

SAINT-MARC-DE-FIGUERY

«Ensemble pour construire l'avenir»



L'ÉVEIL CAMPAGNARD



Volume 19, numéro 12, 16 décembre 2019



JOYEUX NOËL

BONNE ANNÉE 2020!





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

VENEZ VOIR LES NOUVEAUX MODÈLES 2019 SUR PLACE !

Santa Fe



Tucson



Kona





TABLE DES MATIÈRES



Auteur des photos de la page couverture: Jocelyne Bilodeau

Table des matières & Pensées du mois.....	3
Section paroissiale.....	4-5
Section municipale /Info-budget/Info-citoyen.....	6 et 11
Info-agente de développement.....	12
Info-recyclage.....	13
Info-environnement.....	14
Info-compost.....	15
Info-biblio.....	16
Info-pompier.....	17
Info-santé.....	18
Info-jeunesse.....	19
Info-scolaire.....	20
Info-parents.....	21
Info-aînés.....	22
Info-culture.....	23
Info-sécurité – Info-sécurité civile.....	24 et 25
Recette du mois.....	26
Conseil projets construction.....	27
La chronique des mielleux.....	28
Chronique météo.....	29
Section des nouvelles.....	30 à 33
Section des communiqués.....	33 à 40
Contact avec l'état.....	41
Calendrier détachable.....	43
Pause café.....	45

PENSÉES DU MOIS

Si on veut obtenir quelque chose que l'on n'a jamais eu, il faut tenter quelque chose que l'on n'a jamais fait. – **Péricles**

La plus grande erreur que puisse faire un homme est d'avoir peur d'en faire une. – **Elbert Hubbard**

La définition de la folie, c'est de refaire toujours la même chose, et d'attendre un résultat différent. – **Albert Einstein**

Peu importe qui vous êtes ou qui vous avez été, vous pouvez être qui vous voulez. – **W. Clement Stone**

Celui qui attend que tout danger soir écarté pour mettre les voiles ne prendra jamais la mer. – **Thomas Fuller**

L'idiot va chercher le bonheur au loin. Le sage le cultive sous ses pieds. – **J. Robert Oppenheimer**

Beaucoup de ceux qui ont échoué n'ont pas réalisé qu'ils étaient aussi près du succès quand ils ont abandonné. – **Thomas Edison**

Source : <https://dopeurdevie.com/citations-motivantes/>

POUR DE
L'ACCOMPAGNEMENT
DANS VOS
PROJETS
D'AFFAIRES

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



Centre local de développement

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



**INTENTIONS DE MESSES POUR
JANVIER 2020 :**

Dimanche 5 janvier - 9h30 :

M. l'abbé Charles-Auguste Boulet
Par la succession Charles-Auguste Boulet

Dimanche 12 janvier - 9h30 :

Gabriel Lantagne
Offrande au service

Dimanche 19 janvier - 9h30 :

Jacqueline Piché Mongrain
Offrande au service

Dimanche 26 janvier - 9h30 :

Marcelle Périgny (25-01-2018)
Offrande au service

**1^{ER} VENDREDI DU MOIS :
MESSE ET ADORATION**

Vendredi, le 3 janvier prochain, temps
d'adoration de 13 h à 14 h.

Invitation est faite à chaque paroissien(ne)

**INTENTIONS DE MESSES POUR
DÉCEMBRE 2019 :**

Dimanche 22 décembre – 9 h 30 :
Laurier Cloutier
Offrande au service

SAINT-MARC-DE-FIGUERY :

Noël, 24 décembre à 22 h 30 :

Abel Breton
Offrande au service
Lucia Boutin Breton
Offrande au service

LA CORNE : 18 h 30

LANDRIENNE : 20 h 30

Dimanche 29 décembre – 9 h 30 :

Alcide Lamoureux
Offrande au service

Jour de l'An – mardi 31 décembre 17h30 :

Marcelle Périgny (25-01-2018)
Offrande au service
Vincent Nadeau et Dominic Boutin
Familles Jacques et Jean-Paul Périgny



Une visite à la crèche le 21 décembre 2019 à Amos

La Nativité sera au cœur d'une activité, alors que les diocésains sont conviés à une visite à la crèche à quelques jours de Noël, soit le 21 décembre 2019 dès 13h30, au sous-sol de l'église Christ-Roi à Amos.

L'activité, qui se poursuivra jusqu'à 16 h, prévoit une messe dynamique et interactive ainsi qu'un goûter et des surprises. Les organisateurs invitent les gens à s'inscrire à l'avance au presbytère de l'église Christ-Roi ou celui de la cathédrale Sainte-Thérèse-d'Avila. Il est aussi possible de le faire à l'évêché. On peut obtenir plus d'information auprès d'Enrique Martinez au 819-732-6515 poste 217.



SECTION DES NOUVELLES PAROISSIALES



UNE ÉTAPE DE FRANCHIE

Dimanche 8 décembre 2019, 11 jeunes ont fait leur première communion lors de la cérémonie dominicale hebdomadaire. Nous vous les présentons : Justin et Oliver Parent, Isaac Lantagne, Éthan Carignan, Malik Breton, Rudy Lantagne, Rose Laroche, Philip Lapointe, Félix Cimon, Amélie Breton et Annabelle Lebel. Ils sont en compagnie de notre pasteur Monsieur Patrick Rancourt. Merci à Mesdames Johanne Sabourin, Myriam Thibault, Liliane Veillette et au Père Patrick pour l'accompagnement des enfants et parents dans les préparatifs à la communion.



LE RÉSULTAT DU TRAVAIL DE QUELQUES ANGES

Des crèches ont été installées dans les derniers jours, l'une sur le terrain du presbytère et l'autre dans l'église. Bravo et merci à Messieurs Alain Corriveau et Daniel Rose pour celle extérieure et Mesdames Liliane Veillette et Johanne Sabourin ainsi que Monsieur Réjean Rouillard pour celle intérieure.



Félicitations et Merci !

Téléphone : 819 732-0376
Cellulaire : 819 442-0094
Fax : 819 732-3859

www.optilog.com/sheehy



Fosse septique ■ Aqueduc ■ Égout ■ Champs d'épuration
Creusage de tout genre
Travaux miniers ■ Fardier ■ Location de machinerie lourde

238, Route 111 Sud, C.P. 114, Saint-Marc-de-Figuery (Québec) J0Y 1J0
excavationgilbertsheehy@hotmail.com - exc.dgm@outlook.com



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 2 décembre 2019.

1. Adoption du procès-verbal de la séance du conseil du 4 novembre 2019, tel que déposé.
2. Les gagnants du concours littéraire sont : Myriam Grignon, Nathan Hardy, Éliane Demers, Florent Morin et Juliette Plante. Merci à tous les participants.
3. Les membres du conseil autorisent que la directrice générale Doris Bélanger participe à la formation ADMQ « Accès à l'information et protection des données personnelles en contexte municipal » qui se tiendra le 11 mars 2020 à Rouyn-Noranda.
4. Le conseil a accepté la dérogation mineure au 25 chemin de la Promenade, sous la recommandation du comité en urbanisme pour l'ajout d'un apprenti de 20' x 34' au garage de 34' x 50'.
5. Les membres du conseil ont adopté le calendrier des séances ordinaires du conseil pour l'année 2020.
6. La Municipalité de Saint-Marc-de-Figuery autorise la présentation du projet d'amélioration de sentiers multi-usages au ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur dans le cadre du Programme de soutien à la mise à niveau et à l'amélioration des sentiers et des sites de pratique d'activités en plein air.
7. Le conseil a résolu de déposer une demande de soutien financier au montant de 5 000\$ au programme d'aide financière pour favoriser la concertation et la formation des agent(e)s de développements locaux.
8. Les élus autorisent la directrice générale à signer tous les documents nécessaires pour compléter une demande d'emploi-été auprès de Revenu Canada pour l'été 2020.
9. La Municipalité de Saint-Marc-de-Figuery autorise la présentation du projet Centre Récréatif Dominic-Boutin au ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur dans le cadre du Programme d'aide financière aux infrastructures récréatives et sportives.
10. Les membres du conseil acceptent de soutenir le Club de l'âge d'or de la municipalité pour un montant annuel de 100 \$ leur permettant de couvrir une partie de leurs frais ainsi que d'enlever la charge de loyer au Club de l'âge d'or.
11. Il est unanimement résolu de nommer pour la période du 1^{er} janvier au 31 décembre 2020, monsieur le conseiller, Réal Nolet comme pro-maire.
12. Monsieur le conseiller Pierre Barrette, donne avis de motion qu'un règlement établissant les taux de taxes pour l'année 2020 sera adopté à une séance ultérieure.
13. Considérant que la municipalité a adopté un règlement municipal # 177 décrétant les règles de contrôle et de suivi budgétaires, les membres du conseil ont unanimement résolu d'effectuer certains transferts budgétaires tels que présentés.
14. Le conseil a approuvé l'annulation et la création d'affectations de certains fonds.
15. Adoption des dépenses.
 - Comptes fournisseurs payés en novembre 2019 pour un total de 102 970,54 \$
 - Versement par chèque C1900174 à C1900190
 - Paiement en ligne sécurisée L1900072 à L1900076
 - Paiement par transfert électronique P19000228 à P1900252
 - Comptes à payer en décembre 2019 en date du conseil pour un total 71 713,27 \$
 - Salaires payés en novembre 2019
 - D1900249 à D1900272 pour un montant total de 10 836,35 \$
 - Consulter la liste complète dans le journal Éveil campagnard de décembre 2019.

