corps et apporter des effets indésirables tels que des nausées, des maux de tête, démangeaisons, de la fatigue, une perte de poids... Alors il est important de respecter les recommandations de votre professionnel de la santé.

Julie Pelletier, pharmacienne pour les pharmacies Lépicier et Miousse

Ramonage des cheminées

Prenez note que cette année, monsieur Frédéric Pilote effectuera les travaux de ramonage des cheminées résidentielles:

Le ramonage se fera à partir du 15 juin

Il est bon de noter qu'il s'agit d'un ramonage partiel (cheminée seulement) et que le propriétaire doit faire nettoyer les conduits et l'appareil producteur de chaleur.



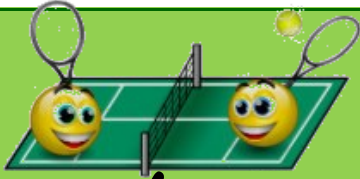
RAPPEL: Aux occupants qui ne veulent pas faire ramoner ou inspecter leurs cheminées résidentielles (maison ou garage):

Prenez note qu'en cas de refus de votre part de faire exécuter ces travaux, la Municipalité doit assumer les frais de **toutes les cheminées** inscrites sur « la liste » remise à monsieur Pilote. Malgré cette information et le règlement municipal concernant le ramonage, si vous refusez toujours de faire exécuter ces travaux, vous devez absolument aviser la Municipalité de Saint-Cyprien **PAR ÉCRIT**, en mentionnant vos coordonnées, votre adresse civique et l'endroit où se trouve la cheminée (maison ou garage) sur laquelle vous ne voulez pas que monsieur Pilote intervienne, et ce, **avant le 4 juin, à 16 h 30.**

De plus, si vous êtes absent de votre propriété durant les jours de cette période ou si vous ne voulez pas faire ramoner votre cheminée pendant votre absence, veuillez en informer la Municipalité par téléphone au 418 963-2730 poste 200, avant le 4 juin, à 16 h 30.

Merci à l'avance de votre collaboration et de votre compréhension.

Frédéric d'Andrieu, directeur général
Municipalité de Saint-Cyprien



Horaires sportif et culturel

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				



Tout est annulé jusqu'à nouvel ordre

LÉGENDE:

-  BIBLIOTHÈQUE
-  ACTIVITÉ CARTES ET BINGO (50 ANS ET +)
-  SOIRÉE DE DANSE

Ces femmes qui ont fait bouger Québec



Elles ont découvert, créé, imaginé, inspiré et dépassé leurs limites. Elles se sont tenues debout dans l'adversité. Elles ont fait l'actualité du Québec.

Sophie D'Amours

La rectrice de l'Université Laval, Sophie D'Amours
LE SOLEIL, JEAN-MARIE VILLENEUVE

À 51 ans, Sophie D'Amours est devenue en avril 2017 la première femme à occuper la prestigieuse fonction de recteur de l'Université Laval. Celle qui a succédé à Denis Brière a attribué à son style de gestion différent de celui de son prédécesseur sa victoire au premier tour du vote — fait rare! —, avec 50,7% des voix du collège électoral. «J'apporte un modèle de gestion plus ouvert, collaboratif. Je suis dans une dynamique de travail d'équipe. Mon thème de campagne était "L'avenir ensemble". Dans ma façon de faire, j'ai beaucoup compté sur l'expertise des gens et je vais continuer de le faire», avait promis l'ancienne vice-rectrice à la recherche et à la création.

