

240^e Édition !
20 ans bien sonnés !

L'ÉVEIL CAMPAGNARD

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



Volume 20, numéro 12, 21 décembre 2020

**Au plaisir de vous croiser
lors de ma tournée du
24 décembre prochain!
Figueryn, Figueryne et moi
sommes à faire les
derniers préparatifs.
HoHoHo!**

**JOYEUX TEMPS DES FÊTES
& BONNE ANNÉE**





51, 10^e Avenue Ouest

Amos (Québec)

J9T 1W9

Téléphone : 819-732-5995

Télécopieur : 819-732-1949

www.hyundaiamos.com



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

ENEZ VOIR LES NOUVEAUX MODÈLES 2020 SUR PLACE !

Santa Fe



Tucson



Kona

*Bonne & Heureuse
période des fêtes
avec les vôtres !*





TABLE DES MATIÈRES



Auteur des photos de la page couverture:	Jocelyne Bilodeau et archives de la Famille Réal Nolet	
Table des matières & Pensées du mois		3
Section paroissiale		4-5
Section municipale/Info-budget/Info-citoyen		6 à 10
Info-agente de développement		11
Info-recyclage-réutilisation-récupération-valorisation		12
Info-environnement		13
Info-compost		14
Info-égoût		15
Info-biblio		16
Info-pompier		17
Info-santé		18
Info-scolaire		19
Info-jeunesse		20
Info-parents		21
Info-aînés		22
Info-culture		23
Info-sécurité		24
Recette du mois		25
Conseil projets construction		26
Chronique : pour un mieux-être total		27
Chronique météo/ Chronique éphémérides/Chronique touche à tout		28 à 30
Section des nouvelles		31 à 38
Section des communiqués		39 à 44
Contact avec l'état		45
Calendrier détachable		47
Pause café		49

PENSÉES DU MOIS

«Apprendre à s'aimer soi-même est l'amour le plus vrai qui soit » – Whitney Houston

«Cinq règles simples pour être heureux: -Libère ton cœur de la haine, -Libère ton esprit des inquiétudes, -Vis simplement, -Donne plus, -Attends-toi à moins»

«Certaines histoires n'ont pas de début, de milieu ou de fin précise. La vie est de ne pas savoir, d'avoir à changer, de profiter du moment et d'en tirer le meilleur sans savoir ce qui se passera ensuite»

«Parce que tu es en vie, tout est possible. » - Thich Nhat Hanh

«Les gens disent que nous ne savons pas ce que nous avons avant de l'avoir perdu. Je dis que nous savons exactement ce que nous avons, mais que ne nous attendions pas à le perdre»

« Ne fais pas confiance aux mots. Fais confiance aux actions »

«Même le plus long des voyages commence par un premier pas»

Source : Les beaux proverbes

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

**FAITES APPEL A 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



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.

Dimanche 27 décembre :

Famille Breton /
Aux intentions des beaux-parents

Dimanche 3 janvier :

Joan T. et Donald Audy /
Intentions personnelles

Dimanche 10 janvier :

Marie-Marthe Boutin /
Pour les paroissiens de St-Marc

Dimanche 17 janvier :

Gilles Roy / Intentions personnelles

Dimanche 24 janvier :

Jocelyne Mongrain / Pour le travail

Dimanche 31 janvier :

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

**INTENTIONS DE MESSE
DÉCEMBRE 2020 – JANVIER 2021**

MESSE DE NOËL – Jeudi 24-12 à 20 h 30 :

Rose-Hélène Dupuis Boutin/ Offrande au service

Dimanche 27-12 à 9 h 30 :
Pour les parents défunts/ Mariette et Rosaire Fortin

1^{er} janvier 2021 - Jour de l'An...
la messe sera à 9h00 et non 9h30 :
Marie-Josephe Lebel/ Famille Girard

Dimanche 3-01 à 9h30 :
Dominic Boutin/ Offrande au service

Dimanche 10-01 à 9h30 :
Yvon Larochelle/ Lorraine Larochelle et Gilles Roy

Dimanche 17-01 à 9h30 :
Laurier Cloutier/ Offrande au service

Dimanche 24-01 à 9h30 :
Marcelle Périgny (25-01-2018) / Offrande au service

Dimanche 31-01 à 9h30 :
Gabriel Lantagne/ Offrande au service

**HEURE D'ADORATION
TOUS LES JEUDIS**

Nous vous invitons tous les jeudis, de 19 h à 20 h, à l'église de Saint-Marc à une heure d'adoration. Ce temps de prière est animé. C'est une occasion de présenter au Seigneur toutes les intentions personnelles que nous portons et de prier en communauté pour les besoins de toute l'Église.

Vous êtes tous les bienvenus.

ÉLECTION :

L'élection pour trois marguilliers(ères) a eu lieu dimanche le 6 décembre dernier. Messieurs Alain Corriveau et Yvon Lantagne éligibles pour un deuxième mandat et Monsieur Daniel Grignon un premier mandat, ont tous les trois acceptés de rendre ce précieux service à leur communauté. C'est avec une grande joie que les membres du conseil de Fabrique les accueilleront.

MERCI à vous trois!

Que l'esprit de Noël vous remplisse le cœur de joie et de bonheur!

Joyeux Noël et Bonne Année à toutes et tous

Votre conseil de Fabrique.

**LE PARCOURS DE FORMATION À LA VIE CHRÉTIENNE QUE NOUS AVONS COMMENCÉ
LE 19 NOVEMBRE SE POURSUIT :**

Quand : (date à déterminer pour Janvier 2021) à 19 h00

Lieu : à déterminer

La fréquence de ces rencontres : une fois par mois, (pour 10 ou 12 rencontres)
Vous pouvez vous joindre au groupe en tout temps, il n'y a pas de pré-requis.

S'adresse à qui : Aux adultes et aux parents qui ont le désir de connaître Jésus et de redécouvrir la foi de leur baptême

But de ces rencontres :

- Donner des outils et accompagner toute personne qui désire découvrir la foi qu'il a lui-même reçue à son baptême pour la transmettre à son tour.
- Découvrir la richesse de pouvoir vivre sa foi en Église, avec la communauté chrétienne.

Animateur : Le Père Patrick Rancourt

N.B : Ce nouveau parcours de formation chrétienne remplace les catéchèses qui préparaient les enfants aux sacrements (première communion, réconciliation et confirmation)

Vous êtes tous bienvenus

Aux intéressés donnez vos coordonnées à : Johanne Sabourin : 819-732-6769
Liliane Veillette : 819-727-2397

Pour que nous puissions vous communiquer la date et le lieu.

Au plaisir de vous rencontrer en ce début d'année 2021

DÉNEIGEUR RECHERCHÉ

Pour la saison hivernale, nous sommes à la recherche d'une personne pour le déneigement du perron de l'église et de la rampe d'accès aux personnes à mobilité réduite.

Horaire variable selon les précipitations et la tenue des messes, ainsi que les autres événements qui se déroulent à l'église.

Tâche rémunérée.

Vous êtes intéressés par cette offre ou désirez plus d'information, contactez Madame Johanne Sabourin au 819-732-6769





SECTION MUNICIPALE



Municipalité de Saint-Marc-de-Figuery COMPTE-RENDU SÉANCE DU CONSEIL MUNICIPAL www.saint-marc-de-figuery.org

Voici un résumé des décisions du conseil municipal, adoptées lors de la séance ordinaire du 7 décembre 2020.

- 1- Adoption du procès-verbal de la séance du conseil du 2 novembre 2020 après correction de la résolution 2020-11-96 pour une mention de l'intérêt pécuniaire de monsieur le conseiller Martin Thibeault.
- 2- Le conseil a résolu d'offrir un don de 80 \$ à l'école secondaire d'Amos pour ¼ de page dans l'album de finissant.
- 3- Les membres du conseil municipal ont résolu d'accorder un soutien financier de 500 \$ à la Fondation Québécoise du cancer.
- 4- Les élus ont résolu d'accepter la politique de harcèlement de l'incivilité et de la violence au travail.
- 5- Le règlement 2020-251 constituant un comité consultatif d'urbanisme (CCU) est adopté par les membres du conseil.
- 6- Les gagnants du concours littéraire sont Nathan Hardy, Myriam Grignon, Juliette Plante, Olivier Plante et Émily Grignon ils se méritent chacun un certificat cadeau de 25 \$ à la papeterie.
- 7- Les membres du conseil ont adopté d'offrir un cadeau d'une valeur de 100 \$ aux employés permanents.
- 8- Les élus ont résolu d'accepter les soumissions pour l'arbre de Noël suivantes : Multi service Maxx pour les pieux et l'installation au montant de 919,80 \$ taxes comprises et d'Usimec pour la fabrication et installation d'une structure d'aluminium au montant de 4 675,58 \$ taxes non comprises.
- 9- Les membres du conseil confient le mandat aux conseillers municipaux Charlene Barbe et Martin Thibeault de représenter la municipalité auprès de la CNESST et ils pourront être accompagnés, si nécessaire, par l'avocat de la municipalité soit Me Sylvain Labranche.
- 10- Le conseil approuve les dépenses d'un montant de 19 161,84 \$ relatives aux travaux d'amélioration à réaliser et aux frais inhérents admissibles au formulaire V-0321 conformément aux exigences du ministère des Transports du Québec.
- 11- Les membres du conseil approuvent les dépenses d'un montant de 36 297,17 \$ relatives aux travaux d'amélioration à réaliser et aux frais inhérents admissibles au formulaire V-0321 conformément aux exigences du ministère des Transports du Québec.
- 12- Les élus ont accepté la modification du règlement #179 concernant une contribution financière du programme d'infrastructures Québec-Municipalités (PIQM) de réduire l'échéance de l'emprunt sur 10 ans au lieu de 20 ans.
- 13- Le conseil a désigné la directrice générale, madame Doris Bélanger, comme administratrice principale pour l'ensemble des comptes d'Hydro-Québec.
- 14- Les membres du conseil ont unanimement résolu d'adopter le calendrier des séances ordinaires du conseil 2021.
- 15- Il est résolu de compléter une demande d'emploi-été auprès de Revenu Canada pour l'été 2021 et d'autoriser la directrice générale à signer tous les documents nécessaires.
- 16- Le conseil a résolu de déposer une demande d'aide financière au fonds Initiative jeunesse MRC Abitibi pour l'acquisition de paniers de basketball et d'autoriser madame Jocelyne Bilodeau, à signer tous les documents nécessaires. Conditionnellement à l'obtention de la subvention, la soumission sera octroyée à Sport Direct pour un montant de 6 484,13 \$ taxes incluses.

- 17- Les élus ont accepté la soumission des installations sportives Agora inc. pour l'achat de 4 filets de but de hockey au montant 448,40 \$ taxes incluses.
- 18- Les membres du conseil ont résolu de déposer une demande de soutien financier au montant de 5 000 \$ pour favoriser la concertation et la formation des agents de développements locaux.
- 19- Les élus ont octroyé le contrat à TEM entrepreneur général pour les travaux de structure du sentier et installation de ponceaux pour le sentier espace-vert au montant de 36 468,21 \$ taxes non comprises.
- 20- Le conseil a résolu à l'unanimité de proclamer la municipalité de Saint-Marc-de-Figuery alliée contre la violence conjugale.
- 21- Il est autorisé de déposer une demande à la MRC d'effectuer une modification à son schéma d'aménagement et de développement révisé, afin d'autoriser la modification du périmètre urbain sur son territoire.
- 22- Les élus exigent par une lettre adressée au président de la Corporation de développement socio-économique de Saint-Marc-de-Figuery un audit de ses livres et de ses comptes avant d'entreprendre des démarches pour un partenariat.
- 23- Un avis de motion est donné qu'un règlement établissant les taux de taxes pour l'année 2021 ainsi que l'adoption du budget sera adoptée à une séance ultérieure.
- 24- Les membres du conseil ont résolu d'effectuer les transferts budgétaires tels que présentés.
- 25- Le conseil a approuvé l'annulation et la création d'affectations de certains fonds.

Adoption des dépenses, Comptes fournisseurs payés en novembre 2020 pour un total de 137 880,56 \$

Versement par chèque C20000114 à C2000124

Païement en ligne sécurisée L2000083 à L2000089

Païement par transfert électronique P2000212 à P2000238

Comptes à payer en novembre 2020 en date du conseil pour un total de 9 656,01 \$

Salaires payés en octobre 2020, incluant le personnel électoral

D2000290 à D2000308 pour un montant total de 8 166,58 \$

Consulter la liste complète dans le journal Éveil campagnard de décembre 2020.

PROCHAINE RÉUNION DU CONSEIL, MARDI LE 12 JANVIER 2021 19 H 30 AU 10 AVENUE MICHAUD.