PROCHAINE RÉUNION DU CONSEIL, 13 JANVIER 2020, 19 H 30 AU 162 CHEMIN DES PRÉS



INFO-BUDGET

MUNICIPALITÉ SAINT-MARC-DE-FIGUERY



LISTE CHÈQUES NOVEMBRE 2019

Nom	Description	Montant	
L1900072	MINISTERE DU REVENU DU QUÉBEC	Retenues à la source Octobre 2019	5 836,01
L1900073	RECEVEUR GÉNÉRAL DU CANADA	Retenues à la source Octobre 2019	2 301,44
L1900074	HYDRO-QUÉBEC	Luminaires, garage/caserne, 10 av. Michaud, Bureau municipal, Stations de pompages PP1-PP2, infrastructure sportive	1 520,43
L1900075	BELL MOBILITE	Cellulaires	137,89
L1900076	TÉLÉBEC LTÉE	Bureau municipal, 10 av. Michaud	263,26
C1900174	BOUTIQUE DE BUREAU GYVA	Trombones, poubelles, clé USB, surligneurs	38,09
C1900175	C.D. BOUTIN	Essence, diésel, tuyau ch. des Collines, plomberie égout musée, poste, quincaillerie, produits entretien	1 365,55
C1900176	VILLE D'AMOS	Site d'enfouissement	3 117,89
C1900177	ANIMALERIE BENJI	Cages et ramasser chats errants	327,69
C1900178	Poste Canada	Journal, feuilles compost, publipostage compost	191,51
C1900179	Priorité STRAT J inc.	balance trousse de communication	31,02
C1900180	STÉRÉO PLUS	Système de son biblio	5 204,35
C1900181	ÉBÉNISTERIE R.N. INC.	Crédit de taxes, 4e versement	526,01
C1900182	PME INTER NOTAIRES ABITIBI INC.	Géoposition pour cession de terrain	1 281,01
C1900183	C.D. BOUTIN	Dépenses remboursées pour Bières et saucisses	498,99
C1900184	La Capitale Assureur adm. publique inc.	Assurances-collectives	1 108,72
C1900185	FABRIQUE DE ST-MARC	Brunch Bingo-dinde	50,00
C1900186	ANIMALERIE BENJI	Cage chats errants	80,49
C1900187	Poste Canada	Journal, collecte	138,97
C1900188	H2Lab Inc	Test PP2	146,48
C1900189	étude Mario Brunet Huissiers de Justice	Huissier	77,39
C1900190	9190-5778 QUÉBEC INC	Toiture Maison du citoyen	22 287,90
P1900228	JOCELYNE BILODEAU	Décorations Halloween-bonbons, sacs cadeaux Halloween, déplacement octobre, transfert DVD historique	213,11
P1900229	Gestion Simon Blanchard inc	Crochets, porte-ustensiles	19,80
P1900230	LOCATION LAUZON AMOS INC	Location tank 33 lbs	7,44
P1900231	M & M NORD OUEST INC.	Die 3/4 npipe niveleuse	57,43
P1900232	Bélangier Doris	Surligneurs, déplacements formation	202,60
P1900233	CLUB COOP DE CONSOMMATION D'AMOS	Épicerie -Heure du conte Halloween, Bières et saucisses remboursées	330,05
P1900234	ENVIROBOUE GHISLAIN MORIN INC.	Vidanges	1 013,80
P1900235	EXCAVATION GILBERT SHEEHY INC.	Rechargement route de l'Hydr, Virée d'autobus, Bureau de la poste égout, descente de bateau phase 2	25 156,53
P1900236	GAGNON NANCY	Entretien ménager 10 av. Michaud et bureau municipal	60,00
P1900237	SIMON LUNEAU ENTREPRENEUR ÉLECTRICIEN	Prise comptoir, installation	329,27
P1900238	PAPETERIE COMMERCIALE	Livres Halloween, agenda	73,67
P1900239	RP EXPRESS	Transport test PP2	12,77
P1900240	SANIMOS INC.	Collectes de matières résiduelle et recyclables	5 784,20
P1900241	SÉCURIPUS 9030-1318 Qc INC.	Inspection extincteurs et recharges	620,46
P1900242	GAGNON NANCY	Entretien ménager 10 av. Michaud et bureau municipal	75,00
P1900243	IMPRIMERIE HARRICANA	Journal	470,25
P1900244	JOCELYNE BILODEAU	Heures du contes de Noël, lumières de Noël -Parc, batteries, décoration Noël-Parc, frais déplacement, fournitures	397,60
P1900245	MUNICIPALITÉ DE LANDRIENNE	Projet pour site de compostage part de St-Marc pour garage, gravier, matériaux, Géoposition, dépliants, auto-collants, aideMémoire	13 649,95
P1900246	SÉCUR-ALERT INC.	Abonnement annuel système de sécurité Maison du citoyen	183,96
P1900247	ANDRÉ LABBÉ	Formation repas et déplacement	68,36
P1900248	KOMUTEL INC.	Location alertes 911 * 13	149,47
P1900249	DESCHÂTELETS MARIO	Table, 8 chaises, 1 chaise à roulettes, 2* bahues	1 245,00
P1900250	GAGNON NANCY	Entretien ménager 10 av. Michaud et bureau municipal	52,50
P1900251	PetroNor	Garage/caserne et 10 av. Michaud	482,03
P1900252	SANIMOS INC.	Collectes de matières résiduelle et recyclables	5 784,20

102 970,54

**SECTION MUNICIPALE
AVIS PUBLICS**

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 2 décembre 2019, le calendrier des séances du conseil pour l'année civile 2020 a été adopté comme suit :

CALENDRIER DES RÉUNIONS DU CONSEIL 2020		
JOUR	DATES	Heure
Lundi	13 janvier 2020	19 h 30
Lundi	3 février 2020	19 h 30
Lundi	2 mars 2020	19 h 30
Lundi	6 avril 2020	19 h 30
Lundi	4 mai 2020	19 h 30
Lundi	1 ^{er} juin 2020	19 h 30
Lundi	6 juillet 2020	19 h 30
Lundi	17 août 2020	19 h 30
Lundi	14 septembre 2020	19 h 30
Lundi	5 octobre 2020	19 h 30
Lundi	2 novembre 2020	19 h 30
Lundi	7 décembre 2020	19 h 30

Donné à Saint-Marc-de-Figuery ce cinquième jour de décembre 2019.

Doris Bélanger
Directrice générale et
Secrétaire-trésorière

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 :

Une séance extraordinaire sera tenue le 19 décembre 2019 à 19 h à la salle du conseil du 162 chemin des Prés.

ORDRE DU JOUR

1. Adoption du budget de la municipalité pour l'exercice financier se terminant le 31 décembre 2020.
2. Adoption du programme triennal d'immobilisation
3. Adoption du règlement # 2019-258 pour déterminer les taux de taxes pour l'exercice financier 2020.
4. Levée

Les délibérations et la période de questions lors de cette session porteront exclusivement sur le ou les sujets traités.

Donné à Saint-Marc-de-Figuery ce 19^e jour de novembre 2019.

Doris Bélanger
Directrice générale et
Secrétaire-trésorière

NOS VŒUX

M. Daniel Rose, maire, les membres du conseil ainsi que l'équipe municipale profitent de cette période de réjouissance pour offrir à tous ses citoyens et aux membres de leur famille des vœux de bonheur, de santé et de prospérité pour la nouvelle année.

Nous transmettons toute notre gratitude à tous ceux et celles qui participent de près et de loin à la réalisation de projets et d'événements collectifs, vous êtes le levain du dynamisme local.

Joyeux temps des Fêtes



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 !!!