Julie Bédard

La présidente de la Chambre de commerce de Québec, Julie Bédard
LE SOLEIL, PATRICE LAROCHE

Nommée présidente et chef de la direction de la Chambre de commerce et d'industrie de Québec en décembre 2017, Julie Bédard est devenue la première femme à occuper ce poste en plus de 200 ans d'histoire. Avocate de formation et détentrice d'un MBA, Mme Bédard avait œuvré pendant une vingtaine d'années dans le monde des affaires, au sein de petites et grandes entreprises, avant d'être retenue, au terme d'un long et rigoureux processus de sélection. «C'est un honneur d'être la première femme à occuper cette fonction. [...] Je souhaite continuer à travailler en étroite collaboration avec ceux et celles qui ont à cœur la prospérité économique de la capitale», avait déclaré Julie Bédard, qui prenait alors la relève d'Alain Aubut.

Véronique Tremblay sec.

Fermée jusqu'à nouvel ordre

La biblio vous informe...

En période de confinement, la lecture reste un antidote à l'ennui. " Lhaj-Kacemi "

Tous les adeptes de lecture et surtout nos abonnés sont au courant que leur Biblio. Municipale est fermée pour une période indéterminée. Sachez que nous sommes désolées de cet état de choses autant que vous.

Nous voulons toutefois vous signaler qu'il est possible de vous inscrire au livre numérique sur le site de Réseau Biblio. Bas St-Laurent. Il suffit d'installer le petit programme soit sur votre tablette, ordinateur, liseuse et même téléphone intelligent. Vous aurez accès à plus de 7000 titres (plusieurs viennent d'être ajoutés). Il y a de tout et pour toute la famille, incluant les plus récentes parutions. Voici le lien pour vous guider. Suivez les étapes.

<https://www.prenumerique.ca/aide>

Les personnes qui ont des livres empruntés, gardez les à la maison. Dès l'ouverture vous les rapporterez.
Il n'y aura pas de frais de retard.

En espérant avoir le plaisir de vous revoir bientôt.

**Au plaisir de vous voir!
Bonne lecture!**

L'équipe de la Bibliothèque

L'équipe de la Biblio.

Heures d'ouverture:
Mardi : 15 h à 16 h 30
Jeudi : 18 h 30 à 20 h



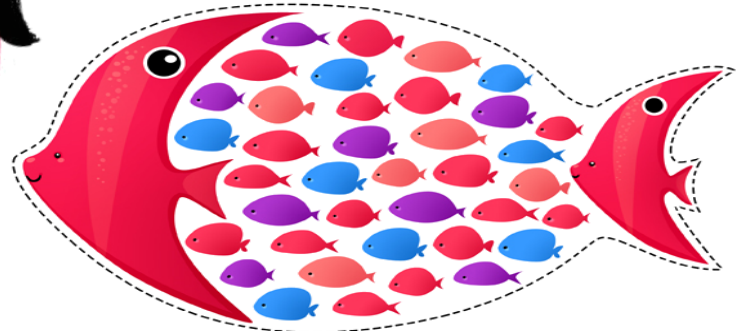
Juin 2020

Un grand
Merci

Rubrique

DÉVELOPPEMENT LE BOISÉ À L'ABRI, RUE MGR-VERREAU

Vous avez un projet de construction de maison ou duplex, vous recherchez un endroit tranquille et à proximité des services. Nous avons présentement 5 terrains qui sont raccordés aux services d'aqueduc et d'égouts. Ce sont les numéros 13-14-22-23 et 24. Ces numéros sont inscrits sur le plan situé à l'entrée du développement. Pour plus d'information, contactez-nous au (418) 963-2766 le soir et la fin



à nos commanditaires !



Après m'avoir lu,
mettez-moi au bac bleu!