INFO-BUDGET

MUNICIPALITÉ DE SAINT-MARC-DE-FIGUERY

LISTE CHÈQUES NOVEMBRE 2020

N° chèque	Nom	Description	Montant
2000083	TÉLÉDISTRIBUTION AMOS INC.	Internet - octobre 2020	114,86
L2000084	RÉGIME RETRAITE EMPLOYÉS MUNICIPAUX QC.	Régime de retraite - octobre 2020	2 659,40
L2000085	MINISTÈRE DU REVENU DU QUÉBEC	Retenues à la source octobre 2020	5 371,44
L2000086	RECEVEUR GÉNÉRAL DU CANADA	Retenues à la source octobre 2020	1 902,28
L2000087	HYDRO-QUÉBEC	Maison citoyen, luminaires, bureau municipal, parc/aréna, PP1, PP2, garage/caserne	1 557,90
L2000088	BELL MOBILITE	Cellulaires	137,89
L2000089	TÉLÉBEC LTÉE	Téléphones Bureau municipal-Maison du citoyen	323,95
C2000114	LUMEN - DIVISION DE SONEPAR CANADA INC.	Lampe témoin PP1	90,04
C2000115	C.D. BOUTIN	Produits d'entretien, timbres, tuyau toilette, antigel, quincaillerie, diésel (kubota, niveleuse), essence pick-up, huile, batterie, gants	1 322,19

LISTE CHÈQUES NOVEMBRE 2020 (SUITE)

N° chèque	Nom	Description	Montant
C2000116	VILLE D'AMOS	Site d'enfouissement - Septembre	3 472,42
C2000117	Poste Canada	Journal octobre	56,66
C2000118	MINISTRE DES FINANCES	Sureté du Québec	32 524,00
C2000119	TRIONEX HYDRAULIQUE	Cylindre et pièces Kubota	143,03
C2000120	Lavigne Alexandre	Taxes payées en trop	1 031,03
C2000121	Municipalité de St-Félix-de-Dalquier	Cueillettes de déchets août à octobre 2020	17 599,05
C2000122	Bélanger Maurice	4 * Livres bibliothèque	48,00
C2000123	CLUB ÂGE D'OR DE SAINT-MARC-DE-FIGUERY	Soutien financier	200,00
C2000124	FONDATION OLO	Soutien financier	100,00
P2000212	Gestion Simon Blanchard inc	Bottes de travail, stabilisateur d'essence, ensemble de perceuse	571,68
P2000213	LOCATION LAUZON AMOS INC	Machine à pression, chaîne pour scie, tuyau, lime, filtre et huile tracteur à pelouse, location de tank 33lbs	1 718,23
P2000214	M & M NORD OUEST INC.	Filtre à l'huile, interrupteur	34,20
P2000215	BOIS TURCOTTE LTÉE	Toilette maison du citoyen, clé PP1, PP2	137,67
P2000216	Bélanger Doris	Déplacement octobre, café	106,42
P2000217	La Capitale Assureur adm. publique inc.	Assurances collectives - novembre 2020	1 382,27
P2000218	KOMUTEL INC.	Location alertes 911	126,47
P2000219	ENVIROBOUE GHISLAIN MORIN INC.	Vidange fosse septique	253,45
P2000220	H2Lab Inc	Test affluent, effluent	261,68
P2000221	IMPRIMERIE HARRICANA	Journal octobre	474,85
P2000222	PAPETERIE COMMERCIALE	Livres bibliothèque	26,20
P2000223	RP EXPRESS	Transport test PP2, bassin	26,84
P2000224	SANIMOS INC.	Frais de disposition recyclage	1 138,14
P2000225	ZIP LIGNES	# civique, signalisation, poteaux et kit d'assemblage	899,87
P2000226	EXCAVATION GILBERT SHEEHY INC.	Sablage, changement de ponceau ch. des Collines, reprofilage ch. des Collines, Pelle-camion Rue du Lac, reprofilage fossé - Rue du Lac, gravier - Route de l'Hydro	55 771,19
P2000227	PetroNor	Cube 1040L, mazout Maison du citoyen, garage/caserne	749,78
P2000228	JOCELYNE BILODEAU	Jouets pour Noël	458,61
P2000229	LAROUCHE BUREAUTIQUE	Copies du 28/08 au 28/11/2020	446,98
P2000230	SÉCUR-ALERT INC.	Contrat annuel Maison du citoyen	183,96
P2000231	ANDRÉ LABBÉ	Déplacements	12,15
P2000232	BIGUÉ AVOCATS	Frais de contestation	93,13
P2000233	Bélanger Doris	2 * boîtes de papiers	114,95
P2000234	KOMUTEL INC.	Location alertes 911	126,47
P2000235	EXCAVATION GILBERT SHEEHY INC.	Nettoyage de fossé Rue Beauregard et sablage	2 237,42
P2000236	WSP CANADA IC.	Frais d'inscription SOMAEU	1 638,86
P2000237	Lachaine Martine	Déplacement et produits de nettoyage	55,47
P2000238	SÉCURIPUS 9030-1318 Qc INC.	Inspection d'extincteurs pompiers	179,48
TOTAL			137 880,56



INFO-CITOYEN

Municipalité de Saint-Marc-de-Figuery



SERVICES ADMINISTRATIFS MUNICIPAUX

Les services administratifs municipaux sont offerts selon l'horaire normal, voir le calendrier du présent journal. Nous encourageons les paiements de **taxes foncières** par Internet. **NOUS ACCUEILLONS QU'UN CITOYEN À LA FOIS. LE PORT DU MASQUE EST OBLIGATOIRE.**

Il est préférable de prendre rendez-vous en communiquant par téléphone au 819-732-8501, par courrier ou par courriel au :

ou

reception-stmarc@cableamos.com

mun.stmarc@cableamos.com.

Pour connaître les derniers changements, consultez :

- La page Facebook de la Maison du Citoyen : @MaisonDuCitoyenDeSaintMarcDeFiguery
- Le Site Internet de la Municipalité de Saint-Marc-de-Figuery : saint-marc-de-figuery.org/

**LES SERVICES ADMINISTRATIFS SERONT FERMÉS POUR LA PÉRIODE DES FÊTES
DU 21 DÉCEMBRE 2020 AU 1^{er} JANVIER 2021.**

Nous comptons sur la population pour avoir une attitude responsable et de respecter les consignes.

Merci de votre compréhension et de votre collaboration.

La direction municipale



RAPPEL-RAPPEL-RAPPEL

Déneigement des entrées résidentielles

*Il est interdit de
pelleter la neige
de l'autre côté de
la rue, du chemin
public municipal,
de la route
provinciale ou
chez les voisins !*

Nous rappelons aux citoyens qu'il est très difficile pour l'opérateur du camion de déneigement de faire son travail adéquatement lorsqu'il y a des accumulations de neige durcies le long des routes. Il est interdit de traverser la neige de l'autre côté de la route.



Des contraventions peuvent être données par la Sûreté du Québec. Après un premier avertissement, l'émission d'une contravention sera automatique. Cette année, tolérance zéro, c'est une question de sécurité.

Par la même occasion, nous désirons rappeler que les boîtes aux lettres doivent être installées vis-à-vis le numéro civique. De plus, nous vous informons que les bris sur celles-ci ne sont pas sous la responsabilité de la Municipalité ni de l'entrepreneur en déneigement.

Merci de votre compréhension !!!





INFO-CITOYEN



PROVINCE DE QUÉBEC MUNICIPALITÉ DE SAINT-MARC-DE-FIGUERY



AVIS PUBLIC

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

Avis public est donné de ce qui suit :

Lors de la séance ordinaire du 7 décembre 2020, le calendrier des séances du conseil pour l'année civile 2021 a été adopté comme suit :

CALENDRIER DES RÉUNIONS DU CONSEIL 2020		
JOUR	DATES	HEURE
Mardi	12 janvier 2021	19 h 30
Lundi	1 février 2021	19 h 30
Lundi	8 mars 2021	19 h 30
Mardi	6 avril 2021	19 h 30
Lundi	3 mai 2021	19 h 30
Lundi	7 juin 2021	19 h 30
Lundi	5 juillet 2021	19 h 30
Lundi	16 août 2021	19 h 30
Lundi	13 septembre 2021	19 h 30
Lundi	4 octobre 2021	19 h 30
Lundi	15 novembre 2021	19 h 30
Lundi	6 décembre 2021	19 h 30

Donné à Saint-Marc-de-Figuery ce neuvième jour de décembre 2020.

Doris Bélanger
Directrice générale et
Secrétaire-trésorière



MODE DE PAIEMENT

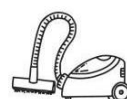
Nous vous informons des modes paiement **sur les lieux de l'administration municipale** pour les permis, les licences de chien, les taxes foncières, etc., nous acceptons seulement les **paiements en argent** ou par **chèque**.

Nous ne possédons pas le système de paiement pas Interac.

Seulement les taxes foncières peuvent être payées par le service de paiement en ligne.



OFFRE D'EMPLOI PRÉPOSÉ À L'ENTRETIEN MÉNAGER



Le poste consiste à faire l'entretien ménagé à la Maison du Citoyen plus ou moins 2 heures par semaine.

Vous êtes intéressé ou désirez recevoir des informations supplémentaires, contactez
Madame Doris Bélanger,
directrice générale
au 819-732-8501.

AVIS IMPORTANT
ENTRE LES COLLECTES HEBDOMADAIRES
NOUS VOUS PRIONS DE BIEN VOULOIR
ENLEVER VOS BACS DU BORD DE LA ROUTE





INFO-AGENTE DE DÉVELOPPEMENT

Jocelyne Bilodeau

COHÉSION SOCIALE
DONNER AU SUIVANT



À l'approche des Fêtes, les organismes de bienfaisance feront appel à la générosité de la population. En attendant de savoir si les cordons des bourses se délieront avec autant d'enthousiasme cette année compte tenu de la pandémie, voici un aperçu des tendances en philanthropie au Québec et en Abitibi-Témiscamingue.

Portrait de la personne donatrice au Québec

Pour une septième année consécutive, une étude sur les habitudes philanthropiques de la population québécoise a été publiée par la firme *Épisode* à partir d'un sondage auprès de 2 550 personnes¹. Bonne nouvelle pour les organismes de bienfaisance; malgré la pandémie, une personne sur deux a soutenu un organisme depuis janvier 2020, pour un don moyen de 410 \$. L'étude note toutefois une baisse constante des donateurs dans la population, passant de 61 % en 2016 à 46 % en 2020. Malgré tout, la somme totale donnée reste sensiblement la même, puisque le don moyen augmente.

Les résultats montrent une différenciation entre les femmes et les hommes. Le don moyen au Québec est de 191 \$ pour les femmes et de 259 \$ pour les hommes². On constate par ailleurs qu'au sein des ménages, les femmes ont une plus forte influence dans le choix des donataires et que les hommes sont plus nombreux à faire des dons de 1 000 \$ ou plus. En ce qui concerne l'intérêt envers une cause, les femmes soutiennent surtout des causes en lien avec les enfants, les personnes âgées et les femmes, alors que les hommes s'intéressent davantage aux projets soutenant les personnes handicapées.

En ce qui a trait aux habitudes de don, 64 % des personnes ayant répondu au sondage donnaient des denrées et des vêtements, 38 % ont appuyé une personne dans le cadre d'un défi au profit d'un organisme et 15 % ont elles-mêmes amassé de l'argent dans le cadre d'un défi.

En Abitibi-Témiscamingue, selon les données de 2018³, près de 20 000 personnes ont déclaré des dons aux fins d'impôts, totalisant une somme d'environ 8 M\$. Quelque 8 225 femmes ont fait un don moyen de 375 \$, comparativement à 11 312 hommes, pour un don moyen de 425 \$.

Du côté de Centraide Abitibi-Témiscamingue et Nord-du-Québec

En 2019, 3 592 personnes ont donné en moyenne 118 \$. Les résultats permettent de constater que 51 % des dons provenaient des milieux de travail, 27 % des entreprises et 21 % des particuliers. Il y a 25 « donateurs leaders » qui ont soutenu l'organisme pour un montant de 1 200 \$ et plus. L'organisme prévoit une baisse des dons de 30 % en période de pandémie. Il faudra attendre le bilan 2020 pour vérifier si la population de l'Abitibi-Témiscamingue se sera démarquée par sa générosité malgré le contexte économique actuel.

Sources : 1. *Épisode - Philanthropie et investissement communautaire, Étude sur les tendances en philanthropie au Québec*, 7^e édition, 2020.