BESOIN D'UN PUIITS ARTÉSIEIN 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



Saint-Marc-de-Figuery, le 5 novembre 2019

Objet : Lettre de mi-mandat du maire



Chères citoyennes, chers citoyens,

Déjà deux années d'écoulées au mandat de quatre ans assigné au conseil actuel lors des dernières élections municipales. Je ne vous cacherai pas qu'il y a eu quelques épisodes d'adaptation et de rodage pour en venir à maîtriser adéquatement nos responsabilités d'élus(es). Je remercie mon conseil et la direction générale pour leur soutien, car au fil du temps, une synergie intéressante s'est construite, et d'ailleurs quelques projets ont pu voir le jour.

Pour les deux prochaines années, nous souhaitons amener à terme d'autres beaux projets tout en nous assurant qu'une gestion saine et efficace demeure un élément de première importance. Bientôt, nous travaillerons sur notre troisième budget. Celui-ci sera encore orienté vers le développement économique avec la vision de créer de nouvelles richesses et de nouveaux revenus, ce qui devrait avoir pour résultat de bonifier le dynamisme déjà présent dans notre milieu.

Tel que promis, voici un résumé sommaire de la situation financière de notre municipalité. En effet, lors de la dernière vérification (audit) des états financiers, j'ai demandé au vérificateur de dresser un résumé de nos finances. Je vous explique le résultat de cette analyse le plus simplement possible.

Pour commencer, il est important de vous mentionner quelques points importants pour votre bonne compréhension: au 31 décembre 2018, la richesse foncière de la municipalité, qui compte environ 900 âmes, était de 89 820 300 \$. Le taux de taxation pour chaque 100 \$ d'évaluation est passé de 0,90 \$ en 2017 à 0,88 \$ pour les années 2018 et 2019.

Au 31 décembre 2018, l'ensemble des emprunts contractés par la municipalité était de 3 548 500 \$. De ce montant, le gouvernement du Québec s'est engagé à rembourser 2 186 115 \$. De plus, un montant de 73 472 \$ est réservé pour ces emprunts. Alors, le solde de la dette à la charge de la municipalité est de 1 288 913 \$.

Le taux indicateur d'endettement d'une municipalité est calculé en rapport avec la richesse foncière et se résume comme suit: la dette (1 288 913 \$) divisée par la richesse foncière (89 820 300 \$) nous donne un taux de 1.435 du cent. Ce taux était de 1.70 en 2017. Aussi, il est nécessaire de vous spécifier que la grande majorité de la dette est reliée à l'entretien des rues et des chemins ainsi qu'à l'assainissement des eaux usées, projet obligatoire réalisé récemment.

Dans l'endettement global, nous retrouvons aussi l'achat du camion incendie en 2010 pour un montant de 393 336 \$. Le taux de financement de 2010-2016 était de 3.58 %. Au renouvellement en 2016, le taux était de 2.37 %. À la fin de l'exercice 2018, soit 8 ans plus tard, le montant en capital remboursé est de 77 236 \$, soit 9 654.50 \$ par année et nous avons payé +/- 32 364 \$ en intérêts. Le solde de la dette sur le camion à la fin de l'exercice est de 316 100 \$.

À la fin de ce même exercice, notre surplus accumulé est de 180 599 \$. Avant d'utiliser ce fonds, il est de mise que nous étudions sérieusement de quelle façon le rendre le plus profitable possible pour l'ensemble de la population. C'est alors qu'au printemps 2019, la municipalité a décidé de faire l'achat d'un tracteur au montant de 80 000 \$ et de s'autofinancer avec les surplus accumulés, tout en se donnant comme discipline de se rembourser à l'intérieur de 5 ans. Suite aux économies réalisées, il sera probablement possible de finaliser le remboursement en dedans de 4 ans. Cette méthode de financement est reconnue et utilisée par plusieurs municipalités, ce qui a comme gros avantage d'économiser le coût des intérêts que nous aurions à payer avec une institution financière.

Chaque année, la municipalité doit procéder à des rechargements de chemins ainsi qu'à l'entretien de fossés dans certains secteurs où des problématiques se manifestent. Une grande partie du coût de ces travaux est reliée à une subvention.

D'autres projets sont à l'étude, dont celui d'un parc industriel léger. Si ce projet est autorisé par les divers ministères concernés, il sera réalisé par un promoteur, ce qui n'engendrera que très peu de dépenses pour la municipalité.

Pour les deux prochaines années, nous mettrons l'emphase sur le 100e anniversaire en 2022. Je profite de l'occasion pour inviter les gens intéressés à se joindre au comité qui a été mis en place à cette fin. Venez soumettre vos idées, votre originalité et votre savoir-faire pour que votre milieu continue d'être un endroit beau et prospère, où il est agréable d'y vivre.

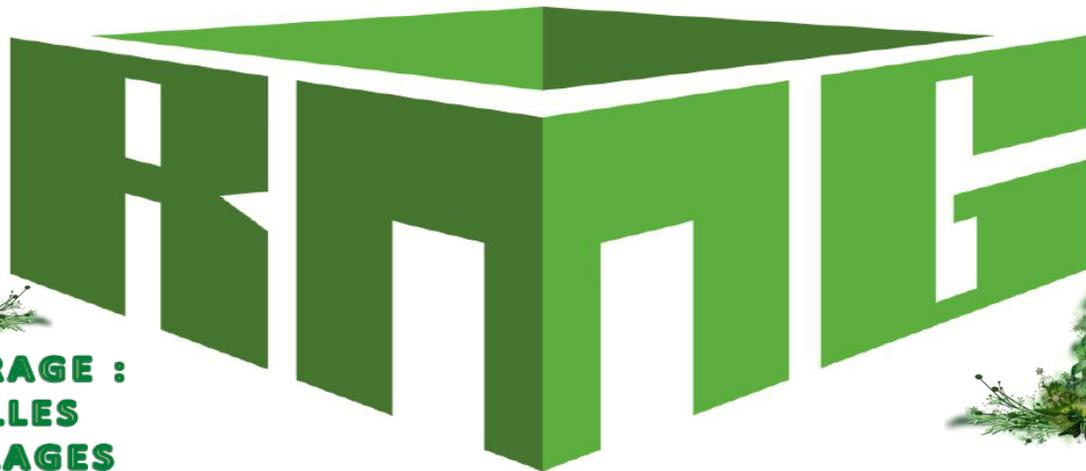
Voilà en gros l'image financière de votre municipalité et soyez assurés que l'organisation municipale est très vigilante dans la gestion des argents que vous lui confiez. Chaque dollar est analysé et disposé à l'endroit où il sera le plus profitable pour l'ensemble des citoyens.

Je vous souhaite à tous un très bel automne et surtout, n'hésitez pas à venir nous rencontrer au bureau municipal lors des réunions du conseil qui se tiennent habituellement chaque premier lundi du mois. Nous nous efforcerons de répondre le plus adéquatement possible à toutes vos questions.



Daniel Rose, maire

RÉSIDENTIEL - COMMERCIAL - INDUSTRIEL FONDATIIONS



COFFRAGE :

- DALLES
- SOLAGES
- TROTTOIRS
- BORDURES, ETC.

LESTER P. MCNEIL
PRÉSIDENT

TÉL. : 819 727-1157

COURRIEL : info@fondationsrmg.com



INFO-AGENTE DE DÉVELOPPEMENT

Jocelyne Bilodeau



LIEU DE VIE, LIEU DE TRAVAIL

Mariella Collini

Les déplacements « domicile-travail » représentent l'une des réalités quotidiennes d'un nombre important de personnes qui occupent un emploi. Ces va-et-vient s'effectuent principalement à l'intérieur même de la région, alors que d'autres ont une destination extrarégionale. Ce portrait vise à mieux caractériser les déplacements de la population de l'Abitibi-Témiscamingue en emploi entre son lieu de résidence et son lieu de travail.

Avant d'aborder les déplacements domicile-travail sous l'angle des destinations, survolons l'évolution du lieu de travail de 68 650 personnes occupées de la région. Le lieu de travail se répartit en quatre grandes catégories¹ : lieu habituel de travail, à domicile, sans adresse de travail fixe et à l'extérieur du Canada.

Le poste de travail comme lieu de travail

Selon le recensement de 2016, une forte majorité de la main-d'œuvre résidant dans la région, soit 58 995 ou 86 %, se déplaçait pour se rendre à un lieu bien précis pour travailler. De 2006 à 2016, cette proportion est demeurée stable dans la région.

La maison comme lieu de travail

Ensuite, 3 580 personnes en emploi, ou 5 % de la main-d'œuvre, ont déclaré que leur lieu de travail coïncidait avec leur résidence. Ainsi, il peut s'agir d'exploitants agricoles vivant sur la ferme, de travailleurs autonomes ou encore, de télétravailleurs. Il s'agit d'une proportion inférieure à la moyenne québécoise (7 %). Dix ans plus tôt, c'était le cas de 3 710 personnes, ou 6 % de la main-d'œuvre régionale. C'est au Témiscamingue que la proportion est la plus forte (8 %), reflet de l'importance du milieu agricole dans l'économie locale, suivie des MRC d'Abitibi-Ouest et d'Abitibi.

