



L'ÉVEIL CAMPAGNARD

SAINT-MARC-DE-FIGUERY
«Ensemble pour construire l'avenir»



Volume 20, numéro 1, 27 janvier 2020

**LA CAMPAGNE DE SOLLICITATION
POURSUIT SA MONTÉE!**



**S'AMUSER, DE TOUT
POUR LES PETITS ET GRANDS!**



**Vous êtes les bienvenus en grand nombre
au 40e tournoi de pêche des Aigles
le 22 février 2020**





51, 10^e Avenue Ouest

Amos (Québec)

J9T 1W9

Téléphone : 819-732-5995

Télécopieur : 819-732-1949

www.hyundaiaamos.com

- Franchisé CarXpert
- Atelier mécanique pour toutes marques de véhicules
- Dépositaire de plusieurs marques de pneus
- Acceptons en échange véhicules, VTT et motoneiges

VENEZ VOIR LES NOUVEAUX MODÈLES 2020 SUR PLACE !

Santa Fe



Tucson



Kona



TABLE DES MATIÈRES

Auteurs des photos de la page couverture: Karine Neveu et Jocelyne Bilodeau

Table des matières & Pensées du mois	3
Section paroissiale	4 et 5
Section municipale	6 à 8
Info-agente de développement	9
Info-recyclage	10
Info-environnement	11
Info-compost	12 à 14
Info-biblio	15
Info-pompier	16
Info-santé	17
Info-jeunesse	18
Info-scolaire	19
Info-parents	20
Info-aînés	21
Info-culture	22
Info-sécurité	23 à 25
Recette du mois	26
Conseil projets construction	27
La chronique des mielleux	28
Chronique météo	29
Section des nouvelles	30 à 37
Section des communiqués	38 à 44
Contact avec l'état	45
Calendrier détachable	47
Pause café	49

PENSÉES DU MOIS

Quoi qu'il arrive, crois en la vie, crois en demain, crois en ce que tu fais, mais surtout, crois en toi.

Le meilleur jour de ta vie est celui où tu décides que ta vie t'appartient.

Tu ne peux pas faire la même erreur deux fois, car la deuxième fois, ce n'est pas une erreur; c'est un choix.

Écris sur ton cœur que chaque jour est le plus beau jour de l'année.

Se comparer aux autres c'est prendre le risque de se dévaluer. Se comparer à soi-même c'est se donner le pouvoir de sans cesse progresser.

La vie ne se compte pas par les respirations, mais plutôt par les moments qui te coupent le souffle.

La famille; Comme les branches d'un arbre, nous grandissons tous dans de différentes directions, mais nos racines ne font qu'un.

Source : Les beaux proverbes

**POUR DE
L'ACCOMPAGNEMENT
DANS VOS
PROJETS
D'AFFAIRES**

**FAITES APPEL À L'EXPERTISE DE VOTRE
CENTRE LOCAL DE DÉVELOPPEMENT !**



Centre local de développement

491, rue de l'Harricana, Amos
819 732-6918
info@cldabitibi.com
cldabitibi.com
f CLDabitibi

SECTION PAROISSIALE



INTENTIONS DE MESSES POUR FÉVRIER 2020 :

Dimanche 2 février – 9 h 30 :

Denis Corriveau
Famille Dorien Boutin

Dimanche 9 février – 9 h 30 :

Jacqueline Piché Mongrain (12-02-2018)
Offrande au service

Dimanche 16 février – 9 h 30 :

Gilles Lantagne et Gabriel Lantagne
Offrande au service

Dimanche 23 février – 9 h 30 :

Lucie Corriveau et Kariakos Tomopoulos
Les membres de la fabrique

Mercredi des Cendres 26 février – 16 h 30

Dominic Boutin et Rose-Hélène Dupuis Boutin
Offrande au service

LAMPES DU SANCTUAIRE :

La lampe du sanctuaire rappelle la présence du Seigneur dans notre église et le temps qu'elle brûle, elle se fait présence et prière pour qui en fait l'offrande.

Semaine du 2 février :

Bernard Cloutier / Pour la famille

Semaine du 9 février :

Luc Corriveau / Pour mon père

Semaine du 16 février :

Joan Tenhave et Donald Audy / Intentions personnelles

Semaine du 23 février :

Estelle Périgny et Daniel Boutin / Pour les malades

Toute personne qui le désire peut faire brûler la lampe du sanctuaire. Le montant de l'offrande est de 5\$.

1^{er} VENDREDI DU MOIS :

MESSE ET ADORATION, Saint-Marc-de-Figury

Vendredi, le **7 février** prochain, temps d'adoration de 13 h à 14 h.

SOIRÉE DE PANTECÔTE, Amos :

Mercredi, le **29 janvier** prochain, 19 h 30, à la Cathédrale avec l'Abbé Patrick Rancourt. Ceux qui ont une bible sont invités à l'apporter.

Invitation est faite à chaque paroissien(ne)

LE MOUVEMENT « LA PORTE OUVERTE » INC.

Si tu veux améliorer ta qualité de vie, suite au décès de ta conjointe ou de ton conjoint. Si tu désires retrouver la paix intérieure et la joie de vivre. Le mouvement « La Porte Ouverte » Inc. t'invite à vivre une expérience enrichissante les 27, 28, 29 mars 2020 au Domaine St-Viateur, à La Ferme, près d'Amos. Date limite d'inscription : 20 mars 2020. Il est important de nous contacter le plus tôt possible. Il nous fera plaisir de te rencontrer pour te donner plus de renseignements.



Personnes à contacter :

Secteur Amos :

Lucie Rouillier (819) 732-0141 ou Toussaint Boisclair (819)-732-3506

Secteur La Sarre :

Françoise Chrétien (819) 333-9917 ou Charlotte Moore (819) 333-6811

Secteur Val-d'Or :

Lise Boisvert (819) 825-0937 ou Cécile Raby (819) 874-3201

Secteur Senneterre :

Carmen Lanoix (819) 732-7804

Secteur Lebel-sur-Quévillon:

Julienne Lavoie (819) 755-3254 ou Jeanne-D'Arc Dubé (819) 755-4486

Secteur Chibougamau :

Carmen Lanoix (819) 732-7804

Secteur Matagami :

Carmen Lanoix (819) 732-7804

SECTION DES NOUVELLES PAROISSIALES

RETOUR SUR LA MESSE DE NOËL :

Un MERCI spécial à tous ceux qui ont participé de près ou de loin, et à tous ceux qui ont assisté à la célébration de Noël à Saint- Marc, en cette nuit où l'Église dans le monde entier se souvient de la naissance de L'Enfant-Dieu sur terre.

Merci ...

À l'abbé Patrick Rancourt qui a présidé en toute simplicité la messe.

À Lucie et sa chorale : Donald, Raymond, Hélène, Guillaume, Marie-Andrée, Geneviève, Laurianne, Megan, Liliane, Johanne, qui par leurs beaux chants, ont favorisé une ambiance de joie et de fête.

À Jocelyn et Jocelyne pour le sketch « **Apprenez aux enfants** » pour nous rappeler le vrai sens de Noël, merci pour la belle présentation.

À Hélène et Ghislaine pour le service à l'autel et Marie-Marthe qui leur a servi de guide.

À Agathe, Lucette et Johanne pour la lecture de la Parole et de la prière universelle.

À Marie-Marthe, Johanne et Liliane qui ont distribué la communion.

À Alain et Joan pour avoir recueilli les offrandes lors de la quête.

La communauté de Saint- Marc vous remercie, vous donne rendez-vous à l'année prochaine :



Que le Seigneur vous bénisse et vous garde. Que le Seigneur fasse briller sur vous son visage, qu'il vous prenne en grâce. Que le Seigneur tourne vers vous son visage, et qu'il vous apporte la paix! (Nb 6, 22-27)



SECTION MUNICIPALE

Municipalité de Saint-Marc-de-Figuery

**Commission
municipale**

Québec



LE 17 JANVIER 2020

À L'ATTENTION DES CITOYENS DE LA MUNICIPALITÉ DE SAINT-MARC-DE-FIGUERY

Depuis le 14 janvier 2020, la Commission municipale du Québec agit comme administratrice provisoire de la municipalité de Saint-Marc-de-Figuery, celle-ci n'ayant plus suffisamment de conseillers en fonction (quorum) pour prendre les décisions.

C'est donc la Commission municipale du Québec qui remplace le conseil municipal et adoptera les résolutions à la place du conseil pour que la municipalité puisse fonctionner.

Les deux membres désignés pour administrer provisoirement la municipalité et maintenir les services aux citoyens sont :

- Me Martin Saint-Laurent
- Me Sylvie Piérard

Durant l'administration provisoire, notez qu'il n'y a plus de séances du conseil et qu'aucune décision ne sera prise sans l'aval de la Commission municipale.

La Commission administrera la Municipalité de Saint-Marc-de-Figuery jusqu'à ce que l'élection de nouveaux conseillers municipaux permette de retrouver le quorum au conseil. Le jour du scrutin sera fixé par la Ministre des Affaires municipales et de l'Habitation en temps et lieu.



À TOUS LES PROPRIÉTAIRES DE CHIEN

Il est maintenant temps de faire le renouvellement de la licence de votre animal. Elle est disponible à l'administration municipale du 162, chemin des Prés, au coût de 15 \$ pour 2 ans



SECTION MUNICIPALE

Voici un résumé des décisions du conseil municipal, adoptées lors des séances extraordinaires du 19 décembre 2019.
Adoption du budget 2020

1^{er} : BUDGET DE FONCTIONNEMENT

REVENUS	2020	2019
Taxes générales	818 291	790 419 \$
Camion incendie	36 368	26 048
Taxes emprunt secteur	44 303	43 303
Égouts secteur	22 337	22 337
Ordures	128 460	68 850
Compostage		35 100
Vidange installation septique	33 485	32 220
Païement tenant lieu de taxes	7	3 400
Revenus de sources locales	58 042	46 240
Transfert gouvernement	265 070	254 081
TOTAL DES REVENUS	1 413 431	1 321 998 \$
DÉPENSES		
Administration générale	289 901	262 156
Sécurité publique	108 193	102 045
Voirie municipale	316 363	294 717
Hygiène du milieu	200 175	185 612
Aménagements et urbanisme	132 855	120 921
Loisirs et culture	75 623	61 220
Frais financement	227 923	232 916
: Subvention PIQM (19 783 \$)		
Frais financement secteur	62 398	62 411
: Subvention PIQM (19 783 \$)		
TOTAL DES DÉPENSES	1 413 431	1 321 998 \$

2^e : BUDGET TRIENNAL DES IMMOBILISATIONS

- Travaux changement de ponceaux (3), chemin des Collines, chemin des Prés
- Renouvellement de conduites des eaux usées et pluviales, route 111, avenue Michaud, chemin des Prés
- Rechargement granulaire, chemin des Collines, chemin de la Rivière et chemin de l'Hydro
- Centre récréatif Dominic-Boutin
- Étude de faisabilité Parc industriel
- Agrandissement bureau municipal

Adoption du règlement # 2019-249, imposition des taxes et mode de paiement

Article 1 - Taux de taxation

	2020	2019	
Taxes foncières générales	0,90 \$	0,88 \$	du 100 \$ d'évaluation
Camion incendie	0,04 \$	0,029 \$	du 100 \$ d'évaluation

Collectes :

Ordures et recyclage - résidences permanentes	200,00 \$	180,00 \$	par logement
Ordures et recyclage - résidences saisonnières	100,00 \$	90,00 \$	par logement
Ordures et recyclage - commerciales, industrielles ou agricoles	200,00 \$	180,00 \$	par logement
Compostage - permanent	155,00 \$	90,00 \$	par logement
Compostage - saisonniers	80,00 \$	90,00 \$	par logement
Compostages-commerciales, industrielles ou agricoles	155,00 \$	90,00 \$	par logement

Égouts :

Entretien secteur	121,00 \$	121,00 \$	par logement
Emprunt secteur (article 2)	À déterminer	300,46 \$	par immeuble

Traitement de surface (article 3) :

Immeuble résidentiel permanent	À déterminer	557,31 \$	par unité
Immeuble vacant	À déterminer	139,33 \$	par unité
Immeuble résidentiel saisonnier	À déterminer	278,66 \$	par unité
Utilisateurs potentiels	À déterminer	55,73 \$	par unité
Immeuble agricole	À déterminer	83,60 \$	par unité

Vidanges des fosses septiques :

Permanents	115,00 \$	115,00 \$	par immeuble
Saisonniers	80,00 \$	80,00 \$	par immeuble

Autres :

Panneau civique et installation	75,00 \$	38,60 \$	par immeuble
---------------------------------	----------	----------	--------------

Article 2 - Tarification pour le remboursement de la dette liée aux égouts

Extrait du règlement d'emprunt # 179 : Pour pourvoir aux dépenses engagées relativement aux intérêts et au remboursement en capital des échéances annuelles de 75 % de l'emprunt, il est par le présent règlement exigé et il sera prélevé, annuellement durant le terme de l'emprunt, de chaque propriétaire d'un immeuble imposable situé à l'intérieur du bassin de taxation, une compensation pour chaque immeuble imposable dont il est propriétaire.

Le montant de cette compensation sera établi annuellement en divisant les dépenses engagées relativement aux intérêts et au remboursement en capital des échéances annuelles de 75 % de l'emprunt par le nombre d'immeubles imposables dont les propriétaires sont assujettis au paiement de cette compensation.

Article 3 - Tarification du traitement de surface

Extrait du règlement d'emprunt # 2016-234 : Pour pourvoir aux dépenses engagées relativement aux intérêts et au remboursement en capital des échéances annuelles de l'emprunt, il est par le présent règlement exigé et il sera prélevé annuellement, durant le terme de l'emprunt, de chaque propriétaire d'un immeuble imposable situé à l'intérieur du bassin de taxation décrit au règlement pour en faire partie intégrante, une compensation à l'égard de chaque immeuble imposable dont il est propriétaire.

Le montant de cette compensation sera établi annuellement en multipliant le nombre d'unités attribuées suivant le tableau adjacent à chaque immeuble imposable par la valeur attribuée à chaque unité. Cette valeur est déterminée en divisant les dépenses engagées relativement aux intérêts et au remboursement en capital des échéances annuelles de l'emprunt par le nombre d'unités de l'ensemble des immeubles imposables situés à l'intérieur du bassin.

Catégories d'immeubles	Nombre d'unités
Immeuble résidentiel permanent	1
Immeuble vacant	0,25
Immeuble résidentiel saisonnier	0,5
Utilisateurs potentiels	0,1
Immeuble agricole	0,15

Article 4 - Tarif de compensation pour divers travaux

Le conseil de la Municipalité de Saint-Marc-de-Figuery décrète qu'un tarif de 90 \$/heure soit exigé et prélevé au propriétaire pour des travaux tels que dégel de ponceau ou autre.