2. Résultats québécois incluant les personnes n'ayant pas fait de don.

3. Revenu Québec, Déclarations de revenus des particuliers 2018, commande spéciale.

Source : Nancy Ross,, L'observatoire de l'Abitibi-Témiscamingue, nov.-déc. 2020





DÉCORATIONS DE NOËL: BOUCHONS À L'HONNEUR



**LES ENTREPRISES
GUAY ET FILS INC.**
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



Maison propre, maison verte

Chaque année, une famille canadienne utilise en moyenne entre 20 et 40 litres de nettoyeurs toxiques. La majorité des produits est rejetée dans les égouts. Troquez donc le chimique contre l'écologique!

Quelques recettes

Pour récurer évier, douche, tuiles et bain

Mélanger 250 ml de bicarbonate de soude avec 60 ml de borax dans un contenant à saupoudrer. Ce mélange peut servir pour toutes les composantes de la salle de bain. Rincez à l'aide d'un linge doux mouillé.

Préparer un mélange à récurer doux en combinant 60 ml de bicarbonate de soude, 30 ml de borax et 30 ml de cristaux de soude, à une quantité suffisante de savon liquide pour produire une pâte riche et crémeuse. Bien mélanger et conserver dans une vieille bouteille à gicleur. Bien rincer.

La douche

Dissoudre 2 ml de cristaux de soude, 5 ml de borax, 2ml de savon liquide, 45 ml de vinaigre dans 500 ml d'eau bouillante. Mélanger le tout dans un vaporisateur et utiliser pour enlever la saleté, les traces de savon et les accumulations calcaires sur les murs et les portes de douche. Rincer avec du vinaigre et de l'eau. Faire briller avec un linge doux.

Nettoyer les rideaux en plastique à la machine, à l'eau tiède, avec 125 ml de borax. Faire sécher les rideaux en les étendant ensuite au soleil.

Nettoyer le pommeau de douche avec un mélange de 80 ml de vinaigre et 80 ml d'eau chaude. Utiliser une éponge ou une vieille brosse à dents imbibée pour déloger les dépôts calcaires tenaces.

Le chrome

Les bouchons et robinets de chrome brillent de tout leur éclat lorsque frottés avec du bicarbonate de soude déposé sur une vieille brosse à dents. Rincer et polir avec du vinaigre dans de l'eau chaude.

Les renvois d'eau

Utiliser un filtre à cheveux pour empêcher les cheveux de boucher les renvois d'eau. Ces filtres sont disponibles dans les quincailleries.

Utiliser d'abord un débouchoir à ventouse (siphon) ou un serpent de plombier. La solution mécanique est toujours préférable à la solution chimique.

Verser 60 ml de bicarbonate de soude dans le renvoi d'eau, suivie de 60 ml de vinaigre. Laisser reposer 15 minutes. Verser ensuite une pleine bouilloire d'eau bouillante. Cela fonctionne à merveille !

Le four à micro-ondes

Préparer une pâte composée de 45 ml à 60 ml de bicarbonate de soude et d'eau. Utiliser cette pâte sur une éponge pour laver l'intérieur et le tour de la porte. Rincer généreusement.

Utiliser le nettoyeur à vaporiser comme sur les appareils en métal.

Le chrome et le métal des appareils ménagers

Mélanger 5 ml de borax, 2 ml de savon liquide, 45 ml de vinaigre et 500 ml d'eau chaude dans un vaporisateur. Vaporiser le mélange sur les appareils, essuyer avec un chiffon doux.

L'entretien des renvois d'eau

Verser 125 ml de bicarbonate de soude dans le renvoi d'eau. Verser ensuite 125 ml de vinaigre. Laisser reposer 15 minutes. Terminer en versant 750 ml d'eau bouillante. Verser 60 ml de cristaux de soude dans le renvoi d'eau chaque semaine. Rincer avec l'eau chaude du robinet.

Source : <https://www.arrondissement.com/montreal-get-document/s182-protection-sensibilisation-environnement/u2271>

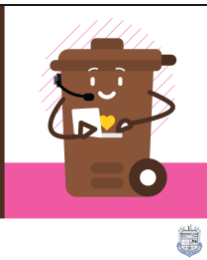
PNEUS NORD-OUEST		PNEUS	ROUES	PIÈCES	MÉCANIQUE
246, Rte 111, St-Marc-de-Figuery (Québec) J0Y 1J0 DAVID SHEEHY sheehy.david@hotmail.com 819 732-0701		Auto V.T.T. Remorque Agricole Spécialisé	MAG Acier Remorque	V.T.T. Moto Motoneige Remorque	2 temps 4 temps Auto A\C

Heureuse période des Fêtes
avec vos proches!

DES QUESTIONS ?

819 732-8501
819 732-8601

st-marc-de-figuery.org



INFO-COMPOST



L'AVENIR
EST AU BRUN



LES MOIS PASSENT, LE COMPOST S'ACCUMULE!

Il y a un an, nous étions dans le processus de mise en place de la collecte de matières compostables dans les quatre municipalités qui se sont regroupées soit celle de La Corne, Landrienne, Saint-Félix-de-Dalquier et Saint-Marc-de-Figuery. Depuis janvier 2020, nous détournons des matières organiques des sites d'enfouissement vers un composteur rotatif industriel installé sur le territoire de la Municipalité de Landrienne, la photo démontre l'installation.



Après 12 mois de collecte, nous constatons que la problématique majeure est sur les éléments suivants :

TOUTES LES MATIÈRES PLASTIFIÉES SONT REFUSÉES DANS VOTRE BAC À COMPOST

- **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.

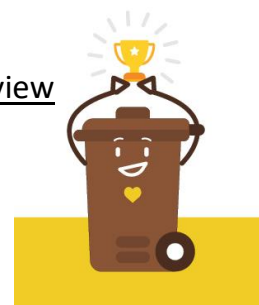
VOUS AVEZ BESOIN DE PRÉCISIONS SUR CERTAINES MATIÈRES ACCEPTÉES OU REFUSÉES CONSULTEZ :

«Document d'information la vie en brun»

Disponible sur le site internet de la municipalité :

<https://drive.google.com/file/d/1LS0LVmZE12ftKfw0Q7tKd5UrDa44xeff/view>

**EN DATE DU 14 DÉCEMBRE 2020,
LES COLLECTES DE COMPOST S'ÉLÈVENT À 37 480 KG!
BRAVO!**



INFO-ÉGOÛT

Il est **INTERDIT** de jeter dans les toilettes ou dans l'évier des fourchettes de soie dentaire, des cures oreilles, des serviettes, des moppes, des masques de protection faciale ou des tampons hygiéniques, des couches jetables, de la cendre, des mégots de cigarettes, cheveux et ongles.

Ils peuvent provoquer des bris au système de pompage du réseau d'égout et ainsi provoquer du refoulement d'égout jusque dans vos propriétés.

P.S. Il est à noter que ces consignes s'appliquent aussi pour les propriétaires de résidence ayant une fosse septique et un champ d'épuration, l'impact sera sur l'efficacité à long terme de vos installations.

MERCI DE PORTER ATTENTION À CE MESSAGE.



Vous désirez de l'information supplémentaire, contactez Madame Doris Bélanger, directrice générale au 819-732-8501.

Téléphone : 819 732-0376

Cellulaire : 819 442-0094

Fax : 819 732-3859

www.optilog.com/sheehy

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



INFO-BIBLIO

Le nom des rennes du Père Noël Relie-moi à ma description



- | | |
|-------------|---|
| 1- Tornade | A- Elle apporte la lumière |
| 2- Danseuse | B- Le plus fort |
| 3- Fringant | C- Le plus rapide |
| 4- Furie | D- Il guide le Père Noël avec son nez rouge |
| 5- Comète | E- La plus gracieuse |
| 6- Cupidon | F- Le plus beau |
| 7- Tonnerre | G- Il apporte du bonheur aux enfants |
| 8- Éclair | H- La plus puissante |
| 9- Rudolphe | I- Il amène de l'amour aux |

Réponses: 1-C, 2-E, 3-F, 4-H, 5-G, 6-I, 7-B, 8-A, 9-D

Horaires tous les mercredis de 18 h à 20 h.

Au plaisir de vous accueillir!

**Bibliothèque fermée
pour la période des fêtes
du 23 décembre 2020 au
6 janvier 2021.**

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

Heureux Temps des Fêtes!

434, Route 111

Saint-Marc-de-Figuery

(Québec) J0Y 1J0

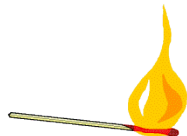
Téléphone: 819-732-4030

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.



INFO-POMPIER

Prévention des incendies

Le premier responsable C'est toi !



 Être préoccupé ou pressé - Utilisez une minuterie pour vous rappeler le temps de cuisson. - Vérifiez si vous avez fermé la cuisinière et le four avant de quitter la pièce ou votre domicile. - Ne laissez aucun objet sur la cuisinière.	 Sortir pour aller fumer ou vapoter - Demeurez toujours dans la cuisine lorsque vous vous servez de la cuisinière. - À l'extérieur, éteignez toujours vos mégots dans un cendrier, jamais dans un pot de fleurs, dans le paillis ou au sol.	 Effectuer plusieurs tâches en même temps - Concentrez-vous sur votre tâche en cuisine; le reste peut attendre. - Lorsque vous utilisez la cuisinière et le barbecue pour préparer un repas, faites-le tour à tour et non en même temps. Sinon, déléguez l'utilisation du barbecue à une autre personne.
 Intervenir auprès des enfants - Si un autre adulte est présent, demandez-lui de s'occuper des enfants pendant que vous cuisinez. - Demeurez près de la cuisinière en tout temps lorsque vous l'utilisez. - Faites les devoirs avec vos enfants avant ou après avoir terminé la préparation du repas.	 Faire du télétravail - Si vous préparez votre repas, prévoyez une plage horaire pour accorder toute votre attention à cette tâche. - Évitez de répondre à vos courriels ou au téléphone pendant que les aliments sont en train de cuire.	 Consulter son téléphone ou sa tablette - Laissez votre téléphone intelligent ou votre tablette hors de votre portée quand vous cuisinez. - Concentrez-vous sur la tâche que vous effectuez en cuisine lorsque vous vous servez d'un appareil de cuisson. - Évitez de consulter les médias sociaux, de répondre à vos courriels ou de parler au téléphone pendant que les aliments sont en train de cuire.
 Entretenir une conversation avec ses invités - Acceptez l'aide qu'on vous propose en cuisine afin de ne pas être la seule personne à superviser les différentes étapes. - Avant de quitter la cuisine, assurez-vous que les appareils de cuisson sont bien fermés.		 Jouer à des jeux vidéo Surveillez toujours les aliments sur la cuisinière.

Pour une urgence incendie, composez le 9-1-1.

En collaboration avec votre service de sécurité incendie

Quebec.ca/prevention-incendies

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



6 trucs pour devenir une lève-tôt (de bonne humeur)

Être matinal présenterait de nombreux bienfaits. Mais encore faut-il être capable de se transformer en lève-tôt. Voici 6 trucs pour y parvenir sans trop d'efforts et en restant de bonne humeur.

Créant un rituel agréable dès notre réveil

Pas question de prévoir une corvée ennuyante. On prend l'habitude de se faire un café latte bien moussé, de boire un thé devant la fenêtre, de lire avant de sortir du lit ou autres petits bonheurs qui rendent notre matin doux, mais surtout invitant.

S'accordant du temps pour soi

Le temps que l'on gagne à se lever tôt devrait être égoïstement utilisé pour soi! Eh oui! Prendre 15 minutes pour une activité qu'on aime nous permettra de débiter notre journée sur une note positive et cela influencera le cours des prochaines heures.

S'émerveillant devant le lever du soleil

On rate plusieurs belles choses quand on est trop pressés le matin. En se levant plus tôt, on peut recommencer à s'émerveiller devant de simples choses. On réintègre ce temps dans notre vie et les bienfaits sont réels. En notant les petits bonheurs (au lieu de souligner tout ce qui nous pèse), on change notre façon entière d'aborder la vie.

Y allant graduellement

Pour devenir un lève-tôt, on y va doucement. Il est utopique de croire qu'on peut radicalement essayer de se sortir du lit une heure plus tôt du jour au lendemain. On se lève 10 minutes plus tôt chaque jour (ou chaque deux jours)! Aussi, si on sait qu'on aura de la difficulté à ne pas « snoozer », on installe notre réveil loin de notre lit et on sort de la chambre dès qu'on est enfin debout.

Se couchant plus tôt aussi

Évidemment, on aura peut-être aussi besoin de se mettre au lit un peu plus tôt pour maintenir notre quantité de sommeil nécessaire. Souvent, ce n'est pas si difficile. Que fait-on avant de se coucher? On regarde la télé? On joue sur notre téléphone? On lit? On perd de précieuses minutes qu'on peut récupérer bien plus positivement le matin.