La route comme lieu de travail

Toujours en 2016, 5 985 personnes, ou 9 % de la main-d'œuvre, ont déclaré ne pas avoir d'adresse de travail fixe, leur destination variant durant la journée ou d'un jour à l'autre. Il s'agit d'une hausse par rapport à la proportion de 8 % enregistrée en 2006. Les plus fortes proportions de personnes travaillant « sur la route » se situent dans les MRC de Témiscamingue, d'Abitibi et d'Abitibi-Ouest. La main-d'œuvre de certaines industries est beaucoup plus susceptible de ne pas avoir d'adresse de travail fixe : la construction (24 %), l'extraction minière, pétrolière et gazière (15 %) et le transport et l'entreposage (14 %)². Il peut ainsi s'agir, par exemple, de travailleurs de la construction, de camionneurs, d'entrepreneurs indépendants, etc.

L'international comme lieu de travail

Pour un très petit contingent de la main-d'œuvre occupée de la région (100 ou 0,1 %), le lieu de travail habituel se situait à l'extérieur du pays. Il s'agit essentiellement de personnes salariées liées à l'extraction minière, pétrolière et gazière, telles que foreurs, entrepreneurs miniers, opérateurs d'équipements lourds, ingénieurs, gestionnaires, etc. Selon les données de recensement, il appert que le nombre et la proportion de personnes travaillant en dehors du Canada sont en diminution, et ce, partout sur le territoire.

Sources :
1. Voir note sous le tableau.
2. Statistique Canada, Recensement de la population 2016, tableau 98-400-X2016321 au catalogue. La variation est compilée avec les données du recensement de 2006 (données-échantillon 20 %).

Article publié par l'Observatoire en novembre 2019, Mariella Collini.

Vous désirez lire en intégralité la publication :

http://www.observat.qc.ca/documents/publication/oat_2019_deplacements-dt_at_nov2019_vf.pdf



QUELLE EST LA DIFFÉRENCE ENTRE RÉEMPLOI, RÉUTILISATION ET RECYCLAGE?

La différence entre réemploi, réutilisation et recyclage est liée au statut et à l'usage de l'objet réemployé ou réutilisé.

- Le réemploi est une opération qui permet à des biens qui ne sont pas des déchets d'être à nouveau sans qu'il y ait modification de leur usage initial.
- La réutilisation est une opération qui permet à un déchet d'être utilisé à nouveau en détournant éventuellement son usage initial.
- Enfin le recyclage est l'opération par laquelle la matière première d'un déchet est utilisée pour fabriquer un nouvel objet.

Source : <http://www.reemploi-idf.org/environnement-action-sociale-et-vie-associative-la-nouvelle-generation-dequipements/>

DÉCORATIONS DE NOËL ET BAC DE RÉCUPÉRATION NE FONT PAS TOUJOURS BON MÉNAGE

La période des fêtes arrive à grands pas ! La décoration du sapin, les échanges de cadeaux, le grand ménage de la maison, les nombreux repas partagés en famille ainsi que les « partys » de bureau feront bientôt partie de notre quotidien jusqu'au début du mois de janvier. Le sapin, les emballages-cadeaux, les papiers de soie, les décorations de Noël et les bouchons de liège, par exemple, sont-ils recyclables ? Pour bien entamer cette période en toute conscience et en ayant la conservation de la qualité de l'environnement en tête, voici quelques conseils pour vous aider à choisir les produits qu'il est possible de recycler en cette ère de réjouissance.

Les ustensiles en plastique et la styromousse, **ÇA VA OÙ ?**

Même si souvent, les repas entre convives nécessitent beaucoup de préparation et qu'il est tentant d'utiliser des ustensiles en plastique pour éviter un trop-plein de vaisselle, il faut se mettre à l'esprit que ce genre d'ustensiles est néfaste pour l'environnement. Les ustensiles et assiettes en plastique ne vont pas dans votre bac de recyclage, mais dans votre bac de déchets. Privilégiez la vaisselle réutilisable. Pour ce qui est des contenants en styromousse (assiette, verre, etc.), ils ne vont pas, non plus, dans votre bac de recyclage. Jetez-les aux déchets.

Du bon vin pour tout le monde

De nos jours, plusieurs bouteilles de vin n'ont plus de bouchons de liège. Les bouchons de liège ne sont pas recyclables. Si vous avez des enfants, vous pouvez leur suggérer de faire des bricolages avec ces bouchons. Sinon, ces bouchons vont au bac de déchets. Les bouteilles de vin et spiritueux, pour leur part, vont au bac de recyclage. Pour ceux et celles qui préfèrent la bière, pensez à rapporter vos canettes et vos bouteilles vides portant l'inscription « Consignée Québec 5 ou 10 cents » aux endroits qui les acceptent, sinon placez-les dans le bac de récupération, ils seront alors récupérés.

Les décorations de Noël et les cadeaux

La plupart des décorations de Noël ne sont pas recyclables. Les guirlandes, le papier d'emballage métallisé, les choux et les rubans : pensez à les réutiliser au maximum avant de les mettre aux déchets. À noter : les boules de Noël cassées vont directement aux déchets. Les lumières de Noël, quant à elles, pourraient très bien être réutilisées; pensez en premier à donner au suivant. Elles vont aux déchets.

Source : <http://www.recupestrie.com/decorations-de-noel-et-bac-de-recuperation-ne-font-pas-toujours-bon-menage/>

REUSITECH
inc.
Réparation d'alternateurs
Réusinage de démarreurs
Vente de batteries, filage,
système solaire

Steve St-Laurent & Guy Dorval

71, rue Beaudry, Amos (Québec) J9T 3V1

Téléphone : 819-732-6535 Télécopieur : 819-732-7067 Courriel : reusitech@cableamos.com



INFO-ENVIRONNEMENT



Que puis-je faire pour protéger l'environnement ?

Il y a une multitude de petits gestes que chacun de nous peut poser à la maison chaque jour pour contribuer à protéger l'environnement. Voici une liste de suggestions qui vous aideront à participer activement à cette tâche.

L'eau

L'eau est une ressource précieuse. Pour réduire votre consommation d'eau, vous pouvez :

- Fermer le robinet pendant que vous vous brossez les dents ou que vous vous lavez les mains.
- Installer un aérateur de robinet ou encore une pomme de douche à faible débit, ce qui peut réduire de moitié la quantité d'eau que vous utilisez.
- Garder une carafe d'eau dans le réfrigérateur pour que vous ayez toujours de l'eau fraîche à portée de la main. Ça vous évitera de faire couler l'eau du robinet.
- Attendre que le lave-vaisselle soit plein avant de le mettre en marche.
- Prendre des douches plus brèves.

Les produits toxiques

De nombreux produits chimiques sont nocifs pour les humains, les animaux, les plantes et l'environnement. Il est donc important de réduire autant que possible leur utilisation et d'en disposer adéquatement.

Essayez de vous rappeler de :

- Bien lire les étiquettes et éviter autant que possible les produits toxiques.
- Utiliser de préférence des produits naturels tels que le vinaigre et le bicarbonate de soude pour nettoyer, ou encore un des nombreux produits non toxiques sur le marché.
- Ne pas jeter d'appareils électroniques tels que les téléphones cellulaires ou des objets comme les piles, les bonbonnes de propane et les contenants de peinture dans les déchets. Il est important de les amener à un centre de collecte spécialisé.

Les déchets

La plupart des municipalités en Ontario ont des programmes de recyclage. Il faut en faire une utilisation maximale pour détourner le plus possible de déchets des sites d'enfouissement. Il y a aussi d'autres moyens de réduire la quantité de déchets que vous produisez. En voici quelques-uns :

- Acheter des produits durables et réutilisables plutôt que des produits jetables ou de qualité inférieure.
- Réparer les objets brisés ou abîmés avant d'en acheter d'autres.
- Éviter d'acheter des produits avec beaucoup d'emballage.
- Acheter des produits en vrac autant que possible.
- Apporter votre propre sac d'épicerie réutilisable afin de réduire l'utilisation de sacs en plastique.

<https://etablissement.org/ontario/vie-quotidienne/l-environnement-et-vous/l-environnement-et-vous/que-puis-je-faire-pour-protéger-l-environnement/>



2726, Route 111 Est
Amos (Québec) J9T 3A1

Téléphones : 819-732-8583
1-877-732-8583

Télécopieur : 819-732-0342

Adresse électronique: info@tem-entrepreneur.ca

Site Internet : tem-entrepreneur.ca

Licence RBQ : 8247979134



Services :

Génie civil

Égout – Aqueduc

Excavation

Déneigement

Transport de vrac

Transport par fardiers, diabolos et 4^e essieu



HORAIRE DES COLLECTES

Consultez
votre calendrier
de collectes

À chaque semaine
Le lundi

Vous pourrez consulter votre
calendrier de collectes mensuel
dans le journal l'Éveil Campagnard
et sur le site Internet.