CONCEPTION | FABRICATION

418 963-7158

desjardinsbijoux.com
carolledesjardins@hotmail.com

Carolle Desjardins

joaillière



CENTRE FUNÉRAIRE
Jean-Guy Rioux

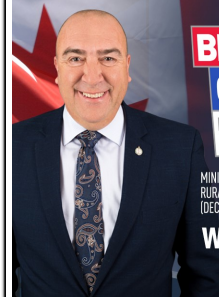
Siège social

30, rue Notre-Dame Ouest
Trois-Pistoles (Québec) G0L 4K0
Tél. : 418 851-1962 - Téléc. : 418 851-4796
Sans frais : 1 888 851-1962
Courriel : funeriu@intermobilex.com



Siège social

Transit : 60039-815
80, rue Notre-Dame Ouest
Trois-Pistoles (Québec) G0L 4K0
Tél. : 418 851-2173 ou 1 866 444-5033
Téléc. : 418 851-1223



BERNARD GÉNÉREUX DÉPUTÉ
MONTMAGNY-L'ISLET-KAMOURASKA-
RIVIÈRE-DU-LOUP

MINISTRE DU CABINET FANTÔME DU DÉVELOPPEMENT ÉCONOMIQUE
RURAL ET DE L'AGENCE DE DÉVELOPPEMENT ÉCONOMIQUE DU CANADA
(DEC) POUR LES RÉGIONS DU QUÉBEC

WWW.BERNARDGENEREUX.CA





Bar du Côte

du mercredi au vendredi
Orchestre Pool

215, rue Principale
St-Cyprien (Québec) G0L 2P0
Véronique Bouchard, prop.
Tél.: 418 963-6634

Poisson d'avril!

Groupement Forestier et Agricole Taché inc.

C.P. 40, 189, rue Principale, St-Cyprien
CTÉ Rivière-du-Loup QC G0L 2P0
Tél: 418 963-2911
Fax: 418 963-2251
Courriel: groupementforestier@bellnet.ca

IA Industrielle Alliance
Assurance et services financiers inc.*

Miguel Ouellet
Conseiller en sécurité financière

320, boul. Hôtel-de-Ville, bur. 200
Rivière-du-Loup (Qc) G5R 5C6

418 862-0141, 261
C.: 418 894-1408
1 800 473-6913, 261
F.: 1 888 781-7412
miguel.ouellet@agc.ia.ca

ia.ca
ON S'INVESTIT, POUR VOUS.

* Cabinet de services financiers

Raymond Chabot Grant Thornton

Dave Malenfant, CPA, CA, MBA

Associé en certification
Raymond Chabot Grant Thornton
S.E.N.C.R.L.

T 418 862-6396, poste 6708
C 418 894-5411
A 300, boulevard de l'Hôtel-de-Ville
Rivière-du-Loup (Québec) G5R 5C6

malenfant.dave@rcgt.com

Membre de Grant Thornton International Ltd **rcgt.com**

GAZ BAR MULTISERVICES INC.

197, rue Principale, bureau 202
Saint-Cyprien (Québec) G0L 2P0

ctremblay@cot-inc.ca
cote-ouellet-thivierge.com/CarolineTremblay

Tél.: 418 963-3253
Fax: 418 963-1276

cot côté ouellet thivierge
Notaires et Conseillers juridiques

CAROLINE TREMBLAY
Notaire

197, rue Principale, bureau 202
Saint-Cyprien (Québec) G0L 2P0

ctremblay@cot-inc.ca
cote-ouellet-thivierge.com/CarolineTremblay

418 963-1287 | 418 862-2404

LE CLUB DES 50 ANS ET PLUS
Les gais philosophes inc

104, rue du Centenaire, C.P. 240
Saint-Cyprien (Québec) G0L 2P0

Location de la salle s'adresser à:
Jocelyn Ouellet: 581 646-8802
Jeannine Caillouette: 418 963 2980

LAUZIER ÉLECTRIQUE Inc.