Notant les bénéfices

Pour garder notre motivation au top, on note tous les effets positifs et les bons côtés de notre nouvelle habitude. Cette liste de plaisirs retrouvés permet de garder le focus.



Source : <https://www.canalvie.com/sante-beaute/bien-etre/6-trucs-pour-devenir-une-leve-tot-de-bonne-humeur-1.1702925>



**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)

Téléphone : 819-732-2641

J9T 1T7

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-SCOLAIRE

Comment étudier ? Quelles sont les méthodes ?

Mutipliez les ressources d'aide

Enrichir son apprentissage en s'informant de différentes façons :

- Chercher l'information complémentaire
- Demander de l'aide aux professeurs
- Chercher des documents ou livres en bibliothèque
- Poser des questions à votre entourage proche
- Travailler en groupe d'étudiants pour échanger



Les conseils du champion :

- **Divisez vos révisions en séquences de 30 à 50 minutes maximum.** Entre chaque séquence de travail, faites une pause, profitez-en pour aller prendre l'air
- Apprenez à connaître la limite de votre concentration et reconnaissez quand vous êtes épuisés. **Ne combattez pas la fatigue**
- Pour réviser efficacement, vous avez besoin de passer du temps là où c'est vraiment nécessaire
- Créez un planning de révisions afin de mieux vous organiser et définir votre travail par mois, par semaine et par jour. **Vous allez gagner beaucoup de temps** et largement diminuer votre stress
- **Faire des pauses** est tout aussi important que de se concentrer sur ses révisions. Le cerveau réagit mieux quand vous faites une courte pause toutes les heures
- Étudiez aux heures où vous êtes plus efficace, vous **mémoriserez beaucoup plus vite**
- Ne révisez pas au dernier moment. Cela est inefficace
- « Ne remettez pas au lendemain ce que vous pouvez faire le jour même »
- **Ayez une bonne hygiène de vie** : manger sainement, boire de l'eau, bien dormir, et faire de l'exercice, et pour **restez serein** : respirer, et se relaxer

Source : <https://www.sebastien-martinez.com/guide-etudiant/comment-etudier-efficacement/>



- 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-JEUNESSE

Questions à se poser avant de se réorienter



De quel cadre ai-je besoin pour réussir ?

C'est une question que les bacheliers ne se posent sans doute pas assez. Jusqu'en terminale, à priori, vous n'aviez pas beaucoup d'autres choix que d'aller au lycée.

Mais après le bac, les filières se diversifient : BTS, IUT, formations professionnelles, grandes écoles, licences à l'université... Or, **chaque filière a son style, sa pédagogie**. Les formations en alternance qui se développent de plus en plus vous offrent aussi une autre option.



Il ne s'agit pas uniquement de savoir ce que vous voulez étudier, mais comment vous voulez le faire...

Il ne s'agit donc pas uniquement de savoir ce que vous souhaitez étudier (maths, droit, lettres, communication ?) mais **comment vous souhaitez étudier**. De quelle manière apprenez-vous le mieux ? En étant très encadré ou au contraire très libre ? Plutôt en partant de la pratique ou de la théorie ? Avec de la pression ou pas de pression ? En rencontrant des professionnels ou en lisant beaucoup ? Quel profil d'élève avez-vous ?

C'est en répondant à ces questions que l'on peut choisir la filière la plus adaptée à son profil... Car il ne s'agit pas seulement d'entamer des études - vous l'avez déjà fait - mais d'y persévérer, de les aimer et de les réussir !

Source : https://www.reussirmavie.net/Les-7-questions-a-se-poser-avant-de-se-reorienter_a2912.html

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

ERABI INC.

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

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

NOUS VOUS SOUHAITONS UNE BELLE PÉRIODE DES FÊTES!



Partager une vision commune sur l'éducation

En tant que parents, nous possédons tous un bagage autre que celui de notre conjoint qui influence nos réponses face aux situations familiales difficiles. Parfois, nos visions diffèrent tellement que cela dégénère en problèmes de couples.

Comment réagir quand notre vision de l'éducation diffère de celle de notre conjoint ?

Conciliation valeurs-famille

Avant tout, statuez sur les valeurs que vous souhaitez transmettre à vos enfants. Questionnez-vous sur ce qui prime le plus pour chacun. Est-ce l'honnêteté ? L'altruisme ? L'importance de l'effort ? La discipline ? Le respect ? Une fois l'entente établie, précisez les principes d'intervention lorsque l'un de vos jeunes possède un comportement problématique. Ne donnez pas de conseils à votre conjoint. Si votre attitude se révèle meilleure, il ou elle le réalisera. Formez une équipe, reconnaissez et appréciez les forces de chacun.



Les parents doivent-ils être d'accord en tout temps ?

Vos enfants doivent comprendre que papa et maman sont deux personnes distinctes, de styles différents et qui ne pensent pas toujours de la même manière. Et c'est tant mieux ! Ils peuvent ainsi développer leurs facultés d'adaptation. Par contre, **ne discutez pas devant eux**. Dans le doute, ou avant de statuer sur une décision les concernant qui pourrait générer un conflit, vous pouvez leur dire que vous désirez vous donner le temps d'en parler entre adultes et leur répondre plus tard. Entre vous, démontrez votre ouverture et écoutez les arguments de l'autre pour établir une ligne de conduite commune.

Lorsque vous ne savez plus comment agir, **n'hésitez pas à échanger avec différents parents**, à prendre conseil auprès de personnes sans parti pris ou à consulter des professionnels.

Source : <https://premiereresource.com/fr/article/41/partager-une-vision-commune-sur-leducation>



Visitez
iavenir.ca

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

**HEUREUX TEMPS
DES FÊTES!**

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.iavenir.ca

ia.ca

iAvenir.ca

* Cabinet de services financiers

ON S'INVESTIT, POUR VOUS.





Période de renouvellement du Supplément de revenu garanti

Marche à suivre

- D'ici le 5 janvier 2021, les prestataires doivent remplir, signer et nous envoyer le formulaire de renouvellement du Supplément de revenu garanti (ISP- 3026).
- À partir du 5 janvier 2021, les prestataires doivent compléter et retourner le formulaire de renouvellement de Supplément du revenu garanti (ISP-3026) et **téléphoner** au Centre d'appels du programme de la Sécurité de la vieillesse au **1-800-277-9915**, afin qu'un agent puisse prendre les revenus 2019 du prestataire par téléphone temporairement, en attendant la réception du formulaire de renouvellement du SRG. Le formulaire doit obligatoirement être retourné par la suite. Le numéro d'assurance sociale devra être fourni à l'agent du centre d'appels pour identifier le prestataire.

Une fois remplis, les formulaires peuvent être postés à Service Canada à
Service Canada
CP 1816 Succursale Terminus
Québec (Québec) G1K 7L5

ou déposés au Centre service Canada le plus près

<https://catalogue.servicecanada.gc.ca/content/EForms/fr/retournerleformulaire/isp.html>

Si vous avez des questions au sujet du SRG ou si de l'aide est nécessaire pour remplir le formulaire, veuillez contacter le Programme de la Sécurité de la vieillesse au 1-800-277-9915 ou consulter notre page Internet sur le Programme de la Sécurité de la vieillesse. Nos agents pourront répondre à vos questions.

Service
Canada



 **MARY KAY.**
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



RENCONTRES

Gaétane Godbout

L'exposition Rencontres s'articule autour du désir de rendre perceptible l'immatérialité de la rencontre avec l'autre. Elle regroupe des œuvres récentes qui explorent des souvenirs de certains moments vécus, parfois isolés, et surtout, très heureux. La trace de la rencontre émerge dans l'œuvre picturale grâce à l'accumulation, la superposition et la juxtaposition des éléments constitutifs de l'œuvre.

Visuel : *Pique-nique sur l'herbe*, acrylique sur toile, 2018 ©



Cette exposition sera présentée jusqu'au 10 janvier 2021.

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





Décorations et lumières des Fêtes: attention aux surcharges électriques!

Êtes-vous parmi ceux et celles qui ont succombé à l'appel hâtif des décorations et des lumières pour combattre l'ambiance morose de la pandémie?

La période des Fêtes approche à grand pas, et dans le contexte de cette année difficile où l'on passera plus de temps chacun chez soi, plusieurs personnes ont décidé de se tourner davantage vers les lumières et les décorations électriques pour égayer leur demeure. Bien que celles-ci contribuent à l'ambiance des Fêtes, **elles peuvent aussi présenter leur lot de risques, entre autres, d'incendie.**



Réduisez les risques en suivant ces conseils:

- Les jeux de lumières et autres décorations sont conçus **pour être utilisés à l'intérieur ou à l'extérieur**. Suivez les instructions sur l'emballage et ne dépassez pas la puissance recommandée (watts).
- Utilisez des lumières portant la marque d'un organisme de certification reconnu, par exemple CSA, cUL ou cETL.
- Ne branchez pas trop de jeux de lumières ou de décorations dans une même prise de courant. Les circuits surchargés peuvent surchauffer et provoquer un incendie.
- Éteignez les lumières et les décorations électriques avant d'aller au lit ou de quitter la maison.
- Avant d'acheter ou d'utiliser des lumières ou des décorations, consultez **les rappels et avis de sécurité sur le site Canadiens en santé** pour vous informer des derniers rappels : <https://www.canadiensensante.gc.ca/recall-alert-rappel-avis/index-fra.php>
- Avant d'acheter un **sapin naturel**, assurez-vous qu'il est frais (que les aiguilles ne s'arrachent pas facilement des branches). **Arrosez-le quotidiennement** une fois que vous l'aurez installé à l'intérieur et installez-le **loin des conduits de chauffage, des radiateurs, des poêles, des foyers et des chandelles allumées**.



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



Rôti de dinde aux canneberges

Ingrédients

- 290 g (2 $\frac{3}{4}$ tasses) de canneberges, fraîches ou surgelées
- 250 ml (1 tasse) de gelée de pommes
- 250 ml (1 tasse) de jus de canneberge
- 25 g (3 c. à soupe) de fécule de maïs
- 1 ml ($\frac{1}{4}$ c. à thé) de cinq-épices
- 1 rôti de poitrine de dinde d'environ 1,8 kg (4 lb), désossé, avec la peau et ficelé
- 30 ml (2 c. à soupe) de beurre
- 2 oignons, hachés finement



Préparation :

Étapes

1. Au robot culinaire, réduire en purée 210 g (2 tasses) des canneberges, la gelée de pommes, le jus de canneberge, la fécule et le cinq-épices. Passer au tamis. Réserver.
2. Dans une grande poêle à feu moyen-élevé, dorer le rôti de dinde dans le beurre. Saler et poivrer. Déposer dans la mijoteuse.
3. Dans la même poêle à feu moyen-élevé, dorer les oignons. Ajouter du beurre au besoin. Ajouter le mélange de canneberges. Porter à ébullition en remuant. Transvider dans la mijoteuse. Ajouter le reste des canneberges (80 g $\frac{3}{4}$ tasse).
4. Couvrir et cuire à basse température (*Low*) 4 heures. Rectifier l'assaisonnement.
5. Servir avec une purée de pommes de terre et un légume vert, si désiré.

- Nombre de personnes : 8 personnes
- Temps de préparation : 45 minutes

- Temps de cuisson: 4 heures
- Moyen à cuisiner

<https://www.ricardocuisine.com/recettes/7182-roti-de-dinde-aux-canneberges>

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

Sylvie Fleuriste

**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.

EBENISTERIE
R
N INC.



Tél. : 819 727-9661

gcloutier@ebenisteriarn.com
jmcloutier@ebenisteriarn.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 ebenisteriarn.ca



Bonjour à tous,

Combien de fois se sent-on visés personnellement sans raison?

Il est bien connu que la perception des choses est très différente selon chacun. Pour une seule situation, les points de vue varient énormément.

Lorsque l'on perçoit de façon personnelle toute parole ou tout fait et geste de l'entourage, on se construit un monde qui va régulièrement dans un sens complètement différent de l'autre, on finit par déformer totalement la réalité du moment. Cette tendance ne fait qu'aviver les blessures existantes au lieu de cheminer à travers elles en les transformant en expérimentations de la vie.

Qu'est-ce qui prédispose à une telle façon de faire?

En fait, tout est question de blessures internes, d'estime et de confiance en soi. Si on a une grande blessure de rejet ou de trahison, il se peut que, dans la majorité des groupes où l'on se retrouve, on rapporte à soi tout mot ou geste ayant une résonnance avec sa blessure.