Message aux résidents
qui ne se sont pas
procuré l'information
concernant les règles
de gestion du compost.
Nous vous invitons à
faire un arrêt à
l'administration
municipale afin d'en
prendre possession.

⚠ Attention

Ne remplissez pas votre bac maintenant !
La collecte débute **le 6 janvier**.



Maintien des autres collectes aux deux semaines.

- ✓ Recyclage aux deux semaines
- ✓ Ordures aux deux semaines

À VOS BACS, PRÊTS...
DÉPART LE 6 JANVIER!



La vie en brun.

VOUS FAITES DÉJÀ DU COMPOSTAGE DOMESTIQUE ?

Le bac brun est le complément idéal !

Continuez à utiliser votre composteur comme avant pour obtenir
votre propre compost.

Complétez avec le bac brun pour les viandes, poissons, restes de
repas et de salades contenant de la sauce/vinaigrette.

Congelez ces matières et sortez votre bac brun au besoin.

819 732-8601 ou 819 732-8501
st-marc-de-figuery.org/page/1042088



L'APPRENTISSAGE DE LA LECTURE

L'histoire d'une vie...

LA LECTURE C'EST IMPORTANT... MÊME AU SECONDAIRE!

- La lecture est une des premières clés de la réussite.
- La lecture aide à la réussite scolaire autant en français que dans les autres disciplines scolaires.

LIRE C'EST DÉCOUVRIR...

- **De nouveaux mots qui enrichissent le vocabulaire.**

Afin de mieux comprendre les textes : chansons, légendes, romans, poèmes, pièces de théâtre, biographies, bandes dessinées...

- **De l'information à l'intérieur de textes plus populaires.**

Dans un article de journal ou de magazine, un article publicitaire, une revue spécialisée, un article sur une page web, etc.

PLUS ON LIT SOUVENT, PLUS ON A LE GOÛT DE LIRE, PEU IMPORTE LE LIEU!

- Une revue dans la chambre
- Un roman dans le salon
- Un site internet
- Un journal sur le patio
- Une bande dessinée dans l'auto
- Un mode d'emploi dans le garage
- Une boîte de céréales en camping
- En français, en anglais, dans la langue qui lui plaît

Conseils aux parents

L'ordinateur est un outil stimulant pour développer le goût de la lecture. Invitez-le à aller chercher les renseignements dont il a besoin dans la vie quotidienne : horaire l'autobus ou de cinéma, activités offertes à l'école, dans le quartier ou la municipalité... Lisez devant lui le journal. Offrez-lui une section qui correspond à ses goûts. N'hésitez pas à lire les grands titres à voix haute et à donner vos commentaires face à l'actualité.

https://www.cshc.qc.ca/wp-content/uploads/2018/10/lecture_pree_fr12-15_ans_2.pdf

Horaire tous les mercredis de 18 h à 20 h.

Au plaisir de vous accueillir!

**Bibliothèque fermée
pour la période des fêtes
du 18 décembre 2019 au
3 janvier 2020.**

Services offerts à la population gratuitement:

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



C.D. BOUTIN

434, Route 111

Saint-Marc-de-Figuery

(Québec) J0Y 1J0

Téléphone: 819-732-4030



Produits Pétroliers Harricana inc.

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 :

INFO-POMPIER

Les chandelles

Les chandelles sont souvent associées à la détente et à une douce ambiance.

Utilisées sans précaution, elles peuvent cependant parfois faire tourner ces beaux moments au cauchemar.

Comment choisir le chandelier et les chandelles

- Choisissez un chandelier stable, fabriqué avec un produit incombustible, assez grand pour recueillir la cire qui coule de la chandelle. Évitez les chandeliers de bois ou de plastique.
- Portez une attention particulière aux chandeliers de verre : la chaleur de la chandelle peut les faire casser.
- Évitez les chandelles à plusieurs mèches : elles peuvent produire une seule flamme très longue et de chaleur intense. Elles peuvent fondre rapidement et produire de grandes quantités de cire chaude.
- Évitez les chandelles dont la mèche contient du plomb. En se consumant, ces mèches produisent des vapeurs et de la poussière de plomb, toxique pour les enfants et les femmes enceintes.
 - Vérifiez la mèche en enlevant la cire qui la recouvre puis en séparant les brins. S'il y a un centre de métal, le frotter sur du papier blanc et si une trace grise apparaît, c'est du plomb.



Utilisation sécuritaire des chandelles

- Déposez-les toujours sur une surface stable, non glissante et non encombrée.
- Placez-les à plus de 30 cm de tout objet inflammable (rideaux, décorations de papiers, nappes, serviettes de papier, literie, tapisserie, boiserie, livres, etc.).
- Évitez de les utiliser dans la chambre à coucher : on peut s'endormir sans avoir éteint la chandelle.
- Coupez la mèche à cinq millimètres avant de l'allumer. Coupez-la ensuite toutes les deux à trois heures, si nécessaire, afin d'éviter que la flamme soit trop haute.
- Évitez d'allumer une chandelle lorsque vous êtes sous l'effet de l'alcool ou des médicaments, car votre vigilance est diminuée!
- Évitez de vous servir d'une chandelle pour en allumer une autre.
- Évitez d'installer les chandelles dans des endroits où elles risquent d'être renversées par un courant d'air ou un passant. Placez-les **hors de portée des enfants et des animaux domestiques**.

Quand et comment éteindre les chandelles

- Éteignez les chandelles lorsqu'elles atteignent environ cinq centimètres du chandelier ou de la décoration.
- Évitez de souffler les chandelles, sauf celles de votre anniversaire! Servez-vous plutôt d'un éteignoir.
- Éteignez les bougies lorsque vous quittez une pièce ou la maison, même pour une courte période, et lorsque vous allez au lit.

Ne laissez jamais les chandelles sans surveillance!

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 : m McGuire.avocats@ cableamos.com



INFO-SANTÉ



Que faut-il manger quand il fait froid ?

Le thermomètre affiche des températures hivernales. Un climat qui tentera la plupart de choisir des plats roboratifs en guise de menu au prétexte que notre corps doit accumuler des réserves en graisse afin d'affronter le froid. Grossière erreur.

Raclettes, tartiflettes et autres fondues n'aident absolument pas nos organismes à lutter contre le froid. Pire, avec la charcuterie, ces plats sont gorgés de graisses saturées et comme nous faisons à priori moins d'exercice physique l'hiver, c'est la prise de poids assurée. Pour affronter le froid, il faut choisir en réalité des aliments capables d'aider notre organisme à se réchauffer tout en veillant à conserver une alimentation équilibrée.

Des soupes de légumes

Boire des soupes est, n'en déplaise aux enfants, le meilleur moyen de réchauffer son corps et de s'hydrater, ce qui n'est pas inutile dans la mesure où le froid polaire ou pas, il faut boire 1,5 litre d'eau par jour. Mais attention, il y a soupe et soupe. Une bonne soupe de légumes demeure ce qui fait de mieux. Elle contiendra idéalement des sucres rapides et des sucres lents. Par exemple, les carottes et les navets, des sucres rapides, doivent être mariés avec des sucres lents comme les poireaux et les oignons.

Des fruits secs

Se gaver de fruits secs, comme des raisins, des abricots ou des pruneaux, est une excellente manie quand la rigueur de l'hiver est là. En effet, ils sont très riches en minéraux et passent pour être de véritables remèdes anti-froids. La consommation d'oléagineux, comme des amandes, des noix, des noisettes ne fera pas de mal non plus, bien au contraire, avec tous leurs omega 3.

Des plats mêlants sucres lents et protéines

Consommer des sucres lents avec des protéines permet de fournir à un mix énergétique idéal à notre corps afin qu'il régule sa température à court et long terme : pâtes, riz, lentilles, pois chiches et pommes de terre, viandes et poissons permettent ainsi de composer des recettes rapides et idéales pour affronter le froid comme des pâtes au saumon, un bon risotto, des papillotes de sardines ou plus simplement des pommes de terre au four...

Mais si les protéines (elles sont légions dans les viandes, poissons, laitages et œufs, mais aussi dans les légumes à feuilles) ont l'effet thermique le plus élevé comparativement aux glucides ou aux lipides, certains nutritionnistes recommandent néanmoins de privilégier un mariage des féculents avec des légumes. La soupe n'est pas loin...

