

Mon petit



cosmoss
COMMUNAUTÉ OUVERTE ET SOLIDAIRE POUR
UN MONDE OUTILLÉ, SCOLARISÉ ET EN SANTÉ
— MRC de la Matapédia —

Partenaire

Bulletin d'information de la Table COSMOSS 0-30 ans de La Matapédia

Numéro 68 -> 2 mai 2012

**SEMAINE
DE LA
SANTÉ
MENTALE**
7-13 MAI 2012



**ASSOCIATION CANADIENNE
POUR LA SANTÉ MENTALE**
**CANADIAN MENTAL
HEALTH ASSOCIATION**

Aujourd'hui de 12h à 19h
à la salle communautaire
d'Amqui

1^{re} édition du
Salon matapédien
de l'emploi et de la formation



**Gardez votre
équilibre.**

Découvrez comment vous pouvez
maintenir votre santé mentale. >

semainedelasantementale.ca

APPEL À TOUS

Plan de développement durable
de la collectivité

En s'inspirant des Parcs naturels
français, la MRC désire mettre en
action un plan structuré de dévelop-
pement durable de notre collectivité.
Le but de cet appel à tous est de
former des comités représentatifs
des différents secteurs d'activités de
La Matapédia : Éducation, Santé et
services sociaux, Affaires, Communau-
taire, Culture, Forêt, Tourisme,
Environnement et Citoyen.
(le comité agriculture est déjà complet!)

Les gens qui désirent postuler sur
ces comités ou avoir de l'information
sont priés de contacter
Joël Tremblay à la MRC afin de
donner leur nom **AVANT le 4 MAI** :
j.tremblay@mrcmatapedia.qc.ca.

4 mai

- Visite de l'évènement
IMPACT de La Mitis
par le GT Vulnérabilité

5 mai

- Kiosque de Lili et Cricri
les abeilles qui aiment lire
et écrire à la Bambinerie

8 mai

- GT Évaluation

Nouveauté!

9 mai

- Formation sur le nouveau
site internet de COSMOSS

Rencontres
de cette
semaine

À suivre!



Vous avez jusqu'au lundi 7 mai pour
vous inscrire à l'**Assemblée régionale des
partenaires COSMOSS** à Rivière-du-Loup le
24 mai prochain. Communiquez avec vos agentes
pour avoir le formulaire d'inscription!

Voici quelques activités
GRATUITES proposées
pour votre

semaine des FAMILLES

printanière
dans la Vallée



ALBERTVILLE

jeudi 17 mai

Organisé par la municipalité avec la collaboration du Club des 50 ans et plus.

À la Salle municipale :

13h : **Activités familiales** : Marche familiale, visite de la bibliothèque, jeux de société, jeux de pétanque, boîte à lunch et prix de présence.

AMQUI

samedi 12 mai

Organisé par le CSSS de La Matapédia, la Sûreté du Québec, la Ville d'Amqui, le Service sécurité incendie et le CPE Les p'tits flots.

À l'aréna d'Amqui :

9h : Installation sécuritaire à 15h de **sièges d'autos** pour enfants

Organisé par le Service des loisirs.

Au Parc Rostand :

13h : **Hockey Balle** parents-à 15h enfants (7 à 12 ans)

À la piscine :

13h30 : **Bain libre**
Encore de la piscine le 13 mai!

CAUSAPSCAL

samedi 12 mai

Organisé par la Maison des jeunes avec la collaboration de la municipalité.

À l'aréna :

12h : **Dîner santé** buffet froid : sandwiches jambon et fromage, crudités, fruits, etc.

13h : **Peinture** sur une muraille et jeu de poches

13h30 : Visite des **services d'urgence** et **maquillage**

14h30 : **Activité physique** et **atelier smoothies** avec le CAMEF et les animatrices de la Mdi

SAINT-THARCISIUS

dimanche 20 mai

Organisé par le Comité de Développement en collaboration avec la municipalité.

À l'Espace des Générations (65, rue du Moulin) :

10h : **Randonnée pédestre** collective

12h : **Pique-nique familial santé** : buffet sur place ou apportez votre pique-nique

13h30 : Concours **Karaoké** familial en plein-air

15h : Partie de **soccer** familiale amicale

SAINT-VIANNEY

samedi 12 mai

Organisé par l'Association sportive en collaboration avec la municipalité.

Au restaurant chez Mami-Jo :

8h : **Inscription**

9h : **Marche familiale en montagne** avec historique de la Croix, **jeux et maquillage**

11h30 : **Pique-nique**

13h : **Visite de la ferme Beaux-près**

14h30 : Visite des **services d'urgence** et petit tour de camion

16h : **Course à relais** parents/enfants

17h : **Souper** « Grill cheese »

SAYABEC

mardi 15 mai

Organisé par le service des loisirs en collaboration avec la Maison des jeunes et la bibliothèque.

Dans le stationnement du Centre communautaire :

18h30 : **Workout musical** avec animation

19h : **Marche familiale** à travers le village avec bannière SQF, mascottes et ballons

19h30 : **Rencontre extérieure familiale** avec musique, animation, mascottes et chocolat chaud

En cas de mauvais temps, l'activité sera reportée au 17 mai!

VAL-BRILLANT

samedi 19 mai

Organisé par la municipalité en collaboration avec le CFLM et le Comité d'embellissement de Val-Brillant.

À la Cédrière :

9h : **Nettoyage** des terrains communs

12h : **Dîner santé** : bouillon chaud, sandwiches et crudités

13h : **Plantage d'arbres** par les familles avec **atelier didactique** sur les arbres

14h : **Distribution d'arbres** aux gens de la population et **maquillage**

Du 12 au 20 mai 2012 : La Matapédia pense famille, durant la semaine Québécoise des familles!



Vous avez jusqu'à vendredi 4 mai pour remplir le **sondage sur le Répertoire des intervenants FICELLE**. Ce document a été envoyé, il y a déjà un an, dans toutes vos organisations par courriel. Après tout le travail qui a été fait par le GT Ficelle pour l'élaboration de cet outil favorisant le continuum de services entre intervenants, **merci** de prendre deux petites minutes pour donner votre opinion : <http://www.surveymonkey.com/s/SXM98LN>



Chez un
partenaire

ouvert
à tous!

Les recettes du mois de mai :

- Boulettes aux pêches
- Chow Mein à la dinde
- Gâteau Corn flakes
- Pizza maison au poulet
- Brochettes de fruits sauce au yogourt

Réservez
votre place!
418 629-1331



RECHERCHÉ

"Je suis à la recherche d'un ami avec qui je pourrais jouer aux jeux vidéos, jouer au hockey et au soccer, aller au cinéma et faire de la photographie. Je suis un gargon de Sayabec de 13 ans et je suis sportif!"

Vous êtes intéressé :
communiquez au 418-629-2799