Lorsque les personnes souffrent physiquement, psychologiquement ou émotionnellement, elles ont tendance à se renfermer totalement sur elles-mêmes. Et quand se présente quelqu'un qui, selon elles, ne comprend rien à ce qu'elles sont en train de vivre, toute émotion (colère, tristesse, appréhension) atteint son plus haut niveau. Elles redirigent alors le tout vers chaque individu qui ose vouloir entrer dans leur bulle de protection, et ce, même si celui-ci se veut bienveillant.

Dans mon métier d'infirmière, j'ai pu observer ces formes de projections à plusieurs reprises. En fonction du vécu, de la sensibilité et de la capacité de détachement, on peut réussir à rationaliser et à se dissocier de certaines situations qui peuvent sembler dirigées vers soi, sans réellement l'être. Quand on y parvient, les relations restent saines et les interactions sont plus appropriées à la situation.

Comment faire pour se détacher de ces perceptions quelque peu déstabilisantes?

- Se mettre en position de recul pour observer la situation *d'un autre point de vue;
- Oser expliquer, en toute honnêteté, comment on se sent avec les paroles dites ou les gestes posés;
- Nommer seulement les faits, sans jugement, pour recadrer ce qui est en train de se passer;
- Si ce sont réellement des reproches, les accueillir en *neutralité pour pouvoir transformer en critique constructive, apprenant à reconnaître ses faiblesses sans culpabilité;
- Se mettre à la place de l'autre, regarder à travers ses yeux, peut aider grandement à le comprendre.

Bonne réceptivité en toute neutralité!

Carole Laurendeau,
Accompagnatrice holistique.

**d'un autre point de vue: YouTube, 32.Carole Laurendeau, Sous quel angle voyez-vous les choses?*

**neutralité : YouTube, 10.Carole Laurendeau, Tout en neutralité.*

Autre lien intéressant : YouTube, "Ne pas prendre les choses personnellement" – Le 2è accord tolèque expliqué - Gabin Bellet (autant pour sensation de reproches que de compliments)



CAROLE LAURENDEAU

ACCOMPAGNATRICE HOLISTIQUE

11, Rue du Lac
St-Marc de Figuiery

819-732-7958

laurendeau.carole@gmail.com

Site web: carolelaurendeau.com

Facebook / YouTube

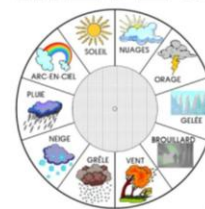
Sur rendez-vous seulement.



CHRONIQUE MÉTÉO



MÉTÉO



Au moment d'écrire ces lignes (le 6 décembre), les prévisions de la température sont d'un peu plus de 60% au-dessus des normales pour fin décembre et pour le mois de janvier; c'est du moins ce que prévoit Environnement Canada! Rappelons que pour les 2 dernières années les températures maximum étaient en moyenne de -10 le jour et le minimum était de -22 la nuit pour le mois janvier. Pour ce qui des précipitations elles seront en prévision légèrement au-dessus des normales qui ont été pour les 2 années précédentes de 42 cm de neige en moyenne!

On sort nos parkas et nos pelles!

**Serge Larouche,
Chroniqueur**



CHRONIQUE ÉPHÉMÉRIDES



Voici une nouvelle petite chronique qui je l'espère saura vous plaire ou du moins piqué votre curiosité. Qu'est-ce qu'un éphéméride, un éphéméride indique les événements arrivés le même jour de l'année, à différentes époques. Bonne lecture.

Éphémérides



- 21 déc. 1913 Dans le journal New-York World première parution d'une grille de mots-croisés.
- 22 déc. 1882 Edward Johnson, un employé de Thomas Edison, est le premier à illuminer son sapin avec des lumières.
- 23 déc. 1957 La chanson Jingle Bell Rock chanté pour la première fois.
- 24 déc. 1985 Pour les amateurs de lutte, Décès de Camille Tourville alias Tarzan 'la bottine' Tyler.
- 25 déc. C'est la fête solennelle de la naissance de Jésus-Christ, la Noël, qui est célébrée le 25 décembre dans toutes les Églises chrétiennes depuis le IV^e siècle. Cette date était alors celle de la fête païenne du solstice d'hiver appelée "Naissance (en latin, Natale) du soleil". À Rome, l'Église a adopté cette coutume fort populaire en lui donnant un sens nouveau : celui du Natale (origine du mot français Noël) du Sauveur, que la Bible désigne comme le "Soleil de justice" et la "Lumière du monde". La fête de Noël n'est donc pas, à proprement parler, l'anniversaire de la naissance de Jésus, dont on ignore la date, mais la célébration du Seigneur venant dans le monde. Avec les siècles, Noël est devenu le jour de la naissance de Jésus et la fête chrétienne la plus populaire.
- 26 déc. 1982 L'homme de l'année: un ordinateur. Un ordinateur est honoré pour avoir la plus grande influence sur "le bien ou le mal à venir". Il est bien vrai qu'on ne s'en passerait plus.
- 27 déc. 1982 La distribution originale de la pièce 'BROUE' joue au centre culturel d'East Vancouver pour la première fois en anglais à l'extérieur du Québec.
- 28 déc. 1849 Le principe du nettoyage à sec est découvert par hasard, alors qu'une lampe contenant de l'huile et de la térébenthine est renversée par accident sur un vêtement.
- 29 déc. 1967 Au Canada, le parlement abolit la peine de mort sauf pour le meurtre d'un policier et d'un gardien de prison. Ceci pour un essai de cinq années.
- 30 déc. 1981 Wayne Gretzky bat le record de 50 buts en 50 parties établi par Maurice Richard. Il en marque cinq dans une victoire de 7-5 des Oilers d'Edmonton sur les Flyers de Philadelphie pour porter son total à 50 en 39 matchs. Ça va être dur à battre!
- 31 déc. 1968 Pour la première fois de l'histoire, Radio-Canada présente une revue de fin d'année intitulée «Bye bye».
- 1 jan. 1991 Entrée en vigueur au Canada de la taxe sur les produits et services; ça commençait bien l'année!!!
- 2 jan. 2001 José Théodore devient le premier gardien du Canadien de Montréal et le sixième dans l'histoire de la Ligue nationale de hockey à marquer un but.

- 3 jan. 1931 Nels Stewart des Maroons de Montréal marque deux buts en quatre secondes contre les Bruins de Boston. Ce record de la Ligue nationale de hockey sera égalé en 1995 par Deron Quint des Jets de Winnipeg.
- 4 jan. 1891 Décès de Mgr Antoine Labelle, 57 ans. (Curé Labelle dit 'Le roi du Nord')
- 5 jan. 1910 Le Canadien de Montréal dispute le tout premier match de son histoire devant 5 000 spectateurs, à l'aréna Jubilee de la rue Ste-Catherine, et défait le Cobalt 7-6 en prolongation.
- 6 jan. 1998 Le matin du 6 janvier 1998, début de la crise du verglas!
- 7 jan. 1927 La première conversation téléphonique outre-mer a lieu entre W.S. Gifford, président de l'American Telephone and Telegraph de New York (AT&T), et sir Evelyn P. Murphy, secrétaire d'État aux Postes du gouvernement britannique à Londres.
- 8 jan. 1991 L'affrontement attendu depuis plusieurs semaines survient à Kahnawake entre les Mohawks et les forces de l'ordre.
- 9 jan. 1935 Naissance de Bob Denver... qui est-il.... Gilligan! De la série télévisée 'l'île de Gilligan'.
- 10 jan. 1863 Le premier métro au monde s'ouvre à Londres.
- 11 jan. 1922 Un Canadien de 14 ans, Leonard Thompson, est le premier diabétique traité avec succès par l'insuline.
- 12 jan. 1930 Naissance de Tim Horton, joueur de hockey des Maples Leafs de Toronto né à Cochrane en Ontario. Fondateur de la célèbre chaîne de restaurant du même nom.
- 13 jan. 1853 Un brevet est accordé à Anthony Faas de Philadelphie pour un accordéon.
- 14 jan. 1914 Inauguration de la première chaîne de montage chez Ford.
- 15 jan. 1841 Naissance du baron Stanley of Preston qui sera le sixième gouverneur général du Canada de 1888 à 1893 et qui fera don de la Coupe Stanley à la Ligue nationale de Hockey.
- 16 jan. 1953 La Corvette de Chevrolet est présentée en grande première lors d'une exposition tenue au Waldorf-Astoria à New York.
- 17 jan. 1871 Conception du premier tramway dans les rues de San Francisco. À quand celui de Québec?
- 18 jan. 1778 Le navigateur anglais James Cook fait la découverte des îles Hawaï qu'il nomme "les îles Sandwich"(Il devait avoir faim cette journée-là).
- 19 jan. 1955 Le jeu de "Scrabble" version française est mis en vente pour la première fois.
- 20 jan. 1892 Le docteur James Naismith, né le 6 novembre 1861 à Almonte, Ontario professeur canadien en médecine et enseignant à "l'International Young Men's Association Training School" à Springfield Massachusetts, invente un jeu dans lequel il faut mettre un ballon dans un panier. C'est la naissance du Basket-ball.

Serge Larouche, chroniqueur



CHRONIQUE TOUCHE À TOUT

Le sapin de Noël



Grand, beau et vert! Le sapin de Noël est considéré comme l'un des plus majestueux symboles incontournables du temps des Fêtes où tout un chacun y dépose des cadeaux pour la joie des petits et des grands. Quelle est donc l'origine de l'arbre de Noël? Petit retour en arrière pour comprendre d'où provient cette verte tradition.

Origine du sapin de Noël

Un ancien rite païen voulait qu'on honore un arbre, autour de la date du solstice d'hiver, car ce dernier symbolise la vie. On célébrait ainsi la renaissance du Soleil.



Au XI^e siècle, on décorait déjà des arbres qu'on garnissait de pommes rouges et on disait qu'il faisait référence à l'arbre du paradis. Ensuite, c'est en Allemagne que la coutume a véritablement pris naissance. Vers 1520, on décorait les arbres avec des confiseries, des pommes et même des petits gâteaux et on plaçait déjà, à cette époque, une étoile au sommet pour rappeler celle de Bethléem.

Au XVII^e siècle, l'illumination des sapins débute. Les moyens entrepris sont plus complexes que d'y installer des guirlandes lumineuses comme aujourd'hui. On remplit des coquilles de noix d'huile dans lesquelles on dépose, à la surface, une mèche qu'on allume. Certains garnissent l'arbre de petites chandelles attachées sur les branches. Évidemment, ce n'était pas très sécuritaire...

Vers 1871, des immigrants provenant d'Alsace-Lorraine, quittant leur province allemande, viennent s'établir en France et y introduisent la coutume un peu partout au pays. Au même moment, la tradition est aussi intégrée en Grande-Bretagne, puis aux États-Unis et au Canada.

Le sapin de Noël, ici, aujourd'hui

La tradition de l'arbre de Noël est bien installée chez nous. Certains optent pour un arbre naturel, au parfum chargé de souvenirs, d'autres préfèrent la version artificielle qui nécessite moins d'entretien et comporte moins de risque d'incendie. Tout reste une question de choix et de valeurs! Mais dans la majorité des foyers, à l'approche des Fêtes, on décore un arbre de Noël. Encore aujourd'hui, il symbolise le renouveau de la vie, car le sapin persiste et garde sa verdure même au temps froid de l'hiver.

Les sapins de Noël sont dorénavant une partie importante de l'économie du pays durant le temps des Fêtes. Selon le MAPAQ (ministère de l'Agriculture, Pêche et Alimentation du Québec), chaque année, ce sont près de 2 400 000 arbres de Noël qui sont vendus et dont la majorité est destinée au marché de l'extérieur du Québec. En effet, c'est notre province qui produit et qui vend le plus grand nombre d'arbres de Noël et la plupart proviennent des régions de l'Estrie et de la Chaudière-Appalaches. Pour l'industrie, cela représente des revenus de près de 44 millions de dollars.

On retrouve différentes variétés de sapins, mais c'est le sapin baumier qui s'avère le plus parfumé. Et il existe autant de façons de les décorer qu'ils existent de façons de penser! À vous de créer le sapin de Noël de vos rêves!

♪♪ Mon beau sapin, roi des forêts... ♪♪

Serge Larouche, Chroniqueur

RÉSIDENTIEL - COMMERCIAL - INDUSTRIEL
FONDATIONS
RMG



COFFRAGE :

- DALLES
- SOLAGES
- TROTTOIRS
- BORDURES, ETC.