Des fruits et des crudités en quantité

Manger des crudités et des fruits, même en hiver c'est nécessaire. Certes, aux premiers abords, pommes, bananes, cresson et brocolis ne semblent pas être les plus à même de nous réchauffer. Et pourtant des salades d'agrumes, un kiwi sur le pouce ou encore du chou permettent de faire le plein de vitamine C. Parfait pour faire face à des petites fringales dans la journée.

Les boissons chaudes, comme les tisanes viendront également réguler la température du corps. En revanche, oubliez l'alcool. S'il donne la sensation de réchauffer rapidement, il faut garder à l'esprit qu'en plus d'être très calorique, il ralentit le rythme cardiaque et donc accélère le froid.

Vous désirez lire l'article dans son intégralité :

<https://www.cnews.fr/conso/2019-01-30/que-faut-il-manger-quand-il-fait-froid-716529>



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



Membre affilié à :

Proximed

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

41, 1^{re} Avenue Ouest

Amos (Québec)

J9T 1T7

Téléphone : 819-732-2641

Télécopieur : 819-732-3484

SERVICES :

Livraison

Prise de tension artérielle

Centre de diabète

Pilulier

Orthopédie et bas support sur mesure

Mise en seringue de l'insuline

Heures d'ouverture :

Lundi au mercredi : 9h à 18h

Jeudi au vendredi : 9h à 21h

Samedi : 9h à 17h

Dimanche : 14h à 16h



INFO-JEUNESSE



Départ@9

Accompagnement en groupe ou en individuel pour les 18 à 29 ans

Tu as besoin de te prendre en main et tu ne sais pas par où commencer! Avec le projet Départ@9:

- Découvre les étapes à suivre pour te définir et atteindre des **objectifs à plus long terme**
- Améliore tes **conditions de vie**
- Apprends à avoir **confiance en toi**
- Découvre et valorise tes **compétences**
- **Implique-toi** dans ton milieu
- Participe à des **activités** en groupe
- Reçois du **soutien adapté à ta réalité**
- Explore des **métiers**
- Trouve un **emploi qui te convient**



Critères d'admissibilité :

- Être ni en emploi, ni aux études
- Être âgé de 18 à 29 ans
- Une priorité est accordée aux prestataires d'aide de dernier recours (**aide sociale**) et d'assurance-emploi

Passé nous voir dès maintenant!

Contacte-nous!

Mélanie Létourneau, Intervenante jeunesse
819-732-8739, poste 221
autonomie@mrar.qc.ca

Mélissa Cossette, Intervenante jeunesse
819 732-8739 poste 213
departa9@mrar.qc.ca

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

**Joyeux Noël
&
Bonne Année 2020**

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

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

Le temps des Fêtes... pas toujours de tout repos!

Enfin, le temps des Fêtes est arrivé! Si cette période de l'année rime avec vacances, elle rime aussi avec horaire chamboulé, de nombreuses soirées animées entre amis et membres de la famille, imprévus, fatigue et un besoin de repos pour tous. Si, pour la majorité des enfants il s'agit de moments de plaisir, il est possible que l'irrégularité de l'horaire, les couchers tardifs et les longs voyages en voiture soient plutôt synonymes d'anxiété pour votre enfant ayant des besoins particuliers. Que faire pour aider votre enfant à gérer son anxiété face à ces situations? Comment gérer votre anxiété?

L'horaire irrégulier

Durant la journée, même si vous vous levez plus tard et que tout le monde est en congé, vous pouvez conserver la séquence d'activités de votre routine habituelle. Par exemple, si votre enfant s'habille généralement avant de déjeuner, conservez cet ordre. Même si l'heure diffère des journées à la garderie, la séquence sera intacte et cela sécurisera votre enfant. Vous pouvez aussi avoir des périodes de jeux libres; si vous utilisez un horaire visuel à la maison (voir l'article publié il y a 2 mois), indiquez ces périodes à l'aide d'images. Si votre enfant démontre des signes d'anxiété dans ce contexte d'activités non structurées, vous pouvez aussi lui faire choisir entre deux activités. Le fait de restreindre les choix vous permettra de lui donner des limites claires. Cela aura pour effet d'apaiser son anxiété.

En soirée, dès que vous observez des signes de fatigue chez votre enfant, encouragez-le à aller au lit, et ce, même si la soirée bat son plein et que vous avez du plaisir. Il est probable que, fatigué comme il est, votre enfant n'ait plus de plaisir de son côté! Prévoyez des stratégies pour l'aider à s'endormir, même s'il y a du bruit (des bouchons et des coquilles par exemple). Vous pouvez aussi renforcer les méthodes qu'il utilise normalement: se flatter avec son toutou ou son doudou, chanter une berceuse, regarder un livre, etc.

<https://www.educatout.com/edu-conseils/enfants-besoins-particuliers/chroniques-conseils/le-temps-des-fetes--pas-toujours-de-tout-repos-.htm>

**INVITATION
À TOUTE LA POPULATION**

Concert de musique de Noël par les élèves des écoles de Notre-Dame-du-Sacré-Cœur de Saint-Marc-de-Figuery et Notre-Dame-de-Lourdes de La Corne.

Date : 20 décembre 2019

Heure : 15 h

Endroit : Parvis de l'Église de la Paroisse St-Benoît de La Corne




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

25 activités éducatives pour le temps des Fêtes!

Si ça fait du bien de prendre congé d'école, certains peuvent se demander comment occuper autant d'heures de liberté... sans finir systématiquement devant la télé! Nous vous proposons 25 activités à la fois sympathiques, réconfortantes et éducatives! Laissez-vous inspirer et surtout... amusez-vous bien!

Faire des casse-têtes.

- Construire un fort dans la neige.
- Aller glisser, faire de la raquette ou skier (si la météo le permet!).
- Lire et illustrer une fable de La Fontaine.
- Passer un moment calme à la bibliothèque.
- Écrire et poster une lettre à un(e) ami(e).
- Enregistrer un nouveau message de répondeur.
- Organiser un pique-nique dans le salon.
- Visiter un musée, une ferme ou une exposition.
- Préparer un spectacle de danse, de magie ou de cirque.
- Créer des constructions en blocs Lego.
- Cuisiner des biscuits.
- Inventer une recette.

- Jouer à un jeu de société.
- Construire une cabane de lecture.
- Créer une chasse au trésor (les parents écrivent les indices qui devront être suivis par les enfants, ou l'inverse).
- Écrire et illustrer une bande dessinée.
- Découper les mots ou les phrases d'une histoire et les replacer pour en créer une nouvelle.
- Mémoriser les paroles d'une chanson et faire un petit spectacle.
- S'improviser lecteur de nouvelles en utilisant les lettres, textos ou courriels reçus par les parents.
- Jouer au jeu du dictionnaire : un joueur choisit un mot dans le dictionnaire, et les autres doivent en inventer la définition.
- Jouer à la lecture alternée : tous les joueurs ouvrent un livre différent à la même page, et chacun lit à son tour la même phrase. Par exemple, la phrase 2 de la page 10.
- Faire de l'improvisation : piger et mimer une situation qui aura été préalablement écrite.
- Faire un petit film en utilisant un logiciel de montage vidéo.
- S'amuser avec les applications et jeux vidéos éducatifs Alloprof.

Source : <https://www.alloprofparents.ca/chroniques/25-activites-temps-fetes/>


Visitez
iaavenir.ca

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



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



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

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

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

819 732-1596

C. : 819 444-9888

F. : 1 888 781-7415

mario.deschatelets@agc.ia.ca

www.iasfabitibi.com / www.iaavenir.ca

ia.ca

iAvenir.ca

* Cabinet de services financiers

ON S'INVESTIT, POUR VOUS.



INFO-AÎNÉS

VIEILLIR DANS LA RÉGION

Mariella Collini

Les défis posés par le vieillissement de la population nous interpellent tous. D'ailleurs, d'ici un horizon de dix ans, plus d'une personne sur quatre sera âgée de 65 ans et plus au sein de l'Abitibi-Témiscamingue. En ce 1^{er} octobre, Journée internationale des personnes âgées, posons notre regard sur l'évolution démographique des personnes âgées ainsi que sur quelques réalités de leur vie au quotidien.

En 2018, la population de l'Abitibi-Témiscamingue était estimée à 27 391 personnes âgées de 65 ans et plus, ce qui représente 18,6 % de la population totale. Il s'agit d'une part similaire à celle observée à l'échelle québécoise (18,8 %). Bien que la population âgée se compose de davantage de femmes (51 %) que d'hommes, l'écart entre les sexes s'est atténué au cours des dernières années. À titre d'exemple, les femmes représentaient 54 % des personnes âgées en 2008.