Le tarif indiqué inclut uniquement la main-d'oeuvre et l'équipement appartenant à la municipalité. Des frais supplémentaires pour l'utilisation de machinerie n'appartenant pas à la municipalité seront facturés au propriétaire touché, s'il y a lieu.

Article 5 - Mode de paiement

Le conseil de la municipalité de Saint-Marc-de-Figuery maintient le droit à trois (3) versements pour le paiement des taxes municipales lorsque les taxes foncières sont égales ou supérieures au montant fixé par le règlement du gouvernement en vertu du paragraphe 4 de l'article 263 (fiscalité municipale). Ces paiements devront être faits de la façon suivante :

- Le premier versement doit être fait le trentième jour qui suit l'expédition du compte;
 - Le deuxième versement doit être fait le quatre-vingt-dixième jour qui suit le dernier jour où peut être fait le versement précédent;
 - Le troisième versement doit être fait le quatre-vingt-dixième jour qui suit le dernier jour où peut être fait le versement précédent;
- Lorsqu'un versement n'est pas fait dans le délai prévu, seul le montant du versement échu est alors exigible.

Seules les règles relatives au versement unique s'appliquent à une taxe imposée à la suite d'un budget supplémentaire.

Article 6 - Taux d'intérêt

Le taux d'intérêt sera de 18 % l'an sur tout compte en souffrance.

Article 7 - Entrée en vigueur

Le présent règlement entrera en vigueur conformément à la Loi.

AVIS PUBLIC D'ENTRÉE EN VIGUEUR

Aux citoyens de la municipalité de Saint-Marc-de-Figuery.



Avis public est donné de ce qui suit :

Le conseil a procédé à l'adoption du règlement #2019-249 règlement sur la taxation, le 19 décembre 2019. Le document est disponible au bureau municipal aux heures d'ouverture et sur le site internet municipal à l'adresse : www.saint-marc-de-figuery.org

Donné à Saint-Marc-de-Figuery ce 22^{ème} jour de janvier 2020.

Doris Bélanger

Doris Bélanger
Directrice générale et
Secrétaire-trésorière



INFO-AGENTE DE DÉVELOPPEMENT

Jocelyne Bilodeau

CARACTÈRE BIDIMENSIONNEL DE LA PAUVRETÉ

Mariella Collini

L'Observatoire le mentionne souvent, il est difficile de chiffrer une réalité aussi complexe que la pauvreté ou encore la défavorisation. Divers indicateurs pris isolément ou regroupés en un indice peuvent être utilisés selon l'angle d'analyse voulu, soit sous la loupe des individus ou des territoires. Voici la version 2016 de l'indice de défavorisation matérielle et sociale (IDMS) mise à jour par l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ).

De par sa conception, l'indice de défavorisation matérielle et sociale (IDMS) fournit une appréciation d'ensemble des personnes vivant dans un milieu défavorisé donné, et non de la condition individuelle des personnes. L'indice contribue à repérer les populations les plus vulnérables, à cibler les milieux de vie où elles se concentrent, de même qu'à suivre les inégalités au fil du temps.

L'indice de défavorisation a deux dimensions, une matérielle et une autre sociale, qui peuvent être combinées. De nature économique, la composante matérielle se calcule à partir de trois indicateurs qui reflètent la faiblesse du revenu, de la scolarité et de l'emploi. La composante sociale, qui repose aussi sur trois indicateurs, se rapporte à la fragilité des relations entre les individus dans la famille et dans la communauté. L'évaluation simultanée des deux composantes forme l'indice combiné.

Afin de mieux cerner les inégalités à l'échelle des MRC de l'Abitibi-Témiscamingue, l'analyse repose sur les quintiles régionaux de défavorisation matérielle et sociale (et combinée); le premier quintile de défavorisation étant le moins défavorisé, et le quintile supérieur (ou 5) étant le plus défavorisé.

LA DÉFAVORISATION DANS L'ESPACE

Selon l'IDMS, il appert que la MRC d'Abitibi-Ouest est plus fortement touchée par la **défavorisation matérielle**, alors que plus de 4 personnes sur 10 (44 %) vivent dans des conditions économiques désavantageuses. Dans une moindre mesure, la défavorisation matérielle est également marquée au sein de la MRC de Témiscamingue, avec 22 % de la population. À l'inverse, les deux MRC les plus urbaines de la région présentent des proportions de population matériellement très défavorisée plus faibles que la moyenne régionale, soit 17 % pour la Vallée-de-l'Or et 11 % pour la Ville de Rouyn-Noranda.

Quant à la **défavorisation sociale**, les MRC de Rouyn-Noranda et de La Vallée-de-l'Or affichent de fortes proportions de population considérée comme socialement très défavorisée, avec respectivement 27 % et 24 % de la population. Les autres territoires de MRC sont moins fortement touchés par la défavorisation sociale.

En combinant les deux dimensions de l'indice de défavorisation (**indice combiné**), la MRC d'Abitibi-Ouest présente une proportion largement supérieure à la moyenne régionale, avec 29 %. Aussi, les parts de population matériellement et socialement défavorisées s'avèrent plus élevées au sein des territoires de MRC de Témiscamingue et de La Vallée-de-l'Or. Inversement, la Ville de Rouyn-Noranda et la MRC d'Abitibi affichent de plus faibles proportions de population vivant dans un milieu très défavorisé que la moyenne, avec des parts respectives de 15 % et 13 %.

LA DÉFAVORISATION DANS LE TEMPS

Selon l'indice combiné, il appert que depuis 2006, la défavorisation a gagné du terrain au sein des territoires de MRC de La Vallée-de-l'Or (19 % à 25 %), d'Abitibi-Ouest (19 % à 29 %) et de Témiscamingue (15 % à 25 %). À l'opposé, une amélioration de l'indice est enregistrée par rapport à il y a dix ans pour la Ville de Rouyn-Noranda (21 % à 15 %), de même que pour la MRC d'Abitibi, mais de manière un peu moins marquée (15 % à 13 %).

Source : Bulletin de l'Observatoire de l'Abitibi-Témiscamingue, octobre et novembre 2019



INFO-RECYCLAGE RAPPEL

Nous constatons que plusieurs éléments se retrouvent dans les bacs bleus des citoyens et qu'il ne devrait pas s'y retrouver. Nous vous demandons de porter attention sur ce que vous déposer dans celui-ci, cela fait toute la différence lors du traitement des matières. À long terme, plus nous faisons bien le recyclage, plus grande sera la somme à recevoir de Recyc-Québec, moins sera grand le coût de traitement des matières sur votre compte de taxes.

Voici l'aide mémoire «**Voyez la vie en bleu**». Pour les personnes qui ont participé aux séances d'information sur le compost et qui ont cherché leur bac brun ont reçu cet aide-mémoire. Vous pouvez vous en procurer un en vous présentant à l'administration municipale ou en consultant le site internet de la municipalité : <https://saint-marc-de-figuery.org/page/1042088>

Document : Aide-mémoire, gestion des 3 bacs: compost, récupération, déchets

Aide-mémoire

VOYEZ LA VIE EN BLEU!

3 règles simples:

Contenants

Emballages

Imprimés et journaux

Matières acceptées

PAPIER ET CARTON

Journaux, circulaires, revues, feuilles, enveloppes, sacs de papier, livres, annuaires téléphoniques, rouleaux de carton, boîtes de carton, boîtes d'œufs, cartons de lait et de jus à pignon, contenants aseptiques (type Tetra Pak®).

MÉTAL

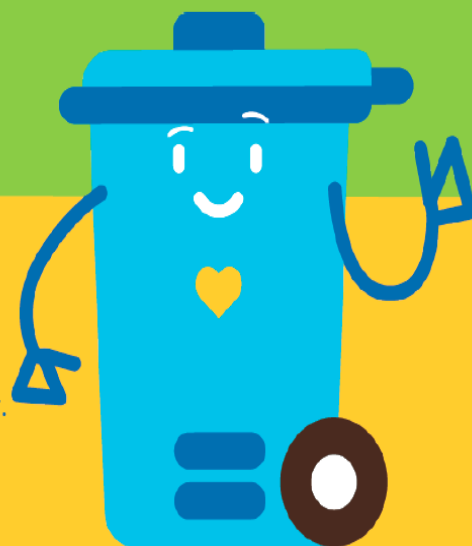
Papier et contenants d'aluminium, bouteilles et canettes d'aluminium, boîtes de conserve, bouchons et couvercles.

VERRE

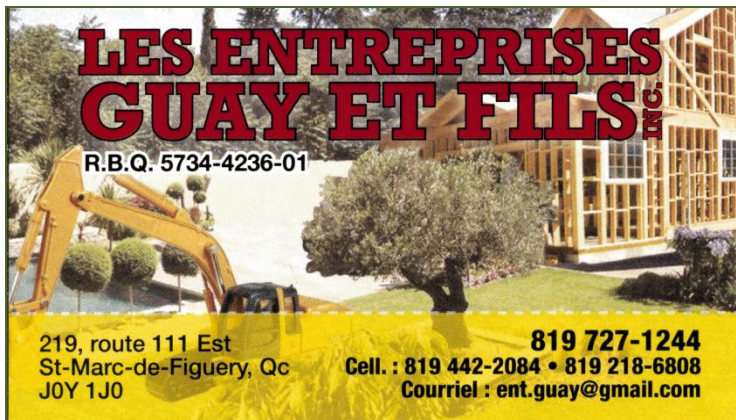
Bouteilles et pots, peu importe la couleur.

PLASTIQUE

Bouteilles, contenants et emballages de produits alimentaires, de boissons, de cosmétiques, de produits d'hygiène personnelle et d'entretien ménager numérotés 1-2-3-4-5 ou 7, bouchons et couvercles, sacs et pellicules d'emballage.



**LES ENTREPRISES
GUAY ET FILS**
R.B.Q. 5734-4236-01



219, route 111 Est
St-Marc-de-Figuery, Qc
J0Y 1J0

819 727-1244
Cell. : 819 442-2084 • 819 218-6808
Courriel : ent.guay@gmail.com

- Construction générale - industrielle - résidentielle - commerciale
- Construction neuve
- Rénovation générale
- Excavation, terrassement et pavé uni, aménagement paysager
- Taille haies et élagage
- Dénégement de toitures, patios et trottoirs



INFO-ENVIRONNEMENT

Quelles sont les solutions aux problèmes environnementaux?

À travers le monde, on peut dire que toutes les Nations ont des problèmes environnementaux. Or, les effets immédiats sur le moyen et sur le long terme sont néfastes. Mais pour garantir une vie meilleure pour la génération future, il est primordial de trouver des solutions pour y remédier, car c'est la planète tout entière qui est menacée !

La principale cause de ces problèmes est l'Homme qui ne cesse de s'accroître chaque année et qui laisse de plus en plus son empreinte sur l'environnement pour satisfaire ses besoins et pour améliorer sa condition de vie. Pour sauver l'environnement, il faudrait donc changer le comportement des individus et du gouvernement.

Quelques solutions pour lutter contre les problèmes environnementaux

La pollution est l'un des plus graves **problèmes environnementaux**. Elle peut causer un trou dans la couche d'ozone, entraîner l'effet de serre et le **réchauffement climatique**... la seule solution? Diminuer les activités polluantes et encourager la production biologique respectant le management environnemental et la protection de l'environnement dans les activités de l'entreprise (Norme Iso 14001). En même temps, pour réduire le gaspillage et éviter l'épuisement des ressources, le recyclage et le retraitement des déchets doivent être adoptés par toutes les Nations. Cela entraînera la réduction des besoins en matières et permettra de limiter les déchets et le rejet de carbone dans l'atmosphère. En outre, il faudrait également restreindre la destruction des habitats naturels pour sauvegarder la biodiversité, interdire la chasse massive des animaux en voie de disparition, etc. Et surtout, il est très important de diminuer la consommation de la population dans les pays riches...

L'usage de l'énergie renouvelable est vivement recommandé. Son installation est assez coûteuse, mais grâce à ce système, il est possible de consommer moins d'énergie fossile, donc d'économiser sur la facture d'électricité. On peut citer par exemple l'énergie solaire, Éolienne, hydrolienne, photovoltaïque, biomasse, géothermique...

Les autres solutions pour sauver notre planète !

On ne cessera jamais de dire qu'il faudrait réduire le gaspillage pour régler les divers problèmes environnementaux !!! Effectivement, pour y arriver, on procède comme suit :

- Limiter l'utilisation de l'eau potable pour la cuisine et récupérer l'eau de pluie pour les autres besoins : arrosage du jardin, nettoyage domestique...
- Diminuer la consommation d'énergie en débranchant les appareils inutilisés, en éteignant le chauffage et la climatisation quand la maison est vide...
- N'acheter que l'essentiel lors de l'approvisionnement pour réduire la consommation
- Réparer les équipements et machines défectueux au lieu d'acquies des articles neufs pour réduire les déchets électroniques qui sont nocifs pour l'environnement
- Épurer les eaux usées
- Procéder à l'adoucissement d'eau
- Employer un sac en tissu qui peut être utilisé plusieurs fois au lieu d'un sachet

En bref, ce ne sont que quelques exemples, mais pour sauver la terre du **réchauffement climatique**, tout le monde doit s'impliquer !

Source : <http://www.terrafutura.info/quelles-sont-les-solutions-aux-problemes-environnementaux/>

PNEUS NORD-OUEST		PNEUS	ROUES	PIÈCES	MÉCANIQUE
246, Rte 111, St-Marc-de-Figuery (Québec) J0Y 1J0		Auto V.T.T.	MAG Acier	V.T.T. Moto	2 temps 4 temps
DAVID SHEEHY sheehy.david@hotmail.com 819 732-0701		Remorque Agricole Spécialisé	Remorque	Motoneige Remorque	Auto A\C



INFO-COMPOST



SAINT-MARCOIS ET SAINT-MARCOISES D'URGENT CORRECTIFS À FAIRE!