LESTER P. MCNEIL
PRÉSIDENT

TÉL. : 819 727-1157
COURRIEL : info@fondationsrmg.com



SECTION DES NOUVELLES

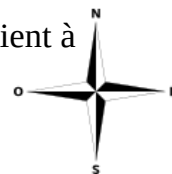
TRAJET MULTI-USAGE CHEMIN DES CHAROLAIS - UN ÉPISODE D'HISTOIRE CAMPAGNE DE SOLLICITATION



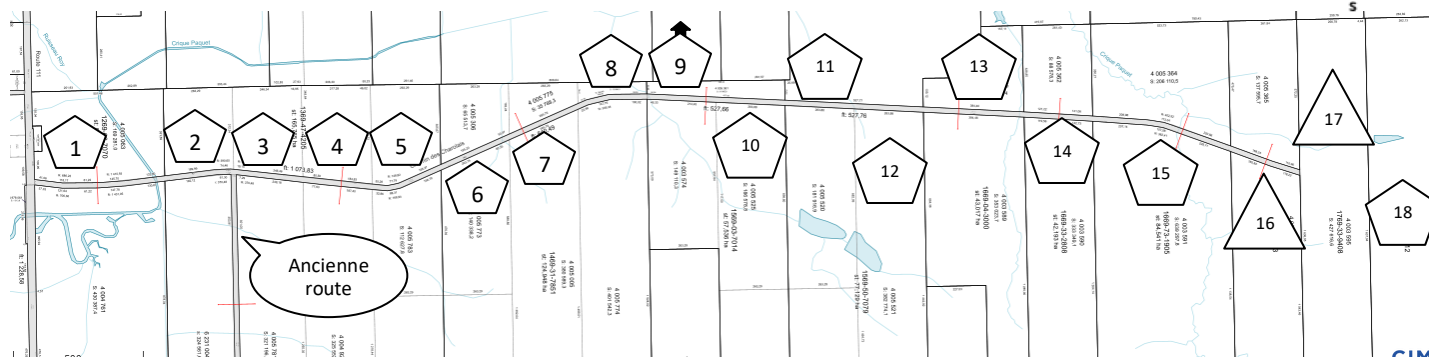
Bonjour,

Voici un autre épisode d'histoire du passage des résidents du chemin des Charolais. À l'aide du plan du chemin Chemin des Charolais, nous vous énumérons les Familles qui ont habité dans ce rang avant les années 1970 et les propriétaires d'aujourd'hui. Seulement les maisons 1, 2 et 6 sont encore existantes et habitées.

Ces emplacements ont été identifiés selon les souvenirs de Monsieur Michel Drapeau. Il tient à mentionner que cela n'est pas d'une grande précision, mais que ça donne un aperçu.



CHEMIN DES CHAROLAIS (RANG 2 EST) :



LÉGENDE : Résidence : École de rang : Lot :

Nom des propriétaires avant 1970	Nom des propriétaires aujourd'hui
1- Joseph Sheehy – Raymond Sheehy	Germain Dallaire et Céline Auger
2- Ena McNeil	Réjean McNeil
3- Famille Rosaire Leclerc	Réjean McNeil
4- Joseph et Gaston McNeil	Réjean McNeil
5- Noël McNeil	Réjean McNeil
6- Ambroise Sénior Drapeau – Roland et Gérard Drapeau	Sylvain Soumis & Raymond Blais
7- Thomas Louis Gagnon vendu à Ambroise Drapeau Junior	Sylvain Soumis & Raymond
8- Joseph Vandal	Sylvain Soumis & Raymond
9- École de Rang	Michel G. Drapeau
10- Famille Pierre Lacasse	Michel G. Drapeau
11- Famille Arthur Paquette	Marc Allard
12- Famille Brochu	Marc Allard
13- Famille Adélarde Veilleux	Patrick Legault
14- Famille St-Onge	Jean Cloutier
15- Iréné Grondin	Denis Bilodeau
16- Inconnu	Gilbert Sheehy
17- Inconnu	Ferme R.C. Lantagne SENC
18- Famille Rosaire Pouliot	Benoît Marchand

UNE EMPREINTE DE L'HISTOIRE DE NOTRE COMMUNAUTÉ

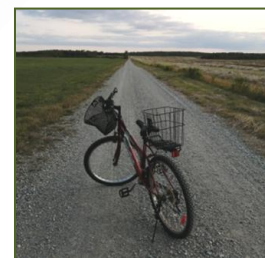
Ces informations historiques permettront de constituer un panneau historique qui fera partie du circuit historique du territoire Saint-Marcois. Si vous avez des informations supplémentaires à nous mentionner, n'hésitez pas à contacter Madame Jocelyne Bilodeau, agente de développement au 819-732-8601. Nous remercions sincèrement la collaboration de Monsieur Michel Drapeau pour son apport à ce projet.

Le mois prochain vous en apprendrez plus sur l'histoire du Chemin des Coteaux et le Crique Paquet.

CAMPAGNE DE SOLLICITATION À PETITS PAS, MAIS SÛREMENT !

[illegible]

La sollicitation se poursuit! Merci aux contributeurs qui ont souscrit jusqu'à maintenant. Nous poursuivons la collecte de fonds. Vous désirez être de ceux qui supportent nos actions en donnant un don. Peu importe la somme de votre contribution, elle sera grandement appréciée.



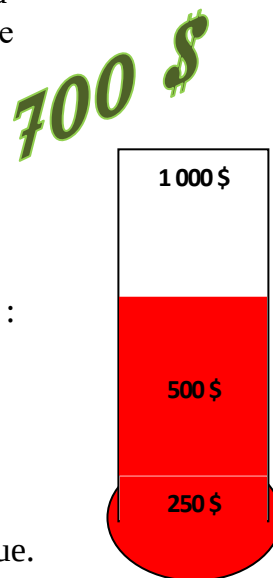
Votre contribution financière vous permettra de recevoir un reçu aux fins d'impôt. **Faire un chèque au nom de la Municipalité de Saint-Marc-de-Figuery** avec la mention «Projet recouvrement des sentiers multi-usages» et l'expédier à l'adresse suivante :

Comité de gestion du trajet multi-usage et espace vert
10, avenue Michaud, Saint-Marc-de-Figuery, Québec, J0Y 1J0

Vous avez des questions, vous pouvez communiquer l'un des membres du Comité de gestion du trajet multi-usage et espace vert ou l'agente de développement :

Yoland Roy : 819-732-3088
Donald Lemire : 819-444-8711
Marie-Andrée Marcotte : 819-727-6724
Jocelyne Bilodeau : 819-732-8601, AD

**MERCI À L'AVANCE
DE VOTRE AIDE!**



Soyez parmi les lecteurs du mois prochain et découvrez un autre épisode historique.



Raymond Chabot
Grant Thornton

L'instinct de la croissance^M



**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

Associée
Service de fiscalité

Comptables professionnels agréés
Membre de Grant Thornton International Ltd



DU CONCOURS LITTÉRAIRE

Voici les contes des 5 participants du Concours littéraire :

Un Noël presque raté

À chaque Noël, on reçoit plein de cadeaux. Ce Noël n'était pas comme les autres. Un matin, le père Noël voulait préparer les cadeaux, mais les rennes s'étaient tous échappés. Le père Noël n'était pas très content. Il ne pouvait plus distribuer les cadeaux aux petits enfants. C'était l'enfer, un moment dans la journée le père Noël a eu une idée. La meilleure idée de tous les temps. Il va faire apparaître de nouveaux rennes. Comme ça il pourra aller distribuer les cadeaux.



Nathan Hardy, 10 ans, 5^e année

Le soir du 24 décembre, Julien se promenait dehors sur le chemin des Violettes. Il est grand avec de gros yeux bruns. Julien a de beaux cheveux roux. Il est extrêmement courageux et fiable. Tout à coup, en marchant il voit le traîneau du père Noël atterrir sur la neige. Puisqu'il est courageux, il va voir ce qui se passe. Il remarque le père Noël ! Il se pince pour être certain qu'il ne rêve pas. Le père Noël lui explique que son traîneau c'est brisé et il a besoin d'aide. Julien accepte volontiers, c'est son rêve d'enfance. Julien et le père Noël livrent les cadeaux aux enfants du monde entier. Ensuite, le père Noël lui donna un cadeau qu'il ne pourra jamais oublier, une figurine de lui et de mère Noël. Finalement, pour le reste de sa vie il se souviendra du soir où il a aidé le père Noël.

Olivier Plante, 9 ans



Le soir du 24 décembre, Jonathan aide le père Noël à distribuer les cadeaux. En prenant un cadeau dans le traîneau, le père Noël lui dit;

— Le cadeau vert est pour le petit garçon des Wilson, pourras-tu aller lui porter ?

— D'accord avec plaisir, dit Jonathan avec le cadeau dans ses mains.

Ce jeune homme de 15 ans sourit au Père Noël et marche jusqu'à la maison des Wilson, ensuite, il rentre dans la cheminée. Une fois dans la maison malheureusement le petit garçon est réveillé. Le regard du petit garçon passe du cadeau à Jonathan. Ces deux garçons se regardent les yeux grands ouverts, avec la bouche à moitié ouverte. Jonathan décide de briser la glace :

— Bonjour. Théo, dit Jonathan en vérifiant le nom sur le cadeau qu'il tient.

— Bonjour, dit le petit garçon timidement, aides-tu le père Noël ? Continue-t-il

— Oui, dit Jonathan, veux-tu venir le voir ?

— OUI !!!, répond-il très heureux.

Ces deux garçons vont voir le père Noël. Ce dernier regarde Jonathan avec interrogation. Jonathan lui répond avec un joli sourire. Théo pose plein de questions au père Noël, ce dernier lui répond avec plaisir. Après une dizaine de minutes, le père Noël doit interrompre sa conversation avec celui-ci. Le grand garçon ramène Théo chez lui et va le coucher. Quand il s'est endormi, Jonathan pose sa main sur le front du jeune homme et ferme les yeux. Après quelques secondes, Jonathan ouvre ses yeux il est à moitié triste, moitié content, puisque le petit garçon ne se souviendra de rien à cause de ses pouvoirs magiques. Finalement, il retourne voir le père Noël et continue de distribuer les cadeaux.



Juliette Plante, 12 ans

Le père Noël a perdu son manteau rouge, les lutins ont caché son manteau dans la maison des rennes. Il va donner des pommes aux rennes et trouve son manteau sur le nez du renne au nez rouge.

Émily Grignon, 6 ans, 1^{re} année





Une nuit magique



Je suis né par un bel après-midi d'hiver. La jolie poudre duveteuse blanche tombait dru. C'était magnifique! Tel un conte de fées, je devins la personne la plus heureuse de la terre et aimée par une famille merveilleuse. Chaque nuit, j'étais impatient à l'idée d'une nouvelle bataille de boule de neige, de nouveaux chants d'hiver et de nouvelles situations loufoques qui nous faisaient rire aux éclats. L'autre jour, Maria, ma « grande sœur » m'a cassé un bras par accident. Maria ainsi que son frère, Roberto, ont voulu m'aider le plus vite possible. Grâce à eux, en quelques heures seulement, mon bras n'était plus cassé et encore plus beau qu'avant! J'adore ces enfants! Ils jouent toujours avec moi et, grâce à eux, je suis toujours heureux. J'ai vu Maria, en un mois, prendre de l'assurance et avoir plus confiance en elle. Elle me raconte tous ses problèmes et il y en a beaucoup quand on a sept ans. Maria c'est ma meilleure amie. Cette nuit, c'est la nuit de Noël et j'espère qu'elle aura de super cadeaux. Mais... je ne sais pas si je vais pouvoir les voir... Cette nuit, il fait tellement chaud que j'ai commencé à fondre. Au moins, j'ai pu passer un mois avec elle. Lorsque ma tête était sur le point de tomber, car j'avais trop fondu, j'entendis des clochettes. C'est le traîneau du père Noël. Le père Noël descend dans la cheminée de la maison de Maria. Puis en ressort. Avant de repartir, il vient se poser près de moi. Il s'approche et me fait un clin d'œil. 'Ne t'inquiète pas, me dit-il, j'ai un cadeau pour toi aussi. Tu as beaucoup aidé Maria et tu as été sage, monsieur le bonhomme de neige. 'Sur ces mots, il se met à neiger très fort. Je n'ai pas fondu avant le mois de mars. Depuis ce jour, chaque hiver lorsqu'une même famille fait un bonhomme de neige, l'esprit de leur bonhomme revient chaque hiver. J'ai ainsi pu voir grandir ma Maria! Joyeux Noël à tous !!!



Myriam Grignon, secondaire 5

Sébastien Lemire - Député d'Abitibi-Témiscamingue

**En toutes circonstances,
je suis là pour vous!**



Contactez-nous pour connaître
les mesures de soutien
qui sont offertes pour vous.

- Travailleurs
- Travailleurs autonomes
- Entreprises
- Organismes



www.lemire.info
1 800 567-6433



**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

SECTION DES NOUVELLES

ACCUEIL DES NOUVEAUX NÉS SAINT-MARCOIS



Voici nos nouveaux résidents Saint-Marcois accueillis au cours des dernières semaines.