Selon les perspectives démographiques de l'Institut de la statistique du Québec (ISQ), le nombre projeté de personnes âgées en 2041 devrait atteindre 39 341 personnes dans la région, ce qui représenterait plus du quart de la population totale (27 %). Au Québec, la proportion des 65 ans et plus dans la population serait de 26 % d'ici une vingtaine d'années. Avec le prolongement de l'espérance de vie, les personnes très âgées, soit celles de 85 ans et plus, verraient leur nombre doubler dans la région d'ici 2041, pour atteindre 8 000 personnes. Représentant 11 % de la population âgée en 2018, leur part grimperait à 20 % en 2041. Dans cette strate de la population, les femmes composeraient alors 55 % de la population âgée, alors que leur part se chiffre à près de 64 % en 2018.

QUELQUES DATES CHARNIÈRES

2023 : Année où les personnes âgées dépasseraient les jeunes âgés de 0 à 19 ans, en nombre et en proportion.

2028 : Année où les personnes âgées composeraient plus du quart de la population régionale.

2035 : Année où les personnes âgées atteindraient, en nombre, le pic le plus élevé d'ici 2041, avec 40 130.

Bulletin observatoire de l'Abitibi-Témiscamingue

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



 **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! »

Multi
Services
MAXX

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

INFO-CULTURE

Portée d'ombres III

[linogravure et encaustique]

Hélène Latulippe

Hélène Latulippe explore la mémoire et son impact sur notre conception du monde. Elle cherche les réminiscences, les façonne, en extrait un affect avec lequel le spectateur peut s'identifier, lui faire écho. Dans cette exposition, c'est le paysage de Banff qui a nourri son imaginaire parcourant ses montagnes à la recherche de leur mémoire cachée dans les agglutinations de gouffres, d'abîmes, de gorges et de crevasses engendrés par ces formidables collisions de plaques tectoniques.



Cette exposition sera présentée jusqu'au 12 janvier 2020.

Lieu :

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

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

Contact :

Marianne Trudel
exposition@ville.amos.qc.ca

Prix : Entrée libre

Amos
Centre Dentaire
Arseneault • Martel

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

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



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



T. 819 732-8368

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

INFO-SÉCURITÉ

En cette saison des Fêtes, répandez la joie... pas la grippe!

Saviez-vous que ça peut prendre jusqu'à deux semaines après la vaccination pour que votre corps acquière une immunité contre la grippe? Faites-vous vacciner dès que possible en prévision des Fêtes!

Le risque d'attraper la grippe est plus élevé à la fin de l'automne et en hiver et tout le monde peut l'attraper. C'est l'une des dix causes principales de décès au Canada. Chaque année, la grippe cause environ 12 200 séjours à l'hôpital et 3 500 décès au pays.

Certaines personnes courent un risque plus élevé de complications liées à la grippe, notamment :

- les personnes qui ont des problèmes de santé
- les personnes âgées de 65 ans et plus
- les résidents de maisons de soins et d'autres établissements de soins de longue durée
- les enfants de moins de cinq ans
- les femmes enceintes ou celles prévoyant le devenir

Le vaccin contre la grippe est sûr et reste le meilleur moyen de prévenir la grippe. Toutes les personnes âgées de six mois et plus devraient se faire vacciner contre la grippe. Vous ne pouvez pas attraper la grippe à cause du vaccin. La plupart des gens ne ressentent aucun effet secondaire. Les réactions graves sont très rares. Quand vous vous faites vacciner contre la grippe, vous vous protégez et vous protégez les gens qui vous entourent.

En plus de vous faire vacciner, vous pouvez aussi vous protéger de la grippe, ainsi que votre entourage, en :

- évitant de toucher votre visage
- vous lavant souvent les mains
- toussant ou éternuant dans le creux de votre coude, et non pas dans votre main
- nettoyant et désinfectant les surfaces touchées par de nombreuses personnes, comme les téléphones, les poignées de porte et les télécommandes

Si vous êtes malade, restez à la maison. Évitez tout contact étroit avec d'autres personnes jusqu'à ce que vous vous sentiez assez bien pour reprendre vos activités quotidiennes. Ainsi, vous aiderez à prévenir la propagation de la grippe.

Pour plus d'information sur la grippe, notamment comment différencier la grippe du rhume, et pour accéder à des ressources sur le sujet, visitez la page Web : https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/maladies/grippe-influenza.htm?utm_source=stakeholders&utm_medium=email_fr&utm_campaign=flu-19

Personne ressource : Maganga Lumbu

Directrice régionale intérimaire, Direction des communications et des affaires publiques
Santé Canada / Agence de la santé publique du Canada - région du Québec



Sébastien D'Astous
Préfet

Municipalité Régionale de
Comté d'Abitibi
582, 10^e Avenue Ouest
Amos (Québec) J9T 1X3
Tél. : 819 732-5356
Fax : 819 732-9607
www.mrcabitibi.qc.ca
MRCdAbitibi

SA-PEINT MOBILE (2003) inc.

SABLAGE (JET DE SABLE) • PEINTURE DE TOUT GENRE
LAVAGE HAUTE PRESSION (EAU - SABLE)

POUR: Industriel - Commercial
Structure d'acier - Réservoir
Plancher de béton - Machineries lourdes
Camions - Remorques et autres

Gérald Boutin - Tél.: (819) **732-1830**
Fax: (819) 732-0043
352, Trudel, Amos (Québec) J9T 3E6
www.optilog.com/sa-peint_mobile R.B.Q.: 8293-8762-05



Vents violents

Les vents violents peuvent être associés à des dépressions atmosphériques ou à des phénomènes météorologiques localisés. On parle de vents violents lorsque les vents soufflent à plus de 60 km/h pendant au moins une heure ou lorsque surviennent des rafales de plus de 90 km/h. Ces phénomènes météorologiques ne sont pas sans conséquence : pannes de courant prolongées, inondations ou crues printanières, mouvements de sol, ruptures de barrage, verglas, feux de forêt ou ondes de tempête. Les vents violents peuvent causer des dégâts importants et même des décès. Soyez prévoyants et limitez les dangers de ces phénomènes météorologiques!

En cas d'alerte météorologique de vents violents, **suivez les messages d'alerte météorologique à la radio, à la télévision ou sur Internet**. Vous pouvez remiser et attacher solidement tout ce que le vent pourrait emporter :

- meubles de jardin;
- barbecues;
- boîtes à ordures;
- antenne parabolique.

Comment se préparer à des vents violents?

- Ayez chez vous les articles essentiels en cas de situation d'urgence.
- Coupez et ramassez régulièrement les branches d'arbre mortes sur votre terrain. Si vous avez des arbres à proximité de fils électriques, communiquez avec Hydro-Québec ou votre entreprise locale de distribution électrique.

Que faire si vous êtes chez vous?

- Réunissez les membres de votre famille en un lieu sûr, comme au sous-sol, et abritez-vous sous un meuble solide. Si votre domicile n'a pas de sous-sol, abritez-vous dans la salle de bain, un corridor, un garde-robe ou sous un meuble solide.
- Éloignez-vous des portes et des fenêtres.
- Évitez de prendre l'ascenseur si vous habitez un immeuble d'appartements.
- Évacuez votre maison mobile, car elle pourrait être emportée par le vent.

Que faire si vous êtes dehors?

- Cherchez à vous réfugier dans un bâtiment sûr dont le toit semble solide pour résister à la force du vent et au poids de la neige.
- Si vous êtes dans un lieu découvert et qu'il n'y a pas d'abri à proximité, cherchez refuge sous un viaduc, dans un fossé ou un repli de terrain. Couchez-vous face contre sol et protégez votre tête avec vos mains.

Que faire si les vents faiblissent?

- Faites attention aux débris comme la tôle, le verre ou tout autre objet coupant.
- Ne touchez pas aux fils électriques par terre ou qui pendent, car ils peuvent être sous tension. Communiquez avec Hydro-Québec ou votre entreprise locale de distribution électrique.
- N'entrez jamais dans un édifice endommagé par les vents.
- Soyez attentif à la qualité de l'eau potable, surtout après des pluies abondantes.

Source : <https://www.securitepublique.gouv.qc.ca/securite-civile/se-preparer-aux-sinistres/sinistres/vents-violents.html>



**Raymond Chabot
Grant Thornton**

L'instinct de la croissance

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

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

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

Nathalie Trottier, CPA, CA Directrice principale
trottier.nathalie@rcgt.com Service de fiscalité

Comptables professionnels agréés
Membre de Grant Thornton International Ltd



Bûche de Noël traditionnel

Génoise

- 4 oeufs
- 120 g (1 tasse) de farine
- 100 g (1/2 tasse) de sucre

Crème au beurre

- 80 ml (1/3 tasse) d'eau
- 230 ml (1 tasse) de sucre
- 4 jaunes d'oeufs
- 2 blancs d'oeufs
- 100 g (3/4 tasse) de chocolat noir
- 200 g (7/8 tasse) de beurre



Préparation :

Génoise :

1. Préchauffer le four à 320°F (160°C).
2. Battre les œufs avec le sucre jusqu'à ce qu'ils moussent, puis ajouter la farine tamisée.
3. Répartir l'appareil sur une plaque à pâtisserie tapissée de papier sulfurisé beurré, puis enfourner pour 20 minutes.
4. Démouler sur un linge propre et sec recouvert de poudre de cacao, puis rouler. Réserver.