Que 3 cueillettes du compost ont été exécutées et à notre grand désarroi plusieurs problématiques sont apparues. Nous avons retrouvé des éléments tels que ceux-ci :

- Sacs de plastique
- Contenants de plastique
- Des fils
- Des éléments de métaux
- Des outils
- De la corde
- Des pièces d'auto



Voici une liste de précisions sur certaines matières acceptées ou refusées

- **Sacs de plastique compostables (même certifiés)** : Les sacs de plastique compostables, même certifiés, **sont refusés** au site de traitement et par conséquent dans le bac brun. Le site de traitement situé à Landrienne ne détient pas l'autorisation pour accepter les résidus alimentaires en sacs de plastique. Toutefois, les sacs en papier sans doublure ou munis d'une pellicule cellulosique sont acceptés.
- **Vaisselle et emballages de plastique compostables (même certifiés)** : La vaisselle et les emballages de plastique compostables sont refusés au site de traitement et par conséquent dans le bac brun. Par contre, la vaisselle et les emballages faits de carton sont acceptés (à l'exception du papier parchemin et du papier ciré). Les items en plastique compostables doivent être déposés à la poubelle pour éviter de contaminer les matières recyclables et les matières organiques.
- **Plastiques traditionnels, ou dits biodégradables ou oxodégradables (sacs ou vaisselle/emballages)** : Ces types de plastiques sont interdits dans le bac brun puisqu'ils contaminent le produit fini. Attention : certaines allégations environnementales sur les sacs peuvent être trompeuses! Par exemple, les plastiques étiquetés oxobiodégradables, biodégradables ou dégradables sont en réalité formés de plastique traditionnel qui se dégrade en microparticules et ne sont pas compostables. Les items en plastique biodégradable ou oxodégradable doivent être déposés à la poubelle pour éviter de contaminer les matières recyclables ou les matières organiques. Les contenants et emballages en plastique traditionnel (#1, #2, #4 et #5) peuvent être déposés dans le bac de récupération des matières recyclables.

- **Couches jetables (biodégradables ou non)** : Les couches jetables vont à la poubelle. Si vous avez des problèmes d'odeur dans votre poubelle, jetez le contenu « solide » des couches dans les toilettes avant de les mettre aux ordures ménagères.
- **Carcasses de homard et de crabe** : Vous pouvez les déposer dans votre bac brun. Attention, cette matière est très odorante! Congelez vos carcasses pour les déposer dans le bac juste avant la collecte et enveloppez-les dans du papier journal pour éviter de souiller votre bac.
- **Coquillages de mollusques (huîtres, moules, palourdes)** : Les coquillages sont très durs et ne se compostent pas. Déposez-les à la poubelle.
- **Os** : Vous pouvez déposer vos os de poulet et arêtes de poisson sans problème dans votre bac brun. Toutefois, les gros os de bœuf sont très durs et ne se compostent pas. Déposez-les à la poubelle.
- **Verre** : Bien qu'il semble évident pour tous que le verre, peu importe sa forme, ne va pas dans le bac brun, le verre s'avère être le contaminant le plus problématique dans les centres de compostage puisqu'il est quasi impossible d'en retirer les petits fragments du compost mature.
- **Mégots de cigarette** : Les filtres des mégots ne sont pas compostables et donc ne vont pas au bac brun. Souhaiteriez-vous alimenter vos magnifiques rosiers de tous ces produits chimiques?
- **Gomme à mâcher** : La base de la plupart des gommes à mâcher est synthétique (élastomères, émulsifiants, cire, plastifiants et polyéthylène). Ces matières ne sont pas compostables, c'est pourquoi la gomme doit être jetée à la poubelle après avoir été mâchée.
- **Poussière** : Des contaminants pour le compost pourraient se cacher dans la poussière. Par mesure de précaution, cette matière doit être déposée à la poubelle.
- **Charpies (mousse) de sècheuse** : Les charpies sont constituées de petites fibres provenant des vêtements et literies que nous faisons sécher. Comme plusieurs de ces items contiennent des fibres synthétiques (ex. : polyester, rayonne, spandex, etc.), les charpies doivent être déposées à la poubelle.
- **Tissus (textiles)** : Les textiles de nos vêtements et literies contiennent souvent des fibres synthétiques (ex. : polyester, rayonne, spandex, etc.). Si votre matière est en bon état, vous pouvez vous en départir auprès d'un organisme, dans une boîte de dons ou à l'écocentre. Si c'est en mauvais état, vous pouvez tenter de la réutiliser comme guenille.
- **Grosses branches et retailles de bois de construction** : Les branches d'arbre de plus de [12 mm] de diamètre et les retailles de bois de construction sont trop grosses pour être compostées. Vous pouvez cependant les déposer à l'écocentre. Ces matières sont aussi acceptées lors des collectes spéciales de résidus de construction. Les petites brindilles,
- les bâtonnets à café ou à brochette, les baguettes en bois (pour mets chinois ou sushis) et les bâtons de « popsicle » peuvent être déposés dans le bac brun.

- **Résidus verts** : les résidus verts sont acceptés dans le bac brun. Par contre, il ne faut pas en mettre une trop grande quantité. Vous pouvez en mettre et alterner avec d'autres matières organiques afin d'équilibrer le contenu du bac.

Nous vous encourageons toutefois à pratiquer l'herbicyclage¹ et le déchiquetage des feuilles mortes (feuillicyclage²). La nature a déjà développé un système de recyclage hautement performant pour ces matières, laissons-les donc sur place plutôt que de les ramasser et ensuite payer pour leur transport et leur traitement! Vos pelouses et platebandes vous remercieront pour cet apport en matière organique.

- **Cendres** : ATTENTION! Les cendres (dépourvues de résidus chimiques) doivent être FROIDES avant d'être déposées dans le bac brun! Les cendres peuvent rester chaudes pendant sept jours. Entreposez-les dans un contenant métallique à l'extérieur AVANT de les transvider dans le bac brun. Les cendres (dépourvues de résidus chimiques) peuvent aussi être épandues en petite quantité directement sur votre terrain et près des arbres pour un apport intéressant en potassium.
- **Huiles et graisses de cuisson** : Vous pouvez mettre une petite quantité d'huile dans votre bac brun, comme un reste de salade avec de la vinaigrette. En grande quantité (comme lors du nettoyage de votre friteuse), mettez plutôt l'huile dans un contenant hermétique avant de le jeter dans vos ordures. Il est interdit de jeter cette matière dans la toilette ou l'évier, puisqu'elle est susceptible de bloquer ou d'obstruer le réseau d'égouts.
- **Résidus domestiques dangereux** : les résidus domestiques dangereux, comme les huiles et graisses non végétales, piles (rechargeables ou non) et la peinture, doivent être apportés à l'écocentre. Ces résidus sont refusés dans la collecte des matières organiques, des matières recyclables et des déchets.
- **Terre, roches, sable, gravier** : Ces matières sont lourdes et ne sont pas compostables. C'est pourquoi, à l'exception de petites quantités de terre provenant de vos plantes intérieures ou de votre jardin, elles sont refusées dans le bac brun. Apportez-les plutôt à l'écocentre.

NOUS VOUS SUGGÉRONS DE LIRE L'INTÉGRALE DE DU DOCUMENT D'INFORMATION DÉTAILLÉS DE SAINT-MARCRC-DE-FIGUERY, IL EST DISPONIBLE À SUR LE SITE INTERNET MUNICIPAL : <https://saint-marc-de-figuery.org/page/1042088>

La réussite de la collecte des matières compostables est l'affaire de tous les citoyens, nous vous demandons de prendre connaissance des documents d'informations qui vous ont été remis lors des séances d'informations, si vous n'avez pas assisté à celles-ci, nous vous demandons de bien vouloir vous les procurer en vous présentant à l'**Administration municipale du 162, chemin des Prés** ou consultez le site Internet municipal :

<https://saint-marc-de-figuery.org/page/1042088>

¹ L'herbicyclage est une technique très simple et pratique qui consiste à laisser les rognures de gazon sur la pelouse après la tonte

² Le feuillicyclage consiste à tondre vos feuilles mortes qui sont tombées sur votre terrain

INFO-BIBLIO

Voici des suggestions de titres de livres à votre disposition



TITRE:

La marguerite et le chrysanthème
 Au nom du père et du fils, Le Sorcier
 Les Nouveaux Riches
 La maison des jours heureux
 L'interdit
 Soleil Vert, L'intégrale
 DUPLESSIS Le pouvoir
 Sainte et pécheresse:
 Le pari
 Survivre avec les loups
 La première chose qu'on regarde
 Rue de la Soie
 Confessions d'une célibataire

AUTEUR:

Georges Brassens
 Francine Ouellette
 Peter C. Newman
 Danielle Steel
 Stanley Lloyd Norris
 Daniel Boisvert
 Conrad Black
 Marcelle Bernstein
 Dominique Demers
 Misha Deconsec
 Grégoire Delacourt
 Régine Deforges
 Mélanie Beaubien et
 Julie Normandin

MAISON D'ÉDITION:

France Loisirs
 Québec Loisirs Inc.
 Québec Loisirs
 France Loisirs
 Québec Loisirs Inc.
 Lettres plus
 Les éditions de l'Homme
 Super Sellers
 Québec Amérique
 Robert Laffont
 J Clattès:
 Fayard
 Réunis

Ceci n'est que quelques exemples des volumes que votre bibliothèque municipale possède.

Horaires tous les mercredis de 18 h à 20 h.

Au plaisir de vous accueillir!

Services offerts à la population gratuitement:

- | | | |
|-------------------------------------|------------------------------------|---------------|
| - Prêt de volumes ou de périodiques | - Animation | - Expositions |
| - Réservation de volumes | - Heure du conte, 4 fois par année | - Conférences |



C.D. BOUTIN

434, Route 111

Saint-Marc-de-Figuery

(Québec) J0Y 1J0

Téléphone: 819-732-4030

Vente de bières et vin, épicerie, quincaillerie,
 plomberie, plomberie Pex, objets et vêtements
 souvenirs, service d'un comptoir postal,
 machine distributrice à café.

Station d'essence sans-plomb et diesel :



Produits Pétroliers Harricana inc.

Le MONOXYDE de CARBONE (CO)

DÉFINITION DU MONOXYDE DE CARBONE

- Le monoxyde de carbone est un gaz toxique responsable de plusieurs intoxications chaque année;
- L'intoxication au monoxyde de carbone peut entraîner des séquelles irréversibles ou la mort;
- Contrairement à de nombreux gaz, le monoxyde de carbone est invisible et inodore. Il n'irrite pas non plus les yeux ou les voies respiratoires.

SYMPTÔMES CAUSÉS PAR LE MONOXYDE DE CARBONE

- À faible exposition : Mal de tête frontal, nausées et fatigue;
- À moyenne exposition : Mal de tête frontal persistant avec sensation de battement, nausées, vertiges et étourdissements, pouls rapide, baisse de réflexes et de jugement;
- À très longue exposition : Faiblesse, évanouissement, convulsion, coma et décès.

Seul un avertisseur de monoxyde de carbone peut vous alerter de sa présence. EN POSSÉDEZ-VOUS UN ?



Repérer les sources de monoxyde de carbone

Plusieurs types d'appareils et de véhicules peuvent dégager du monoxyde de carbone et causer des intoxications :

- les **appareils de chauffage non électrique** comme les fournaies au mazout, les foyers au bois, les poêles à combustion lente ou les chaufferettes au propane;
- les **véhicules à moteur à combustion** comme les automobiles, les motoneiges, les bateaux ou les véhicules tout-terrain;
- les **appareils fonctionnant au gaz naturel ou au propane** comme les cuisinières au gaz naturel, les réfrigérateurs au propane ou les chauffe-eau au propane;
- les **outils et appareils fonctionnant à l'essence** comme les tondeuses, les scies ou les génératrices;
- les **appareils de plein-air** comme les barbecues, les lampes à l'huile ou les réchauds.

Un message du Service de prévention incendie de la MRC d'Abitibi.



McGUIRE, PROVENCHER-LAVERGNE AVOCATS

JEAN McGUIRE, D.E.C., LL.L.
Avocat

NICOLAS PROVENCHER-LAVERGNE, LL.B.
Avocat

Droit civil – Droit commercial – Droit du travail –
Droit municipal – Droit criminel et pénal –
Droit familial – Droit des assurances –
Droit de la jeunesse

39-A, 1^{ère} Avenue Ouest

Amos (Québec) J9T 1T7

Téléphone : 819-732-5258

Télécopieur : 819-732-0394

Adresse électronique : mcguire.avocats@cableamos.com

INFO-SANTÉ

Nos astuces santé pour tenir le choc au creux de l'hiver

L'hiver est une saison qui peut durer longtemps...très longtemps. Et il n'est pas rare de tomber malade et d'avoir une baisse de forme à ce moment-là. Voici nos astuces pour mieux résister à cette période de l'année.

Les aliments qui vous permettront de mieux résister pendant l'hiver

C'est bien connu, **la santé passe aussi par ce que nous mangeons**. Et pendant l'hiver, certains aliments sont particulièrement conseillés pour faire face à cette saison qui peut s'avérer très longue et éprouvante pour notre organisme.

Riche en vitamine A, en vitamine C, en vitamines B et D, en potassium, en minéraux, en protéines et en antioxydants, **la gelée royale est le complément alimentaire qui vous aidera à tenir le choc pendant l'hiver**.

Cette incroyable substance fabriquée par les abeilles **a des vertus immunostimulantes et permet de lutter contre la fatigue passagère ainsi que les agressions extérieures**.

Consommée en cure, elle permet de lutter contre les virus et les bactéries de l'hiver.

Les agrumes sont des fruits que l'on récolte en hiver et, bonne nouvelle, ils sont riches en vitamines, en particulier la **vitamine C, réputée pour permettre de rester en forme en toute saison et surtout pour lutter contre le rhume et l'état grippal**.

Alors, foncez sur les clémentines, les oranges, les pamplemousses et les citrons ! Ne **négligez pas non plus les kiwis, eux aussi, très riches en vitamine C**.

Pour lutter contre le creux de l'hiver, ayez le réflexe magnésium, véritable allié contre le froid, le stress et la déprime. Et pour cela, pas besoin d'acheter des compléments alimentaires, vous pouvez en trouver dans des aliments qui en sont riches.

Le plus connu est le **chocolat noir, un aliment ayant aussi des vertus antidépressives** : une bonne raison pour ne pas se priver, mais attention, à consommer sans excès ! Autre source naturelle de magnésium : les fruits de mer (en particulier les bigorneaux et les bulots) et les fruits oléagineux (amandes, noix du Brésil, graines de tournesol, noisettes, noix...).

Source : <https://www.passeportsante.net/fr/Actualites/Dossiers/DossierComplexe.aspx?doc=astuces-sante-hiver-fatigue>



**Pharmacie Jean-Jacques Trépanier,
Sylvie Laliberté et Martine Gravel Inc.**
Pharmaciens-propriétaires

Proximed



Membre affilié à :

J.-Jacques Trépanier, Sylvie Laliberté et
Martine Gravel, pharmaciens(nes)

41, 1^{re} Avenue Ouest

Amos (Québec)

J9T 1T7

Téléphone : 819-732-2641

Télécopieur : 819-732-3484

SERVICES :

Livraison

Prise de tension artérielle

Centre de diabète

Pilulier

Orthopédie et bas support sur mesure

Mise en seringue de l'insuline

Heures d'ouverture :

Lundi au mercredi : 9h à 18h

Jeudi au vendredi : 9h à 21h

Samedi : 9h à 17h

Dimanche : 14h à 16h

INFO-JEUNESSE

Qu'est-ce qui rend les jeunes de 19 ans satisfaits de leur vie?