Il est impossible de passer sous silence que cet accueil spécial est rendu possible grâce à la participation de partenaires. Lors de la visite officialisant l'accueil par l'instance municipale, il y a une remise d'un sac cadeau qui contenait un certificat cadeau d'une valeur de vingt dollars de chez la Pharmacie Jean-Jacques Trépanier, Sylvie Laliberté et Martine Gravel Inc., un lampion de cire d'abeille de la Miellerie la Grande Ourse, un pince-suce fabriqué par la Saint-Marcoise Madame Johanne Savard, un certificat cadeau d'une valeur de quinze dollars à la Boutique Isabelle et Coccinelle et une bavette confectionnée bénévolement par Madame Rose Dupuis. Merci à vous tous fidèles partenaires.

Aujourd'hui, nous vous présentons trois couples qui ont accueilli un nouveau membre à leur famille au cours des derniers mois.



Un duo qui a une histoire spéciale!

Elles sont sœurs, elles ont accueilli ces petits trésors à 39 jours de délai entre les deux.

Nous vous présentons ce duo de cousins en compagnie de leurs parents.

Mathieu Bernier et Marie-Ève Gagnon-Nolet avec Éthan, né le 12 novembre 2020.

Karl Steppan et Lydia Gagnon-Nolet avec Novan né le 5 octobre 2020

En compagnie des toutous de compagnie des familles.

FÉLICITATIONS!



*Claudia Larochelle et Jean-François Cyr ont ajouté un membre à leur Famille,
Mercedes a maintenant un petit frère.
Ils ont accueilli Charles le 25 octobre dernier.*

FÉLICITATIONS!



**LOCATION
AMOS**

«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

COLLECTE DE BOUTEILLES

Saint-Marcois et Saint-Marcoises,

Les membres du comité du 100^e vous informe que les propriétaires de notre dépanneur C.D. Boutin nous offrent la **chance et la possibilité de vous libérer régulièrement** de l'embarras de vos bouteilles en leur apportant **comme et quand** bon vous semble. L'avantage en cette période des Fêtes de fin d'année, plus d'accumulation de bouteilles et de cannettes pour vous.



Il suffit d'informer le personnel en place que vous désirez donner l'argent au Comité du 100^e.



Plus la collecte sera abondante, plus nous pourrons organiser des activités dans le cadre des Festivités du 100^e à la hauteur de vos attentes et ainsi vous créer de bons souvenirs. Nous tenons à vous exprimer notre reconnaissance pour votre collaboration.



Merci à l'avance de votre générosité.

Yvon Lantagne, président

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
C. : 819 442-0075
1 800 567-1596, 232
F. : 1 888 781-7415
steve.labbé@agc.ia.ca
ia.ca

ON S'INVESTIT, POUR VOUS



SECTION DES NOUVELLES



L'ÉVEIL CAMPAGNARD DE SAINT-MARC-DE-FIGUERY 20 ans bien sonnés! 240^e édition

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

Des mercis aux membres d'organismes et propriétaires d'entreprises de votre participation financière par l'achat d'espaces publicitaires.

Le Journal l'Éveil Campagnard de Saint-de-Figuery c'est l'outil qui permet de laisser une empreinte historique de notre communauté.

Je vous partageant quelques commentaires que j'ai reçus sur l'appréciation de notre journal local.

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

Merci pour les nouvelles municipales mensuelles. Notre coup de coeur: les photos de famille avec les nouveaux bébés St-Marcois!

C'est si agréable de voir les familles s'agrandir... et constater qu'année après année, les classes de l'école sont remplies de petits!

On ne chôme pas, à St-Marc!

Continue ton beau travail Jocelyne!

Dominique Vachon, citoyenne

Native du village de St-Marc de Figuery, j'ai toujours un grand plaisir à lire le journal l'Éveil Campagnard et de me tenir au courant de ce qui se passe au village de mon enfance. Vous faites du bon travail.

Lynda Nolet,
Ste-Gertrude-Manneville

Malgré la COVID, il est important de garder contact et demeurer confiant...

Joyeuses fêtes et surtout santé à vous tous...

Denyse Tremblay
Conseillère - District 6
Conseil municipal Ville de Granby

Bonjour. Je tiens à féliciter et remercier l'auteur de ce merveilleux petit journal, que je m'empresse de le dégusté à sa sortie. Un gros bravo!

Merci

Frankie Girard,
Citoyenne

Le journal municipal joue un rôle très important pour la municipalité, il contribue au développement social, culturel et économique. Il est parfois le seul lien qui unit certains citoyens à la vie participative du village, il permet de faire la mise en valeur des bons coups de nos citoyens, il permet de faire la promotion d'activité ou d'entreprise de notre secteur. Notre journal comporte certains articles créés par des citoyens de chez nous, ceux-ci permettent à nos citoyens d'en apprendre un peu plus à la lecture de notre journal.

Jean-Michel Cloutier,
propriétaire d'Ébénisterie R.N. Inc.

Bonsoir,

Je ne suis pas de votre coin de pays, mais j'apprécie bien d'avoir de vos nouvelles. Pour moi, j'apprécie de voir la famille de mon cousin Jocelyn qui s'implique dans diverses activités très colorées de la municipalité. Je peux dire que les gens de chez vous sont très bienveillants les uns envers les autres. Je crois que je me sentirais très bien chez vous. Longue vie à la municipalité, au journal l'Éveil Campagnard et aux gens qui y habitent.

Salutations.
Lise La Rue et Jacques Bérubé,
Baie-Comeau, Côte-Nord

Je reconnais le beau travail qui est fait pour nous porter les nouvelles des citoyens, les naissances, ainsi que les activités communautaires. J'apprécie la partie pastorale et municipale. Merci de faire ressortir les réalisations de chaque personne de notre municipalité, et ce sans discrimination.

Bravo pour celles qui soutiennent ce projet depuis 20 ans!

Marielle Roy,
Citoyenne



SECTION DES COMMUNIQUÉS

C.D. Boutin

Heures d'ouvertures pour le temps des Fêtes



<i>Jeudi le 24 décembre 2020 :</i>	<i>7 h 00 à 20 h 00</i>
<i>Vendredi le 25 décembre 2020 :</i>	<i>11 h 00 à 17 h 00</i>
<i>Samedi le 26 décembre 2020 :</i>	<i>8 h 30 à 22 h 00</i>
<i>Dimanche le 27 décembre 2020 :</i>	<i>8 h 30 à 20 h 00</i>
<i>Lundi le 28 décembre 2020 :</i>	<i>7 h 00 à 21 h 00</i>
<i>Mardi le 29 décembre 2020 :</i>	<i>7 h 00 à 21 h 00</i>
<i>Mercredi 30 décembre 2020 :</i>	<i>7 h 00 à 21 h 00</i>
<i>Jeudi 31 décembre 2020 :</i>	<i>7 h 00 à 20 h 00</i>
<i>Vendredi 1^{er} janvier 2021 :</i>	<i>11 h 00 à 17 h 00</i>
<i>Samedi 2 janvier 2021 :</i>	<i>8 h 30 à 22 h 00</i>

Joyeux Noël

Bonne et Heureuse Année

*Merci aux personnes qui nous ont encouragés
tout au long de l'année.*



**BESOIN D'UN
PUITS ARTÉSIEN
pour votre résidence?**

**NOUS SOMMES
LA RÉFÉRENCE!**

Puitbec GROUPE

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

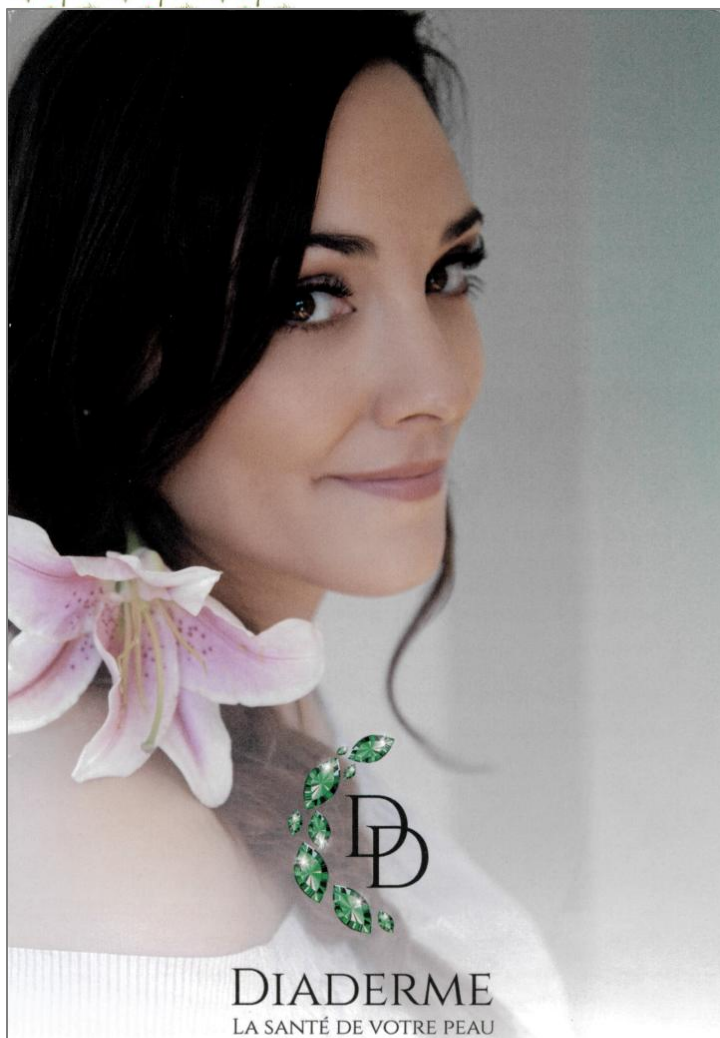


**PARTOUT
EN
RÉGION**

- ▶ 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



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. Dédies 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

Société Alzheimer

ABITIBI-TÉMISCAMINGUE

Secteur MRC d'Abitibi



Outil de communication : la Méthode des 4 Questions

« Lorsqu'on est proche aidant d'une personne vivant avec un trouble neurocognitif, il peut être difficile de comprendre ses comportements. C'est pourquoi il existe cette méthode permettant de cerner dans quelles conditions les comportements dits étranges ou inopportuns se présentent »

Il est très rare qu'un comportement n'ait pas de cause, il peut toutefois être complexe à déterminer. La clé réside donc dans l'observation.

Voici les questions à se poser :

1. Que fait la personne, quels sont ses gestes et ses paroles?
Mimiques, regards, sourire, sourcils froncés, démarche, trajet, gestes, mots utilisés, nervosité, tristesse, joie...
2. Dans quelles circonstances la personne fait-elle ces gestes et dit-elle ces paroles? À quel moment de la journée? Est-ce inhabituel?
Facteurs d'ordre physique? (constipation, douleur, vêtements trop serrés, soif, faim)
Facteurs environnementaux? (température, bruit, ton de voix, rires bruyants, trop de visiteurs, inconfortable après repas, sortie ou à son lever, cherche quelque chose)
Facteurs provenant de l'attitude de l'accompagnateur? (forcée à faire une activité, on parle devant elle comme si elle n'était pas là, tirée par le bras pour qu'elle avance plus vite, sent notre impatience, notre inquiétude, notre peur)
3. Ses gestes ou paroles ont-ils des conséquences? Si non, on peut simplement les ignorer. Si oui : lesquelles? pour qui? Y a-t-il du danger? est-ce réellement inopportun ou est-ce que cela fait simplement nous agacer?
4. Qu'est-ce qui se passe quand tout va bien? Qu'est-ce qui est différent? Quels sont les éléments qui semblent apaiser la personne, la rendre heureuse?
Apprécie-t-elle une activité en particulier? L'idéal est de tenter de reproduire ces circonstances le plus souvent possible. Cependant, ce qui fonctionne avec la personne aujourd'hui peut ne plus fonctionner demain ou dans une semaine. Il est donc important de bien observer l'évolution de la maladie.

Marielle Rioux, intervenante sociale

Société Alzheimer Abitibi / Témiscamingue- secteur MRC d'Abitibi

819 727-1221



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



& ASSOCIÉS
9141-1736 Québec inc.

GROUPE

PAIR

France Savoie

Consultante en RH
fsavoie@groupeorpair.com

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

www.groupeorpair.com





**Joyeux Temps des Fêtes
avec vos proches!**

TEM
ENTREPRENEUR GÉNÉRAL

**PASSION.
RÉSULTATS.
FIERTÉ.**

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
Transport de vrac

Égout - Aqueduc
Travaux miniers

Excavation
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

SECTION DES COMMUNIQUÉS

CONSIGNES POUR LES SERVICES INFIRMIERS

Prélèvements sanguins

Deux choix s'offrent à vous :

- 1- **Reprise du service au local de santé de Saint-Marc-de-Figuery, 10, avenue Michaud.**
Voir page suivante pour les mesures à suivre et les dates des prochains mois.