Résidentiel
Commercial
Industriel
Agricole

Service de macelle
Ligne moyenne tension 25 KV

Tél. : 418 963-6000 • Cell. : 418 714-2181
Télééc. : 418 963-6002 • lauzierelectrique@live.ca

124, rue Principale
Saint-Cyprien (Qc) G0L 2P0 RBO : 5625-8860-01

Corporation des maîtres électriciens du Québec

EXCAVATION MICHEL GOSSELIN

Licence R.B.Q. : 5605-1097-01
418 963-3747

Carrefour du camion R-D-L
FREIGHTLINER WESTERN STAR PUSO CASAVY

SERVICE ET RÉPARATION POUR TOUTES LES MARQUES

Distributeur des pièces **WWW.FREIGHTLINERRDL.COM**
100, BOUL. INDUSTRIEL, C.P. 325, RIVIÈRE-DU-LOUP (QUÉBEC) G5R 3Y9
1 800 392-3192 • 418 862-3192

PHYSIOÉNERGIE

Marie-Andrée Michaud, pht | Propriétaire

Services de physiothérapie et d'ergothérapie pour CNEST, SAAQ, assurances privées et autres

197-211, rue Principale, Saint-Cyprien G0L 2P0
T: 418.963.5555 | F: 418.963.6111 | physioenergie.ca

Familiprix
AU SERVICE DE VOTRE SANTÉ

PHARMACIE P. LÉPICIER ET M.H. MIOUSSE INC.

197, Principale - St-Cyprien, Qc - G0L 2P0 (418) 963-3306
3, Principale Nord - St-Hubert, Qc - G0L 3L0 (418) 497-3925
136A, Seigneur Côté - Isle-Verte, Qc - G0L 1K0 (418) 898-3111
535, du Patrimoine - Cacouna, Qc - G0L 1G0 (418) 867-3569

ÉLECTRONIQUE MERCIER
télécommunications sans fil

162, rue Fraser
Rivière-du-Loup (Québec) G5R 1C8

418 862 7269
418 862 4155
www.emercier.com

qualité, services et professionnalisme depuis 1964
RAPIDITÉ ET FIABILITÉ AU BOUT DES DOIGTS !

Propane Sélect

Christian Pelletier
Directeur

685, boulevard Armand-Thériault
Rivière-du-Loup (Québec) G5R 6B9
Tél. : (418) 860-2442 • Fax : (418) 860-2200
Sans frais : (877) 860-2442
Courriel : cpelletier@propaneselect.ca
Site Web : www.propaneselect.ca

No. RBO : 8293-0702-19

LE SPÉCIALISTE SF MÉCANIQUE INC.

Stéphane & François Caron 122, Grande-Ligne Nord
Propriétaires St-Cyprien (Qc) G0L 2P0

Tél.: 418-963-5088 Cell.: 418-868-7464
Sans frais : 1-866-963-5088
Fax: 418-963-6461

Mécanique générale Air climatisé
Pliage de tuyaux sur place Pose de pare brise
Vente de pièces d'autos et de pneus

2 places d'affaires pour mieux vous servir

ALCIDE OUELLET ET FILS INC.

160, rue Principale
Saint-Cyprien, QC G0L 2P0
Tél.: 418 963-2647
1 800 463-4449

235, route 291
Cacouna, Qc G0L 1G0
418 867-1441

www.alcideouellet.com

Centre de Rénovation Home hardware

QUINCAILLERIE SAINT-CYPRIEN INC.

• Matériaux de construction • Quincaillerie • Plomberie • Électricité • Peinture • Décoration

France Charest et Rémi Lévesque, propriétaires

179, Principale, C.P. 160 Tél.: 418 963-2023
Saint-Cyprien (Québec) 418 963-3639
G0L 2P0 Téléc.: 418 963-3518
france.charest@homehardware.ca

TRANSPORT Jean-Paul Leblond

Pascal Leblond
président

224, RUE PRINCIPALE
ST-CYPRIEN (Québec)
G0L 2P0

Tél.: (418) 963-2829
Cell.: (418) 894-7760
Sans frais: (877) 963-2829
Fax: (418) 963-1410

Courriel: p_leblond@pleblond.qc.ca

**TRANSPORT ET CHARGEMENT DE BOIS
ACHAT DE BOIS DE SCIAGE**



Merci pour votre support !