Parmi les jeunes nés au Québec à la fin des années 1990, près de 9 sur 10 se disaient satisfaits ou très satisfaits de leur vie à 19 ans. C'est ce qui ressort d'une étude diffusée par l'Institut de la statistique du Québec mettant en lumière certains facteurs prédictifs de la satisfaction à l'égard de la vie lors du passage à l'âge adulte.

Principales caractéristiques associées à la probabilité d'être satisfait ou très satisfait de sa vie à 19 ans

Parmi l'ensemble des variables examinées, certaines ressortent comme étant plus fortement associées à la probabilité pour un jeune d'être satisfait ou très satisfait de sa vie à 19 ans, et ce, peu importe le sexe :

- avoir un diplôme d'études secondaires ou professionnelles;
- être relativement peu préoccupé quant à son choix de carrière;
- présenter un niveau d'anxiété relativement faible ou moyen (plutôt qu'élevé);
- être physiquement actif, dans une certaine mesure, dans ses loisirs;
- être satisfait ou très satisfait de sa relation avec sa mère ou avec son père;
- bénéficier d'un niveau de soutien social moyen ou élevé de son entourage.
-

Certains facteurs prennent plus d'importance chez les hommes que chez les femmes

D'autres facteurs contribuent positivement au niveau de satisfaction à l'égard de la vie à 19 ans, mais seulement chez les hommes :

- avoir ressenti peu ou pas d'anxiété ou de stress à 17 ans en raison de la solitude;
- avoir un partenaire amoureux à 19 ans.

De plus, le fait d'avoir suffisamment d'argent pour répondre à ses besoins fondamentaux ou d'être à l'aise financièrement augmente les chances pour un jeune d'être satisfait ou très satisfait de sa vie chez les hommes comme chez les femmes, mais l'effet est plus marqué chez les hommes.

Ces résultats sont tirés des données de l'*Étude longitudinale du développement des enfants du Québec* (ELDEQ).

**USINAGE DE PRÉCISION • SOUDURE
MÉCANIQUE INDUSTRIELLE
VENTE D'ACIER AU DÉTAIL
SERVICE DE COMPTABILITÉ**

FERABI INC.

Rémi Lantagne, Président
Tél. : 819 732-4328 • Téléc. : 819 732-8980
2186, Route 111 Est, Amos (Québec) J9T 3A1

Courriel : ferabi@ferabi.com
www.ferabi.com



COMMISSION SCOLAIRE
HARRICANA

Programmation 2019-2020

Ces conférences gratuites ont lieu

à l'Agora de l'école secondaire d'Amos, pavillon La Forêt à 19h

Le mardi 18 février 2020

« La motivation à l'école, un passeport pour l'avenir »

Comment transmettre à son enfant, à son adolescent, une image positive de l'école? Comment favoriser sa curiosité intellectuelle? Comment le rassurer quant à ses compétences? Que faire de la période des devoirs et des leçons? Quelles sont les stratégies à adopter pour aider son enfant à être motivé? Voilà quelques-unes des questions qui trouvent réponse lors de cette conférence.

Avec Germain Duclos, psychoéducateur, orthopédagogue et auteur



- Fenêtres et portes Roberge
- Vente et installation
- Vitres et entrées d'aluminium
- Portes de garage
- Quincaillerie commerciale et réparation

Licence R.B.Q. : 2748-2991-02

Léo Gagnon, propriétaire

72, rue Beaudry, Amos (Québec) J9T 3V2 - Tél. : 819 732-0147

Téléc. : 819 732-0008 - vcdb@cableamos.com

INFO-PARENTS

L'éveil à la lecture ou la période de prélecture

Avant son entrée scolaire, l'enfant est dans une période d'éveil à la lecture. En lui proposant des livres dès son plus jeune âge, on le familiarise d'abord avec les illustrations, qui sont là pour symboliser des personnes et des objets réels. On lui permet aussi de constater que les livres comportent des caractères écrits. Plus tard, quand l'enfant a environ 3 ans, on peut être plus explicite et lui dire que le texte est composé de mots qui sont séparés par des blancs et qui s'écrivent avec les lettres de l'alphabet. Quand on lit à un enfant, on peut aussi suivre le texte du doigt pour montrer qu'il faut lire de gauche à droite. De cette façon, l'enfant développe peu à peu sa conscience de l'écrit. Plus important encore : il acquiert un intérêt pour l'écrit, ce qui est essentiel à l'apprentissage de la lecture

Voici quelques suggestions et conseils pour vous guider dans le choix de livres pour un enfant qui est dans la période d'éveil à la lecture :

- Introduisez une grande diversité de livres, et ce, dès le plus jeune âge : des petits, des grands, des livres en mousse, des livres rigides, des livres en tissu, des livres de bain, des livres avec des textures et des reliefs, des livres qui font des sons, etc. C'est le bon moment pour montrer à un tout-petit que l'univers des livres est vaste, diversifié et stimulant. Tout livre qui semble l'intéresser est un bon livre!

- Raconter une histoire à un enfant est une excellente façon de lui faire apprendre du vocabulaire. Tout au long de la petite enfance, assurez-vous donc de proposer des livres abordant des thématiques diversifiées afin que l'enfant apprenne des mots variés. Assurez-vous aussi de toujours avoir à portée de main des livres qui passionnent l'enfant pour maintenir sa motivation!

- À partir de 3 ans, proposez des livres qui présentent une trame narrative de type situation initiale – problème – solution – fin pour familiariser l'enfant avec les récits. Profitez aussi de la lecture pour lui poser différentes questions sur l'histoire, par exemple, quel est le problème? Comment se sent le personnage? Quel est le but du personnage? De cette façon, l'enfant apprend à « lire » entre les lignes. Cette habileté lui sera très utile à l'école.

Source : <https://passetemps.com/blogue/la-lecture-en-cadeau-n3029>

Visitez **iaavenir.ca**

Pour les gens déterminés en
quête d'accomplissement et
de réussite personnelle.

iA Groupe financier est une marque de commerce et un autre nom sous lequel
l'Industrielle Alliance, Assurance et services financiers inc. exerce ses activités.



Mario Deschâtelets, A.V.C.
Directeur d'agence
Conseiller en sécurité financière
Conseiller en assurance et rentes collectives

**Industrielle Alliance, Assurance
et services financiers inc.***

2, 10^e Avenue Est,
Amos (Québec) J9T 1H7

819 732-1596

C. : 819 444-9888

F. : 1 888 781-7415

mario.deschatelets@agc.ia.ca

www.iasfabitibi.com / www.iaavenir.ca

ia.ca

iaAvenir.ca

* Cabinet de services financiers

ON S'INVESTIT, POUR VOUS.

INFO-AÎNÉS

VIEILLIR DANS LA RÉGION

Mariella Collini

QUELQUES CONSTATS DE VIE

Modes de vie

Près de neuf personnes âgées sur dix dans la région vivent dans un ménage ou un logement privé (en couple, seul ou avec d'autres), tandis que 11 % vivent dans un logement collectif, par exemple, une résidence pour personnes âgées ou un établissement de soins de santé et de services connexes. Pour celles vivant dans leur logement ou résidence, elles vivent majoritairement avec des personnes apparentées (conjoint, enfant, frères/soeurs, etc.) ou non apparentées (ami, etc.). Néanmoins, près du tiers (31 %) d'entre elles vivent seules, ce qui est une part relativement stable depuis les dernières années. Vivre seul est une réalité qui touche davantage les femmes (38 %) que les hommes âgés (21 %).



Présence sur le marché du travail

En Abitibi-Témiscamingue, la main-d'œuvre âgée est moins présente sur le marché du travail, avec un taux d'emploi d'à peine 9 % en comparaison à près de 11 % au Québec. Toutefois, leur taux d'emploi a pratiquement doublé comparativement à celui enregistré en 2006 (4,8 %). Par ailleurs, on observe que 45 % des personnes âgées de la région ne possèdent pas de diplôme d'études secondaires, en comparaison à 33 % parmi la population âgée du Québec.

Bien-être financier

Au chapitre du revenu, le revenu médian des personnes âgées d'ici se chiffrait à près de 22 300 \$ en 2015, ce qui est inférieur à celui des âgés québécois, aux environs de 24 500 \$. Toujours dans la région, la proportion de personnes âgées vivant sous la mesure du faible revenu (MFR) après impôt, de 25 %, est supérieure à celle du Québec (19 %). L'incidence du faible revenu est plus prononcée chez les femmes (29 %) que chez les hommes âgés (20 %).

Sources : Institut de la statistique du Québec, [Estimations de la population](#) et [Perspectives démographiques du Québec et des régions, 2016-2066, édition 2019](#) et Statistique Canada, Recensement de 2016. Compilation : Observatoire de l'Abitibi-Témiscamingue. Part de 65 ans et plus dans les ménages collectifs : Centre intégré de santé et de services sociaux de l'Abitibi-Témiscamingue à partir du Recensement de 2016.

Bulletin observatoire de l'Abitibi-Témiscamingue

Source : https://www.observat.qc.ca/publications/bulletins/2019/10/octobre-novembre-2019/vieillir-dans-la-region#.XeZe4K_CpLM



Cindy Plante

Conseillère en soins de beauté
Astico2@hotmail.com
819-727-6391

« Contactez-moi pour recevoir un soin du visage et des mains gratuitement! »



9280-9375 Québec Inc.

Installation et Réparation :

- Pavé-uni
- Murets (blocs)
- Bordures
- Clôtures
- Terrassement
- Dégagement de terrain boisé
- Autres projets extérieurs

ESTIMATION GRATUITE

Marco Nolet 819-442-1224

IL ÉTAIT UNE FOIS...

Paul Abraham

Médiums/techniques mixtes

Il était une fois... se présente comme un parcours narratif entremêlant un ensemble des créations de l'artiste Paul Abraham. Allant de peintures en 2D à des assemblages de tableaux spatialisés, de sculptures peintes, de projections vidéo – l'exposition se compose d'éléments visuels qui empruntent largement à l'univers du Pop Art et de la BD. Alternant les références au western, à la religion, aux superhéros, ainsi qu'à la culture populaire, c'est toute une mythologie nord-américaine qui se dessine dans un grand « collage » en trois dimensions. Ici, les horizons sont ceux d'une Amérique faite de contradictions, alors que des personnages se rencontrent dans un espace-temps où fiction et réalité se donnent la réplique.



Montage de détails d'œuvres de Paul Abraham ©

Cette exposition sera présentée jusqu'au 15 mars 2020.

Horaires

Mardi : de 9 h à 12 h et 13 h 30 à 17 h,
Mercredi au vendredi : de 13 h 30 à 17 h et de 19 h à 21 h,
Samedi et dimanche : de 13 h à 17 h

Prix : Entrée libre

Lieu : Centre d'exposition d'Amos
222, 1^{re} Avenue Est, Amos
(819) 732-6070

Contact : Marianne Trudel
exposition@ville.amos.qc.ca

Amos Centre Dentaire

Arseneault • Martel

Dentisterie générale et d'esthétique • Chirurgie
Orthodontie • Parodontie • Implantologie • Prothèses

Pour des soins professionnels en douceur
Jours, soirs et urgences sur rendez-vous

Dr François Martel D.M.D.
Dre Alexandra Devost Dupras D.M.D.
Dre Claudia Coulombe D.M.D.
Dentistes généralistes



T. 819 732-8368

51, boul. Mercier, Amos (QC) J9T 2N8
www.amoscentredentaire.com

INFO-SÉCURITÉ

Saviez-vous qu'il est important de considérer les risques associés aux piles boutons lors du magasinage?

Les cadeaux et les jouets peuvent aussi présenter leur lot de risques pour les enfants. En effet, les piles boutons qu'on trouve par exemple dans **les livres musicaux, les bijoux clignotants et les petits appareils électroniques** sont suffisamment petites pour être avalées par un enfant, ce qui peut entraîner de graves brûlures internes **en aussi peu que 2 heures**, et même la mort.

Les conseils de sécurité suivants vous aideront à protéger vos enfants :

- Consultez **sans tarder** un médecin si vous croyez que votre enfant a avalé une pile bouton. Ces petites piles peuvent se coincer dans l'œsophage d'un enfant et causer des brûlures au niveau de l'œsophage, de la trachée et de l'artère principale.
- Privilégiez les produits dont les compartiments à piles empêchent un accès facile. Par exemple, il est plus difficile d'accéder aux piles se trouvant dans un compartiment vissé plutôt que dans un compartiment qu'il suffit de glisser pour ouvrir.
- Supervisez toujours les enfants lorsqu'ils utilisent des produits contenant des piles boutons.
- Lisez et respectez l'âge indiqué sur les étiquettes, les avertissements, les conseils de sécurité et les autres instructions qui accompagnent les jouets.
- Achetez des jouets adaptés à l'âge de l'enfant. Les jouets destinés aux enfants plus grands peuvent comporter de petites pièces ou présenter d'autres aspects qui les rendent dangereux pour les plus petits.

Des jouets peuvent être rappelés par le fabricant pour des raisons de santé ou de sécurité. Consultez la base de données Rappels et avis de sécurité du site Canadiens en santé pour en savoir plus sur les derniers rappels. En cas de blessure liée aux piles, aux jouets ou à tout autre produit de consommation, vous pouvez déclarer l'incident à Santé Canada.

Pour des conseils généraux sur la sécurité des jouets : <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/securite-produits-consommation/rapports-publications/education-consommateurs/votre-enfant-securite/heure-jeu.html#a5>

Personne ressource : Maganga Lumbu

Directrice régionale intérimaire, Direction des communications et des affaires publiques

Santé Canada / Agence de la santé publique du Canada - région du Québec

Tél. : (514) 496-4663



INFO-SÉCURITÉ

Buffets, transport de nourriture et conservation des restes : prenez des précautions pour éviter les intoxications alimentaires

Saviez-vous que le lait de poule et la farce, si populaires durant des événements festifs, peuvent être contaminés par des bactéries, des virus ou des parasites?

La nourriture est au cœur des célébrations de fin d'année. Partager des aliments sains en compagnie de proches, d'amis, de voisins ou de collègues de travail est une excellente façon de tisser ou de renforcer les liens. Cependant, il faut prendre certaines précautions pour que nos convives ne tombent pas malades à cause d'une **intoxication d'origine alimentaire**.