Ou

- 2- Vous devez prendre rendez-vous au centre de prélèvement de l'Hôpital d'Amos :
Par internet sur le site Clic Santé ou Par téléphone au 819-732-0165
Si nous avons déjà votre requête, elle sera envoyée au laboratoire. Vous devez tout de même prendre rendez-vous.

Services de santé courants

Depuis vendredi 13 novembre, vous devez prendre rendez-vous avec le Centre de services ambulatoires de l'Hôpital d'Amos :

Par téléphone au 819-732-3341, poste 2649

Les services sont disponibles du lundi au dimanche, incluant les jours fériés, de 8 h à 16 h.

Usagers diabétiques sans médecin de famille

Pour rencontre une nutritionniste, vous devez prendre rendez-vous :

En personne au CLSC d'Amos ou Par téléphone au 819-732-3271, poste 4302

Les services au CLSC d'Amos sont disponibles du lundi au vendredi de 8 h à 16 h 30.



Vous êtes inquiet pour votre santé?
Composez le 811

Centre intégré
de santé et de services
sociaux de l'Abitibi-
Témiscamingue

Québec



Domaine Opasatica
Centre de villégiature
(819) 763-8161
www.opasatica.com
info@opasatica.com



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

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

Horaire | Janvier Février Mars 2021

Local de santé – St-Marc-de-Figuery

INFIRMIÈRE : Martine Lanoix

Jeudi, 14 janvier : Prise de sang
(Seulement)

Jeudi, 11 février : Prise de sang
(Seulement)

Jeudi, 11 mars : Prise de sang
(Seulement)

**Reprise du service
◀ de prise de sang
au local de santé!**

Sur rendez-vous seulement au 732-3271, poste 4202

POUR TOUT AUTRE SOINS EN SANTÉ COURANTE

Communiquer avec le Centre de services ambulatoires de l'Hôpital d'Amos:

Par téléphone: 819 732-3341 poste 2649

Les services sont disponibles du lundi au dimanche, incluant les jours fériés, de 8 h à 16 h.

LOCAL DE SANTÉ DE ST-MARC

10, avenue Michaud

Téléphone : 732-8601

**Centre intégré
de santé et de services
sociaux de l'Abitibi-
Témiscamingue**

Québec 

CONTACT AVEC L'ÉTAT

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
Me Alexandra Bolduc



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 quatorze (14) notaires à votre service



BUREAU DE PUBLICITÉ DES DROITS

Saviez-vous que seul le propriétaire qui détient un titre de propriété enregistré ou inscrit au Registre foncier du Québec voit son droit protégé? Effectivement, afin d'officialiser le titre de « propriétaire » de l'acheteur, tout acte de vente doit être déposé au bureau de la publicité des droits de la circonscription foncière. Ainsi, toute transaction immobilière devient publique par son inscription dans le registre foncier. Le notaire est le spécialiste québécois des inscriptions immobilières au bureau de la publicité des droits.

Pour plus d'information sur le sujet, veuillez-vous adresser à un conseiller juridique du réseau PME INTER Notaires ABITIBI inc.



ÉQUIPEMENT AMOS LTD

SINCE 1961



JOYEUX
Noël

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

René Trudel
président



CAT



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



Décembre 2020 - Janvier 2021

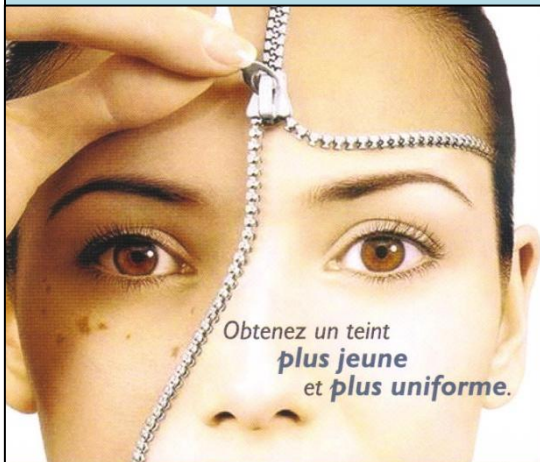


Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
21  <i>Sortie du journal</i> Services municipaux fermés	22 Services municipaux fermés	23 Services municipaux fermés	24  Tournée du Père Noël chez les Familles inscrites  Messe de Noël 20 h 30 Services municipaux fermés	25  <i>Joyeux Noël</i> Services municipaux fermés	26 Services municipaux fermés	27  Messe 9 h 30
28  Services municipaux fermés	29 Services municipaux fermés	30 Services municipaux fermés	31 Services municipaux fermés	1  <i>Bonne Année!</i> Messe du Jour de l'An 9 h Services municipaux fermés	2 Services municipaux fermés	3  Messe 9 h 30
4  Services municipaux de 8 h à 16 h	5 Services municipaux de 8 h à 16 h	6 Biblio, 18 h à 20 h Bureau municipal ouvert de 8 h à 18 h	7 Services municipaux de 8 h à 16 h	8 Bureau municipal fermé	9 Services municipaux fermés	10  Messe 9 h 30
11  Services municipaux de 8 h à 16 h	12 Réunion publique du Conseil municipal, 19 h 30 Services municipaux de 8 h à 16 h	13 Biblio, 18 h à 20 h Bureau municipal ouvert de 8 h à 18 h	14 Services du CLSC au 10, avenue Michaud (sur rendez-vous): Prise de sang : 8 h 30 à 9 h 30 Services municipaux de 8 h à 16 h	15 Bureau municipal fermé	16 Services municipaux fermés	17  Messe 9 h 30
18  Services municipaux de 8 h à 16 h	19 Tombée des textes journal Réunion du Conseil de Fabrique, 19 h Services municipaux de 8 h à 16 h	20 Biblio, 18 h à 20 h Bureau municipal ouvert de 8 h à 18 h	21 Services municipaux de 8 h à 16 h	22 Bureau municipal fermé	23 Services municipaux fermés	24  Messe 9 h 30
25  Sortie du journal Services municipaux de 8 h à 16 h	26 Services municipaux de 8 h à 16 h	27 Biblio, 18 h à 20 h Bureau municipal ouvert de 8 h à 18 h	28 Services municipaux de 8 h à 16 h	29 Bureau municipal fermé	30 Services municipaux fermés	31  Messe 9 h 30
 HEURE D'ADORATION À TOUS LES JEUDIS, de 19 h à 20 h, à l'église de Saint-Marc.						



Esthétique Nancy Harvey

NOUVEAU SERVICE BOUTIQUE EN LIGNE : www.diaderme.ca



Des résultats visibles dès
le premier
traitement

Les traitements IPL (lumière intense pulsée)

Femme/Homme

La dernière technologie IPL c'est ça :
La beauté sans douleur, traitements non invasifs,
sans risques.

Une solution pour une apparence plus belle avec
des résultats visibles dès le premier traitement. De
la tête aux pieds.

Photo-épilation :

Réduction permanente des poils

- Visage
- Aisselles
- Bikini
- Jambes
- Dos/torse

Photo rajeunissement :

Pour traiter les séquelles des

- Rides
- Acné
- Rougeurs (rosacée)
- Pigmentation
(hyperpigmentation)

Prenez rendez-vous : 819-727-1960

BOUTIQUE EN LIGNE : www.diaderme.ca

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

SOINS HAUT DE GAMME POUR LA SANTÉ DE VOTRE PEAU.

- Facial personnalisé (acné, rosacée, hydratant, raffermissant)
- Soins du visage BioTense Cosmos (certifié Écocert)
- Soins du buste/Soins 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

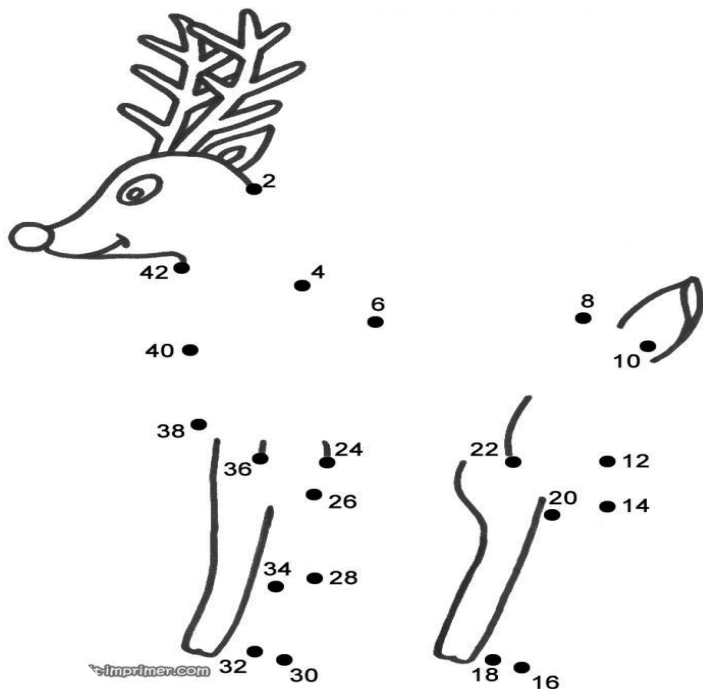




PAUSE CAFÉ



Relie les chiffres!



LES MOTS 1

RETROUVE LES MOTS.

t	i	s	a	p	i	n	p	b	m	p	r
i	r	p	s	è	o	j	o	u	e	t	d
g	s	a	h	r	é	o	u	o	r	r	é
g	r	i	e	g	t	p	h	d	a	c	
g	u	n	b	n	c	u	é	o	é	i	o
s	a	i	n	o	e	l	e	t	c	n	r
c	e	t	r	è	e	a	r	t	e	n	a
u	d	u	r	i	d	h	u	e	m	a	t
r	a	l	i	l	a	i	n	a	b	i	i
u	c	o	n	o	u	n	o	u	r	s	o
b	t	u	t	t	e	s	d	l	e	i	n
é	h	l	c	r	i	a	o	e	e	l	e

PERE-NOEL, TRINEAU, RENNE, HOTTE, SAPIN,
LUTIN, DECORATIONS, ETOILE, GUIRLANDE,
DECEMBRE, JOUET, TRAIN, POUPÉE, NOUVEAUX,
CADEAU



beachcomber
HOT TUBS



GROUPE
RÉCRÉ-EAU

ECHO
Outdoor Power Equipment

shindaiwa

TORO.



**LOCATION
LAUZON
AMOS**

Mario Boutin, Raynald Corriveau
propriétaires

VENTES

Équipements forestiers

Piscines et spas

Balancoires

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

BEAR CAT

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 :

Cartes d'affaires :	9 \$/mois	75 \$/année
Un quart de page :	12 \$/mois	115 \$/année
Demi-page :	15 \$/mois	155 \$/année
Page entière intérieure:	18 \$/mois	185 \$/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.

	DATES DE LA RÉCEPTION DES TEXTES	DATES DE SORTIE DU JOURNAL
Janvier 2021	19 janvier 2021	25 janvier 2021
Février 2021	16 février 2021	22 février 2021
Mars 2021	23 mars 2021	29 mars 2021
Avril 2021	20 avril 2021	26 avril 2021
Mai 2021	25 mai 2021	31 mai 2021
Juin 2021	22 juin 2021	28 juin 2021
Juillet 2021	13 juillet 2021	19 juillet 2021
Août 2021	24 août 2021	30 août 2021
Septembre 2021	21 septembre 2021	27 septembre 2021
Octobre 2021	19 octobre 2021	25 octobre 2021
Novembre 2021	23 novembre 2021	29 novembre 2021
Décembre 2021	14 décembre 2021	20 décembre 2021

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/>

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

THIBAUT AMOS



Membre :



Thierry Lambert

Marc-André Boucher

Vincent Frigon



Venez voir notre nouvelle équipe et profiter d'une expérience d'achat complètement nouvelle.

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

Téléphone :

819-732-5247

Site Internet :

www.thibaultchrysler.com



Joyeux Temps des Fêtes!



La Grande Ourse

Miellerie

BOUTIQUE À LA FERME

JOYEUSES FÊTES À TOUS

- **Miels et produits transformés**
- **Chandelles en cire d'abeille**
- **Boulangerie et pâtisserie**
- **Produits régionaux**
- **Légumes de champs et de serre**
- **Fleurs, jardinières et plants de légumes**

HORAIRE D'HIVER

Ouvert quand le
panneau lumineux
de la boutique
indique **OUVERT**.

Vous pouvez aussi
prendre rendez-vous

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