Il y a quatre étapes essentielles à suivre pour réduire le risque d'intoxication alimentaire :

- **Nettoyer** : lavez-vous les mains et lavez les surfaces de contact (comme les comptoirs) et les ustensiles fréquemment pour prévenir la propagation des bactéries.
- **Séparer** : séparez les aliments crus des aliments cuits ou prêts à consommer afin de prévenir toute contamination croisée.
- **Cuire** : pour vous assurer de tuer les bactéries nocives, faites cuire les aliments jusqu'à ce qu'ils atteignent la température interne recommandée.
- **Réfrigérer** : Gardez les aliments froids au froid. Les bactéries peuvent proliférer lorsque les aliments sont laissés à des températures propices, soit entre 4 °C et 60 °C.

Si vous servez les aliments dans un **buffet**, utilisez des chauffe-plats ou des mijoteuses pour garder les aliments chauds. Gardez les aliments froids au froid en plaçant les plateaux de service sur de la glace concassée. **Jetez les aliments périssables laissés à la température ambiante pendant plus de deux heures**. Prenez aussi des précautions si vous **transportez** des aliments préparés lors de vos réunions familiales, gardez les aliments chauds au chaud (60 °C ou plus) et les aliments froids au froid (4 °C ou moins).

Pour des conseils supplémentaires concernant la salubrité **d'aliments traditionnels**, comme le lait de poule, la farce, les cidres, et les biscuits, ainsi que pour savoir comment **conserver les restes**, lire l'information sur : <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/salubrite-aliments-saisonniers/salubrite-aliments-pendant-fetes.html>

Personne ressource : Maganga Lumbu

Directrice régionale intérimaire, Direction des communications et des affaires publiques

Santé Canada / Agence de la santé publique du Canada - région du Québec

Tél. : (514) 496-4663



MRC D'ABITIBI

582, 10^e Avenue Ouest, Amos (Qc) J9T 1X3
T 819 732-5356
F 819 732-9617
mrc@mrcabitibi.qc.ca

 mrcabitibi.qc.ca  MRCdAbitibi



SA-PEINT MOBILE INC.

INDUSTRIEL
COMMERCIAL
RBQ : 5683-8220-01

SABLAGE (JET DE SABLE)
PEINTURE DE TOUT GENRE

JONATHAN BOUTIN
819 442-0825



Le dégagement des sorties



En cas d'incendie, il est essentiel de pouvoir **évacuer rapidement votre domicile**. En hiver, l'accumulation de neige ou de glace dans vos sorties extérieures peut nuire à l'évacuation.



- Après chaque chute de neige, déneigez vos sorties, vos balcons, votre terrasse et vos fenêtres.
- Assurez-vous que les fenêtres sont déneigées et dégelées. Une fenêtre coincée par la glace peut empêcher l'évacuation.
- Prévoyez un point de rassemblement accessible en hiver et visible des pompiers dès leur arrivée.

Lors d'un incendie, vous et les membres de votre famille pourriez avoir **moins de trois minutes** pour sortir sains et saufs de votre domicile. Imaginez les précieuses secondes que vous perdriez si la sortie que vous deviez utiliser lors d'un incendie était enneigée!

- Faites en sorte que les fenêtres pouvant servir de sorties de secours soient accessibles de l'intérieur pour un jeune enfant, et que celui-ci connaît la façon de les ouvrir et d'y accéder.
- Préparez un plan d'évacuation de votre domicile et exercez-vous à évacuer avec les membres de votre famille pour augmenter vos chances de sortir sains et saufs lors d'un incendie.

Dégagez vos sorties de **tout objet encombrant** comme les jouets, les chaussures, les sacs d'école, les pelles, la souffleuse, le barbecue, les meubles de jardin rangés, etc.

Pensez aussi à...

- Vérifier que le numéro civique de votre résidence soit visible en tout temps depuis la voie publique afin de faciliter l'intervention des secours en cas de situation d'urgence.



Source : <https://www.securitepublique.gouv.qc.ca/securite-incendie/prevenir-incendie/conseils-prevention/8827.html>



Raymond Chabot Grant Thornton

L'instinct de la croissance

**Raymond Chabot Grant Thornton
S.E.N.C.R.L.**

66, 1^{re} Avenue Ouest, Amos (Québec) J9T 1T8
Tél. : 819 732-3208 Téléc. : 819 732-0908
www.rcgt.com

Alain Brière, CPA, CA
briere.alain@rcgt.com

Associé

Nathalie Trottier, CPA, CA
trottier.nathalie@rcgt.com

Directrice principale
Service de fiscalité

Comptables professionnels agréés

Membre de Grant Thornton International Ltd

RECETTES DU MOIS

Hachis parmentier au jambon blanc de ma grand-mère

Ingrédients :

- 500 g de pommes de terre
- 6 tranches de jambon blanc
- 500 ml de lait
- 130 g de fromage râpé
- sel, poivre



Préparation :

ÉTAPE 1 Préchauffez le four à th.6 (180°C).

ÉTAPE 2 Faites cuire les pommes de terre 10 min dans une casserole d'eau bouillante, égouttez-les, puis épluchez-les et mixez-les.

ÉTAPE 3 Chauffez le lait au micro-onde ou dans une petite casserole et ajoutez-le à la purée. Mélangez.

ÉTAPE 4 Hachez le jambon le plus finement possible et mélangez-le à son tour à la purée, puis salez et poivrez.

ÉTAPE 5 Répartissez la préparation dans un plat à four. Recouvrez-la ensuite de fromage râpé.

ÉTAPE 6 Enfournez pour 10 min.

- Nombre de personnes : 4 personnes
- Temps de préparation : 10 minutes

- Temps de cuisson et repos: 10
- Facile à cuisiner

Source : <https://chefcuisto.com/recette/petits-pates-poulet/>

*Fleurs, Cadeaux, Plantes,
Encadrements, Emballages...*



Sylvie Rouillard
Propriétaire

82, 1^{ère} Avenue Est, Amos (Québec) J9T 2B2
Téléphone : 819-727-4747 - Télécopieur : 819-727-4047
srouillard@sylviefleuriste.com

CONSEILS PROJETS DE CONSTRUCTION

Vous souhaitez aménager correctement votre cuisine, qu'il s'agisse d'une cuisine ouverte ou fermée, petite ou grande, en longueur...

Pour un aménagement réussi de votre future cuisine, il est essentiel d'avoir une implantation des éléments parfaitement optimisée - plan de travail, réfrigérateur, évier, four... Voici les conseils à suivre pour une cuisine bien agencée, avec une circulation facilitée et des équipements parfaitement fonctionnels.



La surface du plan de travail

Le plan de travail est un élément très sollicité dans la cuisine. Il est donc indispensable de l'aménager avec soin et d'avoir une surface suffisante pour cuisiner : poser un plat, une casserole... Prévoir une partie de plan de travail pour l'espace préparation des repas, une autre partie pour la desserte avant le lavage. Sans oublier une partie où poser les courses quand on arrive ou pour poser le petit électroménager (cafetière, grille-pain...)

Les trois fonctions essentielles dans la cuisine (cuisiner, laver et ranger)

Pour une parfaite ergonomie dans la cuisine, le triangle d'activité réunissant les trois fonctions essentielles - cuisiner (plaques de cuisson, four, micro-ondes), laver (évier, lave-vaisselle) et ranger (réfrigérateur, congélateur) - doit être intégré dans sa conception. Le but étant de limiter les déplacements d'une zone à l'autre, avec le plus d'accessibilité possible. On vous conseille d'installer la poubelle proche de l'évier et les rangements proches du lave-vaisselle.

Les rangements dans la cuisine

Éléments indispensables dans la cuisine, les rangements doivent être bien pensés et aussi, nombreux. Multiplier les idées ingénieuses pour vous offrir de l'espace de stockage supplémentaire : privilégiez par exemple des meubles de cuisine qui filent jusqu'au plafond.

Emplacement de l'évier

Dans une cuisine, l'évier est un élément essentiel de l'équipement, très sollicité. Il est donc important d'étudier sa place avec attention. Même si l'évier s'installe un peu où l'on veut, ou presque, il est préférable d'éviter de le coller contre une colonne de rangement ou un mur. Une telle installation est désagréable à l'usage, loin d'être pratique. Et n'oubliez pas, pensez toujours au fameux triangle d'activité : l'évier doit être placé à proximité de la poubelle et du lave-vaisselle pour une parfaite ergonomie.



Tél. : 819 727-9661

gcloutier@ebenisteriern.com

jmcloutier@ebenisteriern.com

R.R.Q. : 8115-6242-43

401, route 111 Est C.P.75

Saint-Marc-de-Figuery (Québec) J0Y 1J0

- Armoires de cuisine
- Armoires de salle de bain et unités
- Meubles
- Fabricant d'ameublement de bureau
- Comptoirs et meubles commerciaux

VOTRE PROJET, NOTRE FIERTÉ

Suivez-nous sur Facebook et visitez notre site ebenisteriern.ca

LA CHRONIQUE DES MIELLEUX

Par David Ouellet, apiculteur

Salut chers St-Marcois et St-Marcoises.

Quelle belle saison hivernale nous avons cette année! J'espère que vous profitez de toute cette neige pour faire des bonhommes, des forts et sports d'hiver. Contrairement à la croyance populaire, il n'est pas essentiel d'être avec des enfants pour faire des bonhommes de neige, go, lâchez votre fou!

Je vous reparle encore aujourd'hui d'achat local. On est loin d'en avoir fini avec ce sujet. Je me concentre aujourd'hui sur l'achat de denrées alimentaires mais le même constat s'applique à tous les domaines, acheter c'est voter! Nos choix économiques deviennent notre voix commune sur la place publique.

Nous avons été conditionnés depuis notre plus jeune âge à vouloir payer le moins cher possible tout ce que nous consommons. Au nom d'un plus grand pouvoir d'achat, d'une plus grande qualité de vie et de plus de liberté. Ces choix causent problèmes à plusieurs niveaux et des répercussions négatives certaines. Une tendance de changement se dessine mais le mouvement de fond ne change pas et même au contraire à mon avis.

L'endroit dans le monde où la proportion du budget attribué à l'alimentation est la plus basse est chez nos voisins du sud. Les États-Uniens y dépensent 7% de leur revenu. Nous sommes à 9% et nos cousins français sont à 15%. Est-ce que ça veut dire que les Français mangent près deux fois plus que nous et trois fois plus que nos voisins? Évidemment pas, ils mangent bien mieux par contre. Bien qu'ils aient eux aussi bien des problèmes de santé, ils se portent mieux que les Nord-Américains selon plusieurs études. Moins de malbouffe, moins d'ultra-transformé, moins d'aliments à rabais.

Il faut comprendre que seulement quelques points de pourcentage ajoutés à notre score auraient tellement d'effets positifs sur plusieurs aspects importants de nos vies. En achetant local, on diminue les besoins de transport des aliments et ainsi notre empreinte écologique. On mange aussi des aliments beaucoup plus sains, les normes environnementales de salubrité et d'innocuité des aliments sont moins élevées dans la majorité des pays exportateurs de denrées peu coûteuses. On contribue aussi de façon importante à l'occupation du territoire et à l'économie locale. La situation est très préoccupante en ce moment, le nombre de producteurs agricoles ne cesse de diminuer. Vous pouvez aider à inverser cette tendance en nous faisant remonter dans ce classement.

Comment augmenter cette proportion? En acceptant de diminuer un peu l'importance du prix dans le choix d'un aliment. Je ne vous dis pas de ne plus en tenir compte, simplement de payer un peu plus cher en pensant à tous les autres facteurs importants dans la décision d'achat. Le prix est souvent le seul facteur décisionnel, ajoutons les effets collatéraux de notre achat dans la balance et tout le monde en sortira gagnant.

S'il n'y a pas vos produits régionaux préférés à votre épicerie, harcelez le gérant ou le propriétaire, ils finiront par les avoir. N'oubliez pas que l'achat le plus local que vous pouvez faire est celui que vous faites directement du producteur. Vous pouvez vous procurer une très grande partie de ce que vous mangez directement des fermes de l'Abitibi-Témiscamingue : Lait, fromage, légumes, miel, bœuf, cochon, poulets, œufs, petits fruits, alcools, etc. Il y a des boutiques fermières comme la Miellerie qui vous accueille pour vous fournir toutes sortes de bons produits régionaux. La ferme Gasper, Boucherie Simon Cloutier, Boréalait, Boucherie des Praz, Verger des tourterelles, Éden Rouge, Nordvie en sont quelques-uns des plus connus. Il y a aussi des fermiers qui, sans avoir pignon sur rue, pourront garnir votre garde-manger. Il faut les trouver par bouche à oreille ou sur les réseaux sociaux.

Bon hiver à tous et à bientôt!

CHRONIQUE MÉTÉO



Au moment d'écrire ces lignes (le 10 janvier) la température devrait être clémente pour fin janvier et février; c'est du moins ce que prévoit Environnement Canada! Rappelons que pour les 2 dernières années les températures maximum étaient de -8 et le minimum était de -23 pour le mois de février. Pour ce qui est des précipitations, elles devraient être dans la normale, elles ont été pour les 2 années précédentes de 27 cm de neige... ce qui n'est pas beaucoup!

Souvent fin janvier ou début février nous assistons à une journée de verglas! Mais qu'est-ce que le verglas? Le **verglas** est un dépôt de glace compacte et lisse, généralement transparent, provenant d'une pluie ou d'une bruine d'eau en état de surfusion, qui se congèle en entrant en contact avec une surface solide dont la température est inférieure à 0 °C. Les gouttelettes peuvent en effet se présenter sous forme surfondue dans un intervalle de température allant de 0 à -39 °C si elle ne rencontre pas de noyaux de congélation. Le verglas provient de la pluie ou de la bruine verglaçante, mais n'est pas un terme interchangeable avec ceux-ci. Ainsi, on ne peut pas dire qu'il « tombe du verglas », mais plutôt qu'il « tombe de la pluie verglaçante qui forme du verglas sur les objets ». On peut parler de verglas, par analogie, lorsque des gouttelettes surfondues de brouillard se déposent sur des surfaces au-dessous de zéro, mais en général on appellera cela du brouillard givrant ou de la gelée blanche, car la couche de glace est alors opaque et très mince. Finalement, s'il y a du verglas limitez vos déplacements!



Serge Larouche
Chroniqueur

LOCATION AMOS
 Experts en location
LOU-TEC
INDUSTRIEL

«LE BON OUTIL»

- Location d'équipements
- Vente d'équipements
- Service de mécanique et d'entretien
- Unité mobile 24/7
- Livraison

621, avenue du Parc
Amos (Québec)
J9T 4M7

Téléphone: 819-732-8301
Site internet : www.locationamos.com

RENCONTRE PUBLIQUE

CENTRE RÉCRÉATIF DOMINIC-BOUTIN

4 FÉVRIER 2020, 19 H

Présentation du projet et
information sur le projet

Comité des loisirs

MAISON DU CITOYEN

10, avenue Michaud

Saint-Marc-de-Figuery (Québec)

Téléphone : 819 732-0376

Cellulaire : 819 442-0094

Fax : 819 732-3859

www.optilog.com/sheehy

Propriétaire :

Danny Corriveau et Marc Levasseur



Fosse septique ■ Aqueduc ■ Égout ■ Champs d'épuration
Creusage de tout genre

Travaux miniers ■ Fardier ■ Location de machinerie lourde

Vente de terre noire, sable, gravier, pierre nette et 0 3/4

238, Route 111 Sud, C.P. 114, Saint-Marc-de-Figuery (Québec) J0Y 1J0

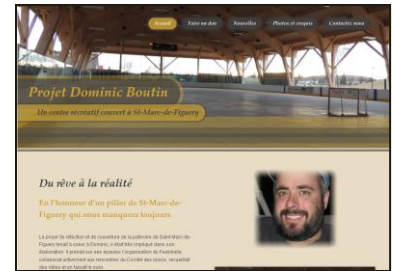
excavationgilbertsheehy@hotmail.com - exc.dgm@outlook.com

SECTION DES NOUVELLES

Monsieur Dany Corriveau de Excavation DGM s'est engagé à remettre en bien et service une contribution financière de **25 000 \$**

au projet **Centre Récréatif Dominic Boutin.**

MERCI !



Monsieur Dany Corriveau et Monsieur Jean-Claude, président, Comité des Loisirs de Saint-Marc-de-Figuery.

Vous désirez faire une contribution, voici comment l'acheminer :

Boîte de collecte :

Dépanneur C.D. Boutin

Par la poste :

Municipalité de Saint-Marc-de-Figuery

162, chemin des Prés, C.P. 12

Saint-Marc-de-Figuery (Québec) J0Y 1J0

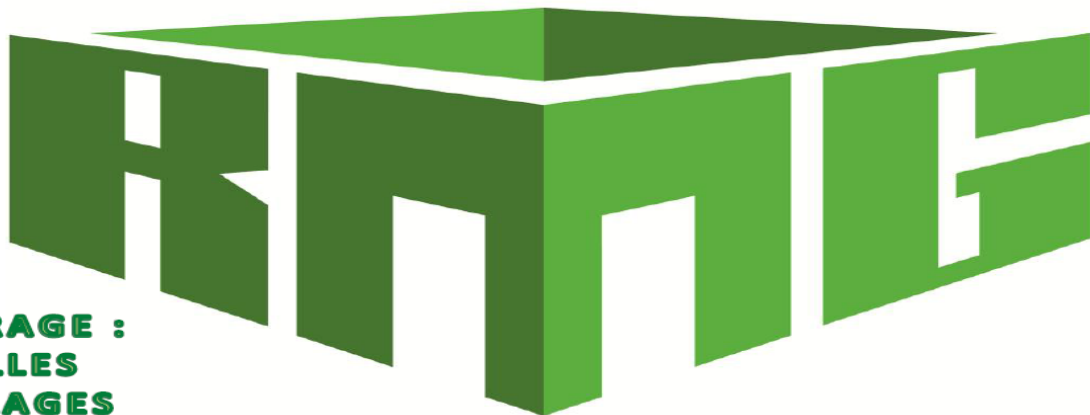
Ceux qui le désirent peuvent recevoir un reçu pour les impôts.

Vous désirez recevoir de l'information, voici les personnes ressources :

- | | |
|--|--------------|
| - Joanie Boutin, membre du Comité des loisirs : | 819-442-1782 |
| - Jocelyne Bilodeau, agente de développement : | 819-732-8601 |
| - Doris Bélanger, directrice générale et secrétaire-trésorière : | 819-732-8501 |

RÉSIDENTIEL - COMMERCIAL - INDUSTRIEL

FONDATIONS



COFFRAGE :

- DALLES
- SOLAGES
- TROTTOIRS
- BORDURES, ETC.

**LESTER P. MCNEIL
PRÉSIDENT**

TÉL. : 819 727-1157

COURRIEL : info@fondationsrmg.com

SECTION DES NOUVELLES

RÉTROSPECTIVE DU DÉVELOPPEMENT DOMICILIAIRE À SAINT-MARC-DE-FIGUERY

Voici les données en ce qui concerne les nouvelles constructions, les rénovations ou ajouts de bâtiments déclarés pour les années 2000 à 2019:

	Maisons	Bâtiments secondaires	Chalets	Autres agrandissements, champs d'épuration, remises, rénovations, puits, ponceaux, démolition, stabilisation des berges	Total
2000	4 (*2)	10	2	30	46
2001	2 (*2)	11	1	31	45
2002	6 (*3)	5	1	27	39
2003	2 (*1)	4	--	22	28
2004	* 2	11	* 1	32	46
2005	* 6	7	--	44	57
2006	* 5	13	--	22	40
2007	* 4	13	* 1	53	71
2008	* 9	12	* 1	33	55
2009	* 9	12	--	61	82
2010	10 (*9)	6	--	59	75
2011	16 (*15)	13	--	82	111
2012	* 9	14	--	76	99
2013	*11	15	--	46	72
2014	* 6	15	--	75	96
2015	*9	7		69	85
2016	7 (*6)	7	--	71	85
2017	9 (*8)	8	--	58	75
2018	*3	9	--	46	58
2019	*8	8	--	68	84
TOTAL	136	200	7	1 005	1 348

* Nombre de maisons admissibles au programme de développement domiciliaire.

Pour être admissible à l'aide financière du programme de développement domiciliaire les critères sont :

- Résidence permanente ou saisonnière construite selon les normes des règlements municipaux;
- Démolition d'une résidence permanente ou saisonnière pour en construire une autre;
- S'il y a reconstruction d'une résidence permanente suite à un incendie

Certificat d'achat au choix chez une ou des entreprises Saint-Marcoises

VALEUR DE LA CONSTRUCTION

50 000 \$ ET 150 000 \$

150 001 \$ ET 250 000 \$

250 001 \$ ET 350 000 \$

350 001 \$ ET +

MONTANT CERTIFICAT

150 \$

250 \$

350 \$

500 \$

**** UNE SEULE OCCASION PAR ADRESSE, SAUF DANS LES CAS D'INCENDIE.**

La remise financière se fait après que la construction ait été évaluée selon les critères établis dans le processus du service d'évaluation de la MRC d'Abitibi.

Mise à jour du programme le 1er JANVIER 2017

SECTION DES NOUVELLES

Au cours de l'année 2019, la Corporation de développement socio-économique en collaboration avec la Municipalité de Saint-Marc-de-Figuery a fait 4 remises financières dans le cadre du programme de développement domiciliaire local. Les remises ont été faites lors de l'événement annuel «Raconte-moi mon Village» le 27 avril 2019 et à l'occasion d'une réception le 5 décembre 2019. Les représentants des organismes donateurs étaient Madame Thérèse Lemay, conseillère municipale, Monsieur Daniel Rose, maire et Messieurs Jacques Vézeau et Mario Deschâtelets, administrateurs de la Corporation de développement.

Merci à l'ensemble des partenaires privés de ce programme, Dépanneur C.D. Boutin et la Miellerie la Grande Ourse, qui participent aux remises par le don de certificats cadeaux.

Merci d'avoir choisi notre municipalité pour y vivre!



Propriété de Madame Claudie Baudrault
située au 572, chemin des Collines ▼



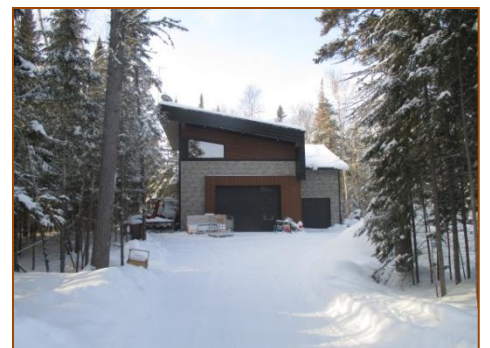
Propriété de Monsieur Steve Lacroix
et Madame Josée Gagnon (absente
sur la photo) situé au 21 chemin du
Bord-de-l'Eau ▼



Propriété de Monsieur Guillaume
Côté et Madame Véronique Gosselin,
située au 75, chemin du Boisé ▼



Propriété de Monsieur Manuel Blais
et Magalie Coulombe Noël située 43,
chemin du Boisé ▼



SECTION DES NOUVELLES

L'ÉVEIL CAMPAGNARD DE SAINT-MARC-DE-FIGUERY 20^{ième} année d'édition!

Le premier dossier qui m'a été confié en tant qu'agente de développement, il y a 20 ans, a été celui de rassembler les organismes (Fabrique, Municipalité et les Comités) et des ressources qui intervenaient dans divers secteurs d'activités de notre milieu afin de créer notre médium écrit local.

Un journal à l'image de notre communauté, combler des besoins exprimés par les citoyens ainsi qu'une participation citoyenne à l'écriture.

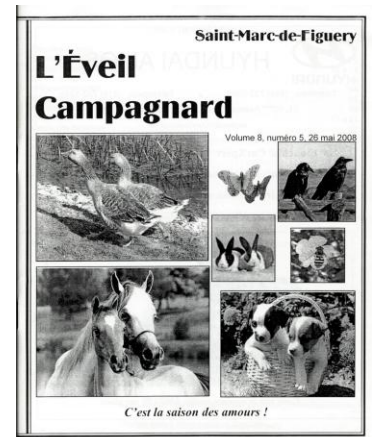
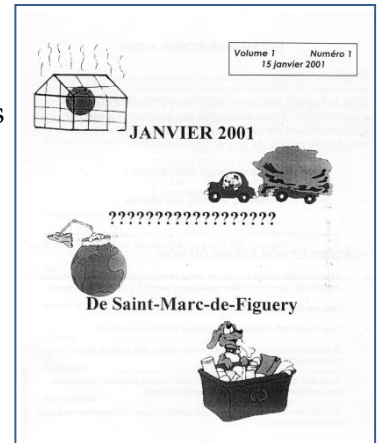
Trois mois plus tard, soit en janvier 2001, nous avons publié notre premier journal local, dans celui-ci nous faisons appel à la population pour lui donner un nom. Au fil des ans, il a vu son contenu se peaufiner et augmenter par l'introduction de chroniques provenant des citoyens, des articles de nouvelles locales, des sections mensuelles ayant des contenus d'intérêt populaire, de la promotion locale portant sur les activités de notre communauté et des municipalités avoisinantes.

Aujourd'hui, par cet article, je tiens à souligner cette date anniversaire afin d'exprimer ma reconnaissance et de mentionner que ce médium est toujours publié parce que des collaborateurs et des responsables de sections à la rédaction et à la transmission exécutent de façon constante un excellent travail. Il ne serait pas possible de maintenir une qualité de contenu sans eux. Il va s'en dire que le rôle de la Corporation de développement socio-économique et de la Municipalité de Saint-Marc-de-Figuery est d'une grande importance dans la recherche de partenaires financiers. Des mercis aux membres d'organismes et propriétaires d'entreprises de votre participation financière par l'achat d'espaces publicitaires.

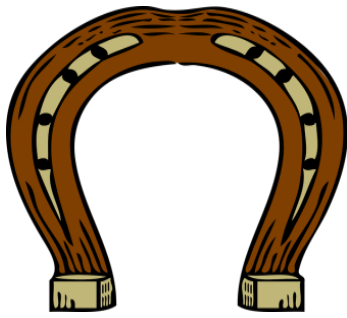
De plus, je profite de cette occasion pour transmettre des remerciements spéciaux à une collaboratrice d'exception, qui a fait un travail de recueil d'informations et de rédaction de la Section Paroissiale avec respect, transparence et assiduité de janvier 2006 à avril 2019. Cette personne est Madame Marie-Marthe Boutin. Mille mercis pour toutes ces années de laborieux travail.

Le Journal l'Éveil Campagnard de Saint-de-Figuery c'est l'outil qui permet de laisser une empreinte historique de notre communauté. Cela est l'élément dont je suis le plus fier et cette fierté je la dois à toutes les personnes qui collaborent mois après mois à sa publication. Merci à vous tous!

Jocelyne Bilodeau
Agente de développement et
Coordonnatrice de l'Éveil Campagnard de Saint-Marc-de-Figuery



SECTION DES NOUVELLES



LES COUN3 BOYS DE LA CORNE

MARIUS GAIVIN, NOËL BRETON ET CLÉMENT DÉNOMMÉ



SOIRÉE DANSANTE SAMEDI 15 FÉVRIER 2020 À COMPTER DE 20 HEURES PM

À LA SALLE MONSEIGNEUR DUCHEMIN (SOUS-SOL DE L'ÉGLISE)

SAINT-MARC DE FIGUERY

10\$/ DU BILLET EN VENTE À LA PORTE

OU AVEC RÉSERVATION AUPRÈS DE

JOHANNE SABOURIN AU 819-732-6769

VENEZ VOUS AMUSER AVEC NOUS

40^e Édition

SECTION DES NOUVELLES

TOURNOI DE PÊCHE ET SOIRÉE DANSANTE

ORGANISÉS PAR LE CLUB DE HOCKEY

LES AIGLES DE SAINT-MARC

Samedi 22 février 2020



- LIEU:**
- PÊCHE : À l'endroit de votre choix
 - SOIRÉE: Sous-sol de l'église de Saint-Marc-de-Figuery

INSCRIPTION :

au Dépanneur C.D. Boutin
434, Route 111, Saint-Marc-de-Figuery
Vendredi 21 février de 19 h à 22 h
Samedi 22 février de 8 h à 12 h

COÛT DE L'INSCRIPTION:

15 \$ Incluant inscription, entrée gratuite.

- PRIX:**
- 3 plus longs Dorés
 - 3 plus longs Brochets
 - La plus longue Loche
 - La plus longue Perchaude

**La mesure des poissons aura lieu le samedi 22 février 2020
de 17 h à 20 h au sous-sol de l'église de Saint-Marc-de-Figuery.**

IL Y AURA DE NOMBREUX PRIX DE PRÉSENCE POUR LES PÊCHEURS

REMISE DE PRIX À COMPTER DE 21 H.

POUR INFO: MAGASIN C.D. BOUTIN 819-732-4030



SECTION DES NOUVELLES

INVITATION

VENDREDI PIZZAS



DISCO-PATIN



JEUX DE SOCIÉTÉS EN FAMILLE

DATE : VENDREDI 28 FÉVRIER 2020

ENDROIT : MAISON DU CITOYEN

10, avenue Michaud, Saint-Marc-de-Figuery

HEURE ACCUEIL : 17h 30

APPORTEZ VOS CONSOMMATIONS.

DESSERT ET COLLATION DISPONIBLES SUR PLACE.

**ACTIVITÉ ORGANISÉE PAR L'ÉQUIPE D'ANIMATION
DE LA BIBLIOTHÈQUE ET LE COMITÉ DES LOISIRS.**

Afin de prévoir la quantité de nourriture nécessaire, s'il vous plaît confirmez votre présence, auprès de Jocelyne Bilodeau,

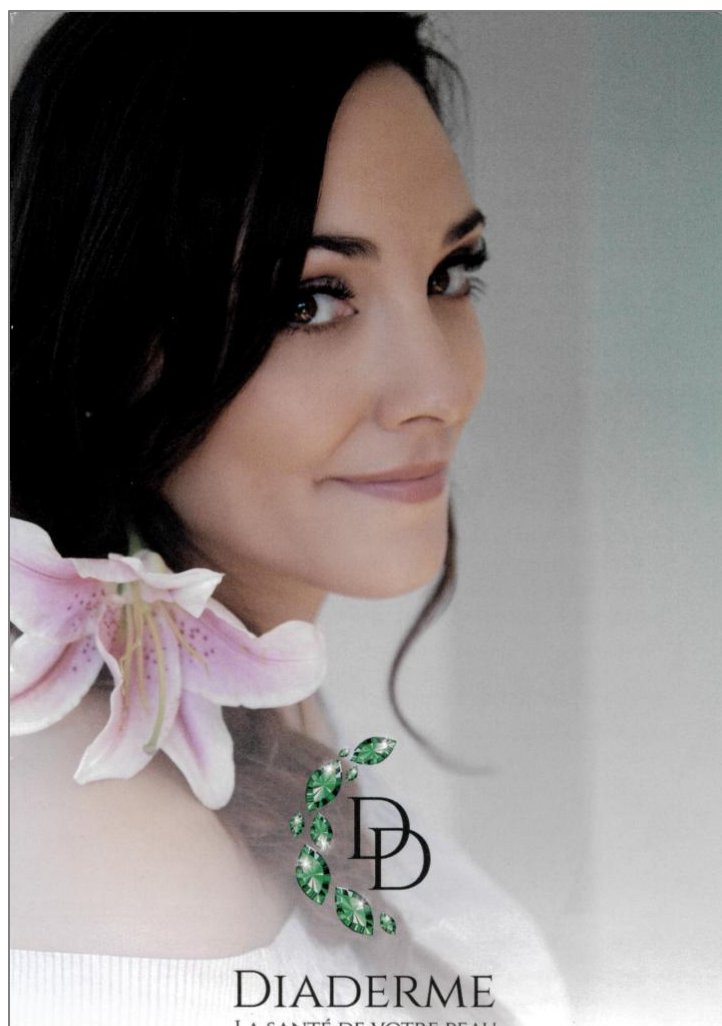
En appelant au : 819-732-8601

En expédiant un courriel à : jojobilod@yahoo.fr

Merci,

Au plaisir de vous accueillir!

**3,50 \$ la pointe
ou
13 \$ la pizza**



DIADERME
LA SANTÉ DE VOTRE PEAU

LES PRODUITS HAUT DE GAMME
DIA-LIFT DES PLUS EFFICACES!

BOUTIQUE EN LIGNE
DIADERME.CA



Nos lignes de soins pour la peau haut de gamme sont des plus efficaces. Dédiées à la santé et à la beauté de la peau et reconnues pour ses résultats qui offrent des solutions pour chaque type de peau. Nous vous proposons un éventail complet de solutions à chaque préoccupation cutanée.

Nelly De Vuyst

SOINS DE LA PEAU



BioScience

Biologique de Luxe

45 ans de résultats garantis
pour tous les types de peaux

BioTense
Collection
Biologique Anti-Âge
Végétalienne, sans gluten,
hypoallergénique.



BioAcne
Collection
Biologique Anti-Acné
Contrôler. Prévenir. Éliminer.
Haute performance

BioFemme
Collection Biologique
Soins Féminins
Pour tous les stades
de la vie d'une femme



#lovenellydevuyst



ACHETEZ EN LIGNE

DIADERME.CA

819-727-1960

Nancy Harvey, Maître Esthéticienne
281, chemin des Riverains
Saint-Marc-de-Figuery (Québec) J0Y 1J0
819-727-1960
cosmetiquediaderme@gmail.com

SECTION DES COMMUNIQUÉS

L'HEURE DU CONTE À L'OCCASION DE LA ST-VALENTIN

Tous les amis (es) qui ont 11 ans et moins sont invités à venir écouter, en compagnie d'un adulte, une histoire spéciale à l'occasion de la fête de la St-Valentin.



Vous êtes attendus en grand nombre **le mercredi 12 février 2020** à la bibliothèque de Saint-Marc-de-Figuery à compter de 19 h.

Si c'est possible, nous vous suggérons de porter un vêtement ou un accessoire de couleur rouge.

Nous vous avons préparé un petit atelier de bricolage et des surprises aux Valentins et Valentines qui viendront au rendez-vous.

L'activité est prévue de se terminer à 20 h.

MERCI ET À BIENTÔT LES AMIS !



BESOIN D'UN PUITS ARTÉSIEN pour votre résidence?

**NOUS SOMMES
LA RÉFÉRENCE!**

Puitbec GROUPE

1-800-567-5829
www.puitbec.com



**PARTOUT
EN
RÉGION**

- ▶ Évaluation professionnelle avec estimations budgétaires
- ▶ Accompagnement tout au long de la démarche
- ▶ Foreurs d'expérience
- ▶ Équipements à la fine pointe de la technologie
- ▶ Forage par double rotation

**L'EXPERTISE
DU FORAGE**

ADAPTÉE À VOS PROJETS

SECTION DES COMMUNIQUÉS

Consultation publique

Du 10 février au 5 mars 2020, le ministère des Forêts, de la Faune et des Parcs (MFFP) invite la population à s'exprimer sur les coupes de bois et autres travaux inscrits dans le plan d'aménagement forestier intégré opérationnel (PAFIO) couvrant le territoire d'Amos et des environs.

Au cours des prochaines années, différents travaux seront réalisés en forêt publique. Le plan en consultation indiquera les secteurs où l'on pourrait effectuer de la coupe de bois, de la préparation de terrain, du reboisement, du débroussaillage, etc. Des chemins et des infrastructures devront également être construits ou améliorés pour accéder à ces éventuels chantiers.

Les travaux auront lieu en forêt publique sur le territoire de l'unité d'aménagement 086-51. Cette unité couvre les municipalités ou quartiers suivants :

Abitibi ☐ Amos ☐ Barraute ☐ Berry ☐ Champneuf ☐ La Corne ☐ La Morandière ☐ La Motte ☐ Lac-Chicobi	☐ Lac-Despinassy ☐ Landrienne ☐ Launay ☐ Preissac ☐ Saint-Dominique-du-Rosaire ☐ Saint-Marc-de-Figuery ☐ Saint-Mathieu-d'Harricana ☐ Sainte-Gertrude-Manneville ☐ Trécesson	Abitibi-Ouest ☐ Rivière-Ojima Rouyn-Noranda ☐ Cadillac Vallée-de-l'Or ☐ Rivière-Héva
--	--	---

Les professionnels du Ministère souhaitent entendre les utilisateurs de la forêt sur leurs préoccupations en lien avec les travaux potentiels. Vous êtes invité à venir les rencontrer lors de la séance d'information suivante :

LIEU, DATE ET HEURE :

Amos : salle au bureau de la municipalité régionale de comté d'Abitibi (582, 10e Avenue Ouest)
Mercredi 12 février 2020
De 17 h à 18 h30

Pendant toute la durée de la consultation, vous pourrez accéder au plan et soumettre vos commentaires en ligne sur le site Web du MFFP à : <http://www.mffp.gouv.qc.ca/forets/consultation-amenagement.jsp>. Enfin, vous pourrez aussi vous présenter dans un bureau du Ministère aux heures habituelles de bureau.

Unité de gestion de l'Harricana-Sud

1122, Route 111 Est
Amos (Québec) J9T 1N1
Téléphone : 819 444-5238

IMPORTANT : Des travaux seront également en consultation ailleurs en région (La Sarre, Laverlochère-Angliers, Rouyn-Noranda, Senneterre, Val-d'Or). Pour connaître le calendrier des séances d'information qui auront lieu en région, consultez l'avis public régional disponible sur le site Web du MFFP mentionné ci-haut.

INSTALLATION RÉNOVATION COMMERCIAL RÉSIDENTIEL INSTITUTIONNEL	Danny Lamoureux 392, route 111 Ouest Amos, Qc J9T 2Y2 admin@lamoureuxelectricien.com T. 819 732-3500 • F. 819 732-1658
 Corporation des maîtres électriciens du Québec MEMBRE DE LA CORPORATION des maîtres-électriciens du Québec	 Entrepreneur Électricien & ASSOCIÉS 9141-1736 Québec inc.

	255, 4 ^e Avenue, Val-d'Or (Qc) J9P 1G7 113, boul. Mercier, Amos (Qc) J9T 2P2 819 825-1032 1 877 825-1032 info@groupeorpair.com www.groupeorpair.com
	



Nous nous engageons à offrir des services et une main-d'œuvre qui surpassent les standards de l'industrie.

TEM entrepreneur général Chef de file de l'industrie!

En tant que chefs de file dans l'industrie, nous sommes **la référence** pour la réalisation de vos travaux. Nous sommes **fiers** d'offrir des services et une main-d'œuvre **hautement qualifiée**.

Nos équipements **modernes** contribuent à augmenter le rendement et la **qualité** de vos projets que vous nous confiez.

Nos services :

Génie civil	Égout - Aqueduc	Excavation	Déneigement
Transport de vrac	Travaux miniers	Transport par fardiers, diabolos et 4 ^e essieu	

2726, Route 111 Est, Amos (Québec) J9T 3A1
Téléphones : 819-732-8583 ou 1-877-732-8583
Télécopieur : 819-732-0342
Adresse électronique: info@tem-entrepreneur.ca
Site Internet : tem-entrepreneur.ca

Stratégies Focus 50 ans et plus

Programme de placement pour un
retour sur le marché du travail

Un seul numéro
1 877 825-1032
Amos et Val-d'Or



Canada Québec



Protégez vos placements

Votre conseiller compose avec vous un
plan d'épargne qui respecte vos attentes
et protège vos avoirs.

- Épargne-retraite (REER)
- Épargne libre d'impôt (CELI)
- Placements non enregistrés
- Placements à intérêt garanti
- Prêts REER

iA Groupe financier est une marque de commerce et un autre nom
sous lequel l'**Industrielle Alliance, Assurance et services
financiers inc.** exerce ses activités.

* Cabinet de services financiers



Steve Labbé

Conseiller en sécurité financière

Conseiller en assurance et rentes collectives

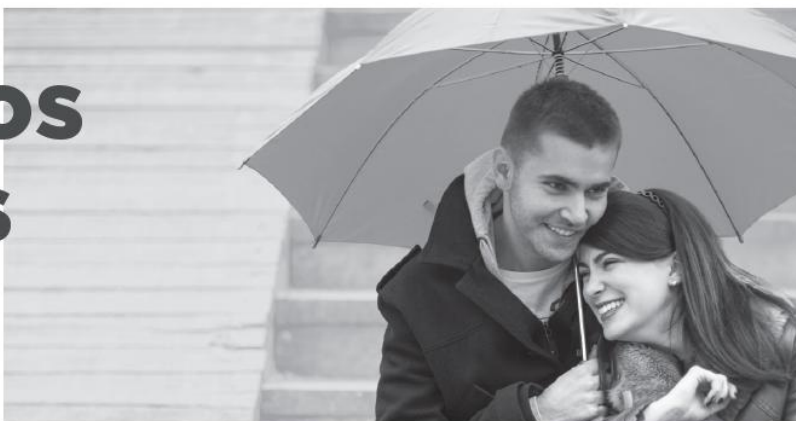
Responsable en gestion de patrimoine

Services Financiers Steve Labbé Inc.

2, 10^e Avenue Est

Amos (Québec) J9T 1H7

819 732-1596. 232



SECTION DES COMMUNIQUÉS

LES DÉTÉRIORATIONS COGNITIVES ASSOCIÉES À L'ALZHEIMER

Quand on considère le nombre de personnes atteintes de la démence de type Alzheimer dans une population, on ne doit pas confondre les deux concepts épidémiologiques qui nous renseignent à ce sujet. **L'incidence** est le nombre de nouveaux cas par unité de personne / temps (habituellement sur 1000 personnes / an). Pour sa part, la **prévalence** est le nombre total de cas dans une population donnée à un moment donné.

Dans le cas qui nous intéresse ici, il importe de rappeler que le principal facteur de risque de la démence de type Alzheimer est l'âge. Autrement dit, son incidence n'est pas un taux fixe pour toute la vie, mais augmente avec l'âge. Par exemple, pour les gens entre 65 et 69 ans, on parle de 3 nouveaux cas sur 1000 individus par année dans les pays européens, mais de près de 40 pour les gens entre 85 et 89 ans. Cela signifie que le risque d'être atteint double pratiquement à tous les 5 ans à partir de 65 ans.

Pour ce qui est de la prévalence, 5% des personnes de 65 ans et plus sont touchées par la démence de type Alzheimer dans les pays industrialisés (un chiffre qui s'élève à environ 8% pour l'ensemble des démences). Cependant, pour les gens qui ont un parent proche atteint de la maladie d'Alzheimer, c'est 15% de ce groupe qui sera atteint à 65 ans et plus. Et on parle ici de la forme sporadique de l'Alzheimer (et non de la forme familiale) qui est tout de même soumise à des facteurs génétiques de risque partagés par les membres d'une même famille. On peut aussi détailler la prévalence par groupes d'âge, ce qui donne 1 % de personnes atteintes de 65 à 69 ans, 20 % de personnes atteintes entre 85 et 89 ans, et 40 % des personnes atteintes entre 90 ans et 95 ans.

Il y a aussi des différences entre les sexes puisqu'on estime qu'un homme sur huit et une femme sur quatre en souffriront au cours de leur existence (le fait que les femmes vivent plus longtemps a un effet ici). Les femmes représentent les deux tiers des personnes de plus de 65 ans qui en sont atteintes.

Au Canada, au début des années 2000, c'est environ 435 000 personnes âgées de plus de 65 ans qui sont atteints d'Alzheimer ou d'une affection connexe (298 000 femmes et 137 000 hommes). Aux États-Unis, les estimés varient, mais on parle de près de 5 millions de personnes atteintes d'Alzheimer. Et dans le monde, c'est autour de 26 millions de personnes qui étaient touchées en 2005.

Les coûts estimés, en coûts directs et indirects de frais de santé ainsi que de pertes de journées de travail pour les proches, sont estimés à 5 milliards \$ par année au Canada et 110 \$ milliards par année aux États-Unis.



Découpe à forfait
Vente de boeuf

Tel/fax : 819 732-8395
Cell. : 819 444-6512

Simon Cloutier
Chantal Rose
102 B ch. de la Rivière
St-Marc, J0Y 1J0
simon34clou@hotmail.com

Source : https://lecerveau.mcgill.ca/flash/i/i_08/i_08_p/i_08_p_alz/i_08_p_alz.html

SECTION DES COMMUNIQUÉS

HORAIRE – FÉVRIER 2020

LOCAL DE SANTÉ

SAINT-MARC-DE-FIGUERY

Infirmière : Guylaine Bisson

🕒 **mercredi 5 février:**

- Vaccination enfants en avant-midi

🕒 **jeudi 6 février:**

- Prise de sang (8 h 30 à 9 h 30)
- Consultation au local de santé (9 h 30 à 11 h)

🕒 **jeudi 20 février:**

- Consultation au local de santé après-midi

Intervenante sociale sur rendez-vous *

- * Pour consulter un intervenant psychosocial, communiquer avec l'accueil psychosocial du CLSC au 732-3271. Merci!

LOCAL DE SANTÉ DE SAINT-MARC-DE-FIGUERY

Maison du Citoyen
10, AVENUE MICHAUD, 2^{ème} ÉTAGE

Téléphones : 819-732-8601 ou 819-732-3271

Clinique prise de sang (8 h 30 à 9 h 30)

🕒 **lundi 3 février:** Landrienne
🕒 **mardi 25 février:** La Corne



*Près de chez vous
Avec vous !*

ÉCONOMISEZ 50%
sur vos frais de déplacement*

Une carte de membre sera nécessaire.

Faites immédiatement la demande de votre carte d'adhésion au bureau municipal.



Lorsque vous participez à des festoiments en tous genres, faites vos déplacements de façon sécuritaire.

VOICI LES POINTS DE VENTE DES CARNETS

À SAINT-MARC-DE-FIGUERY :

DÉPANNEUR C.D. BOUTIN

819-732-4030

ET

À LA MAISON DU CITOYEN

819-732-8601



**Fin de semaine
de PLEIN AIR
PARTY de
bureau
Sortie
SCOLAIRE
CAMPS de
VACANCES
Rassemblement
FAMILIAL...**

**Grande SALLE /
cuisine /
DORTOIR
4 CHALETs**

Domaine Opasatica

Centre de villégiature

(819) 763-8161

www.opasatica.com

info@opasatica.com

PME INTER Notaires ABITIBI inc.

Notaires & conseillers juridiques

Me Michel Lantagne
Me Martine Corriveau
Me Gabrielle Morin
Me Valérie St-Gelais
Me Sébastien Banville-Morin
Me Paméla Trottier-Poirier
Me Catherine Pomerleau
Me Claudine Bérubé
Me Annabelle Lefrançois
Me Jonathan Lavergne
Me Vincent Adam-Grenier
Me Myriam Gervais
Me Katy Veilleux



Services professionnels :

*Vente & hypothèque,
donation, testament, mandat,
convention, contrat de
mariage, droit commercial et
corporatif, service de greffe
fiduciaire etc.*

22, 1^{re} Avenue Ouest, bureau 301,
Amos (Québec) J9T 1T8
T. 819.732.2812. F. 819.732.7951

855, 10^e Avenue,
Senneterre (Québec) J0Y 2M0
T. 819.737.2747 F. 819.737.5027

www.pmeinter.com pmeinter@notairesabitibi.com

Une étude de treize (13) notaires à votre service



CONVENTION D'UNION DE FAIT

Le monde évolue, et aujourd'hui plusieurs couples décident de faire vie commune sans s'unir par les liens du mariage ou de l'union civile. Saviez-vous qu'il est possible, pour les conjoints de fait, de prévoir les conséquences d'une rupture par la signature d'une convention d'union de fait?

La convention d'union de fait vous permet de dicter à la fois les conséquences d'une rupture entre les conjoints et aussi les règles à respecter pendant la vie commune du couple.

Soyez prévoyant, faites-vous conseiller judicieusement par un notaire qualifié chez PME INTER Notaires ABITIBI inc.



ÉQUIPEMENT AMOS LTD

SINCE 1961

Camions - INTERNATIONAL - Pièces

819 732-3331

Consultez notre site internet : www.equipementamos.com/home.aspx
Communiquez avec nous par courriel au : ealrenet@lino.com



René Trudel

Président

741, Avenue du Parc,

Amos, QC J9T 4M1

Fax : **819 732-1669**



**FABRINORD
LTÉE**

Fabricant de remorque
Trailer manufacturer

850, Route 111 Est • La Sarre (Québec)
Tél: (819) 333-2364 • Fax: (819) 333-2029

René Trudel
président

CAT





Février 2020



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
27  Sortie du journal Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	28 Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	29  Maison du citoyen : Biblio, 18 h à 20 h Ateliers de création 18 h 30 à 20 h 30 Bureau municipal ouvert de 8 h à 20 h	30 Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	31 Bureau municipal fermé	1 	2  Messe 9 h 30
3  Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	4 RENCONTRE PUBLIQUE CENTRE RÉCRÉATIF DOMINIC-BOUTIN Maison du Citoyen 4 FÉVRIER 2020, 19 H Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	5  Services du CLSC au 10, ave. Michaud: Vaccination enfants en a.m. Maison du citoyen : Biblio, 18 h à 20 h Ateliers de création 18 h 30 à 20 h 30 Bureau municipal ouvert de 8 h à 20 h	6 Services du CLSC au 10, ave. Michaud: Prise de sang : 8 h 30 à 9 h 30 Consultation : 9 h 30 à 11 h Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	7 Bureau municipal fermé	8 	9  Messe 9 h 30
10  Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	11 Dîner mensuel Club de l'Âge d'Or Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	12  Maison du citoyen : Biblio :  L'Heure du conte St-Valentin, 19 h Ateliers de création 18 h 30 à 20 h 30 Bureau municipal ouvert de 8 h à 20 h	13 Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	14  Bureau municipal fermé	15 SOIRÉE DANSANTE AVEC LES COUN3 BOYS DE LA CORNE Salle Mgr Duchemin 20 h	16  Messe 9 h 30
17  Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	18 Tombée des textes journal Réunion du Conseil de Fabrique, 19h Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	19  Maison du citoyen : Biblio, 18 h à 20 h Ateliers de création 18 h 30 à 20 h 30 Bureau municipal ouvert de 8 h à 20 h	20 Services du CLSC au 10 ave. Michaud : Consultation : 13 h à 15 h Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	21 Bureau municipal fermé	22  TOURNOI DE PÊCHE ET SOIRÉE DANSANTE	23  Messe 9 h 30
24  Sortie du journal Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	25 ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE de la Corporation de développement, 19 h30 Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	26  Maison du citoyen : Biblio, 18 h à 20 h Ateliers de création 18 h 30 à 20 h 30 Bureau municipal ouvert de 8 h à 20 h	27 Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	28 VENDREDI PIZZAS – DISCO-PATIN ACTIVITÉS EN FAMILLE À LA MAISON DU CITOYEN 17 h 30 à 22 h Bureau municipal fermé	29 	1  Messe 9 h 30

Dates à retenir :

Heure du Conte de Pâques :
Bazar de la Fabrique :

8 avril 2020, 19 h
2 et 3 mai 2020

Raconte-Moi Mon Village :
Journée environnement :

25 avril 2020
23 mai 2020

SECTION DES COMMUNIQUÉS

ESTHÉTIQUE

NANCY HARVEY

MAÎTRE ESTHÉTICIENNE

SUR RENDEZ-VOUS

SITUÉ À ST-MARC-DE-FIGUERY, EN PLEINE NATURE (À 15 MINUTES D'AMOS)

☎ 819 727-1960

n.harvey@cableamos.com

📍 EsthetiqueNancyHarvey
diaderme.ca

BOUTIQUE EN LIGNE : www.diaderme.ca

SOINS HAUT DE GAMME POUR LA SANTÉ DE VOTRE PEAU.

- Facial personnalisé (acné, rosacée, hydratant, raffermissant)
- Soin du visage BioTense Cosmos (certifié Écocert)
- Soin du buste/ Soin du dos
- Traitement circulatoire pour les jambes
- Enveloppements corporels (détoxifiant, relaxant, amincissant, cellulite)
- Exfoliation au sel de la mer Morte
- Photo-rajeunissement (IPL)
- Photo-épilation (IPL)
- Consultation personnalisée
- Certificat cadeau disponible



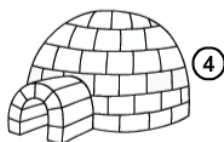
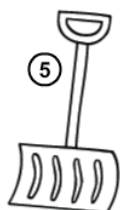
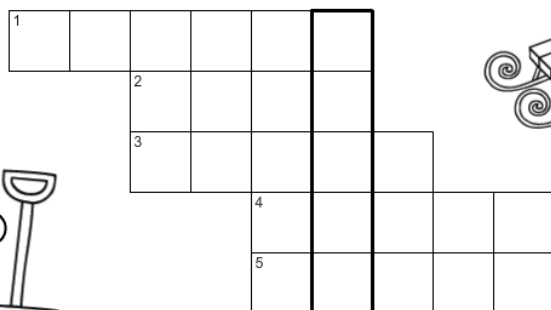


PAUSE CAFÉ

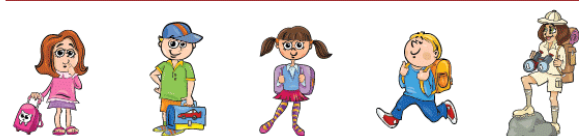
TROUVER LES INTRUS

Le mot mystère - l'hiver

Reporte le nom de chaque dessin sur la grille.
Le mot mystère apparaîtra verticalement.



lululataupe.com



Mario Boutin, Raynald Corriveau
propriétaires

VENTES

Équipements forestiers

Piscines et spas

Balançoires

Ensembles de patios

Propane et équipement au propane

Tracteurs et tondeuses

Vente de remorques ainsi que les pièces
telles que : pneus et treuils portatifs



Cub Cadet



Husqvarna



Jonsered



1111, Route 111 Est, Amos (Québec) J9T 1N2

Tél. : 819-732-2652, Cell. : 819-734-7707, Téléc. : 819-732-1825

Courriel : info@locationlla.com - Site Internet : www.locationlla.com

Vous voulez faire connaître vos services, voici la tarification :

Carte professionnelle :	6 \$/mois	55 \$/année
Un quart de page :	9 \$/mois	85 \$/année
Demi-page :	13 \$/mois	125 \$/année
Page entière intérieure:	16 \$/mois	155 \$/année
Page entière couverture intérieure:		205 \$/année
Page entière couverture extérieure:		305 \$/année

Ce journal est distribué gratuitement dans les foyers de Saint-Marc-de-Figuery. Il est possible de s'abonner au journal au coût de l'envoi postal, c'est-à-dire, 45 \$/an ou gratuitement par Internet.

Nous vous invitons à communiquer avec l'une des personnes de l'équipe du journal pour participer à la conception du journal.

Les personnes ressources sont :

Doris Bélanger, responsable de la section municipale
819-732-8501

Jocelyne Bilodeau, coordonnatrice
819-732-8601

Vous avez un article ou une information à transmettre, voici nos coordonnées:

L'Éveil Campagnard
10, avenue Michaud, C.P. 12
Saint-Marc-de-Figuery (Québec)
J0Y 1J0
Téléphone: 819-732-8601
Télécopieur: 819-732-4324

Courriel:
mun.stmarc@cableamos.com

Site internet :
<http://www.saint-marc-de-figuery.org/>

	DATES DE LA RÉCEPTION DES TEXTES	DATES DE SORTIE DU JOURNAL
Décembre 2019	10 décembre 2019	16 décembre 2019
Janvier 2020	21 janvier 2020	27 janvier 2020
Février 2020	18 février 2020	24 février 2020
Mars 2020	24 mars 2020	30 mars 2020
Avril 2020	21 avril 2020	27 avril 2020
Mai 2020	19 mai 2020	25 mai 2020
Juin 2020	23 juin 2020	29 juin 2020
Juillet 2020	14 juillet 2020	20 juillet 2020
Août 2020	25 août 2020	31 août 2020
Septembre 2020	22 septembre 2020	28 septembre 2020
Octobre 2020	20 octobre 2020	26 octobre 2020
Novembre 2020	24 novembre 2020	30 novembre 2020
Décembre 2020	15 décembre 2020	21 décembre 2020

La SADC Harricana est un partenaire incontournable pour la réalisation de vos projets d'affaires!

Elle vous aide à :

Démarrer ou acquérir une entreprise
Moderniser des équipements
Acheter ou rénover un bâtiment
Développer de nouveaux marchés
Financer un fonds de roulement

COMMUNIQUEZ AVEC NOUS!

SADC Harricana
T. 819 732-8311 - sadc@sadc-harricana.qc.ca
www.sadc-harricana.qc.ca

Faites comme eux!



Miellerie
La Grande Ourse



Ébénisterie
Neault



Ferme
Simon Cloutier

FONDS D'INVESTISSEMENT

Prêt aux entreprises jusqu'à
150 000 \$

STRATÉGIE JEUNESSE

Prêt personnel pour les
entrepreneurs âgés de 15 à 39 ans,
5 000 \$ à 25 000 \$

ACCOMPAGNEMENT ET SUIVI

Service-conseil et assistance en gestion,
mentorat, réseautage, formation et coaching

SADC

Société
d'aide au développement
des collectivités

HARRICANA

Canada Développement économique Canada pour les régions du Québec
appuie financièrement la SADC

LA NOUVELLE ÉQUIPE **THIBAUT** AMOS



Thierry Lambert
Marc-André Boucher
Vincent Frigon



Venez rencontrer la nouvelle équipe de Thibault Chrysler Amos!

331, rue Principale Sud, Amos (Québec) J9T 2J8

Téléphone : 819-732-5247 Site Internet : www.thibaultchrysler.com



La Grande Ourse

Miellerie

BOUTIQUE À LA FERME

PANIERES BIOS LÉGUMES

- Miels et produits transformés
- Chandelles en cire d'abeille
- Emballages cadeaux
- Produits régionaux
- Légumes de champs et de serre
- Aire de pique-nique

OUVERT SUR SEMAINE

LUNDI AU
VENDREDI

8H À 17H

Réservation ou informations / 819 727-1920 / info@mielgrandeourse.com /
www.mielgrandeourse.com / 391 route 111, St-Marc-de-Figuery, QC J0Y 1J0