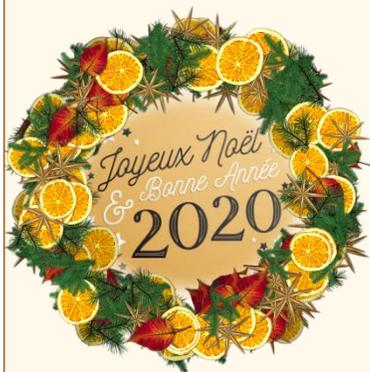
Crème au beurre :

1. Réaliser un sirop avec 80 g d'eau et 200 g de sucre. Lorsque le sirop atteint 114°C, monter 2 blancs d'oeufs dans un batteur. Pendant ce temps, blanchir les 4 jaunes d'oeufs avec 100 g de sucre.
2. Répartir le sucre dans les deux préparations en remuant sans arrêt. Faire fondre 100 g de chocolat noir puis ajouter le aux jaunes.
3. Mixer 200 g de beurre, puis ajouter la préparation jaune puis la préparation blanche. Réfrigérer un peu, puis étaler dans le gâteau roulé.
4. Décorer et déguster.

- Nombre de personnes : 8 personnes
- Temps de préparation : 15 minutes

- Temps de cuisson et repos: 20 minutes
- Facile à cuisiner

Source : <https://foodlavie.com/recettes/buche-traditionnelle>



*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





FABRICANT AMEUBLEMENT BUREAU

NOS MEUBLES

Informez-vous auprès de l'Ébénisterie R. N. inc. pour découvrir les multiples options d'ameublement qui s'offrent à vous. Nous vous aiderons à choisir les meubles qui conviennent à votre entreprise et à votre budget. Au besoin, nous faisons la livraison et l'installation de votre ameublement. L'Ébénisterie R. N. inc. fabrique des ameublements de bureau de tous genres. Que vous optiez pour des modèles préexistants ou pour un ameublement de bureau fabriqué sur mesure selon vos indications, nous possédons l'équipement nécessaire pour mener à terme vos projets. Nous faisons la vente des meubles suivants : Meubles commerciaux, Meubles de réception, Bibliothèques, Bureaux de travail, etc.



PERSONNALISATION DES MEUBLES

Grâce à une vaste sélection de matériaux, de pièces de quincaillerie et d'accessoires (voir la section Meubles sur mesure), l'Ébénisterie R. N. inc. fabriquera un ameublement de bureau qui répond parfaitement à vos besoins. Notre service de design sur place vous permettra de nous faire part de vos préférences et nous élaborerons un ameublement en fonction de celles-ci. Notre équipe est également en mesure de concevoir des meubles spécialisés pour des fonctions précises. Nous utilisons divers matériaux et accessoires afin de créer un meuble fonctionnel et de belle apparence. Ceci dit, si vous êtes à la recherche d'un fabricant d'ameublements de bureau, que ce soit pour une salle de conférence, un bureau, un vestibule ou bien plus encore, l'Ébénisterie R. N. inc. est l'entreprise tout indiquée.

Appelez-nous 819-727-9661 ou envoyez-nous un courriel infos@ebenisteriern.com

Vous trouverez les détails de notre méthode de fonctionnement en suivant le lien suivant :

<http://ebenisteriern.com/produits-et-services/procedure-soumission>

E **BENISTERIE**
R
N
INC.



Tél. : 819 727-9661

gcloutier@ebenisteriern.com

jmcloutier@ebenisteriern.com

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

401, route 111 Est C.P.75

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

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

VOTRE PROJET, NOTRE FIERTÉ

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



Au moment d'écrire ces lignes (le 9 décembre) on peut dire que nous aurons un Noël ! Sans farce, l'hiver est bien installé et c'est bien comme ça. Les prévisions pour le reste de décembre et janvier sont que l'on prévoit des températures près des normales qui ont été au cours des 2 dernières années de -12 degrés le jour et de -25 la nuit (en janvier)!

Pour ce qui est des précipitations, elles devraient être au-dessus des normales qui ont été de 45 cm de neige pour les 2 derniers janviers ! Donc, allons jouer dehors!

Quelles sont les mots qui nous font le plus frissonnés lors de prévisions météo à la radio ou la télé?

REFROIDISSEMENT ÉOLIEN

Ce terme a été utilisé pour la première fois par un américain, Paul Saple, dans sa thèse de doctorat en 1945 après des études météorologiques en Antarctique.

Qui n'a jamais ressenti un picotement ou carrément un gel du nez ou des joues après avoir passé un certain temps dehors la figure exposé au vent d'hiver. Bien que le vent n'affecte en rien la température réelle, il peut bruler la peau très rapidement...

Voici d'ailleurs une petite échelle de dangerosité du facteur éolien :

- o à -9 faibles risques
- 10 à -27 risques modérés
- 28 à -39 **Risque élevé:** La peau exposée peut geler en 10 à 30 minutes
- 40 à -47 **Risque très élevé :** La peau exposée peut geler en 5 à 10 minutes
- 48 à -57 **Risque grave :** La peau exposée peut geler en 2 à 5 minutes

À tous et à toutes, joyeuses fêtes et couvrez vous bien!

Serge Larouche
Chroniqueur



LOCATION AMOS

Experts en location
LOU-TEC
INDUSTRIEL

«LE BON OUTIL»

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

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

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

Salut chers amis et voisins, ça fait quelques lunes que je ne vous ai pas fait part de mes états d'âme dans ma chronique, j'en suis désolé. La vie m'a apporté beaucoup de remous ces derniers temps, ce qui m'a empêché de me consacrer à mes écrits. Me revoici dans vos demeures pour ma dernière chronique de l'année. Je vous entretiens aujourd'hui sur l'avenir de la Miellerie.

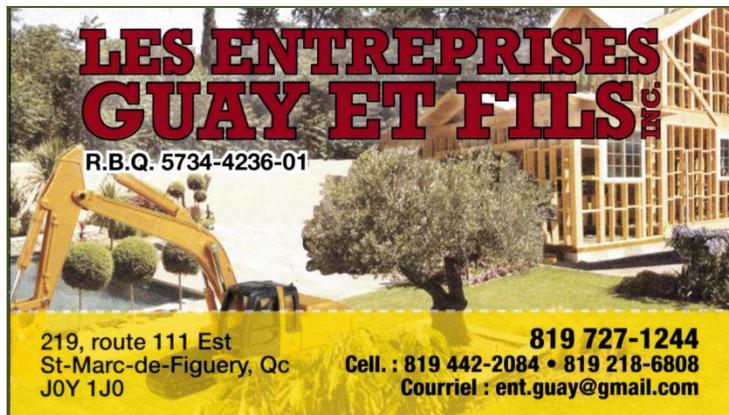
La plupart d'entre vous le savent, j'ai manifesté le désir de transmettre mon bébé à un(e) nouveau(nouvelle) passionné(e) récemment. J'avais fait des démarches discrètes auprès d'apiculteurs de partout, les réseaux sociaux étant ce qu'ils sont, la discrétion n'y est finalement pas vraiment possible. La nouvelle a donc fait boule de neige et j'ai dû répondre aux demandes répétées des journalistes de m'expliquer sur cette nouvelle.

Sachez que je n'ai pas perdu la passion des abeilles, ni celle de l'agriculture. J'ai ressenti l'appel vers de nouveaux défis. Il ne s'agit pas d'une séparation de couple, ni d'un déménagement ou de difficultés financières, il s'agit réellement d'un appel vers un nouveau projet. Vous saurez d'ailleurs éventuellement de quoi il s'agit, en temps et lieu. Mais tout d'abord, sachez que la Miellerie ne fermera pas ses portes, je compte fermement trouver une relève à cette belle entreprise. J'ai du temps devant moi, je formerai cette relève et ferai quelques saisons afin d'effectuer la transition le plus efficacement possible.

Vous avez été plusieurs dizaines de personnes à venir me voir pour me donner une bonne dose d'amour, pour me dire à quel point vous étiez fier de la Grande Ourse, à quel point vous étiez triste de la nouvelle. Ça m'a fait le plus grand bien. Ça m'a donné l'impression d'avoir accompli quelque chose d'important au cours des 13 dernières années. Accomplissement qui a d'ailleurs été récompensé par l'ordre national du mérite agricole. Il s'agit d'un concours organisé à tous les cinq ans pour démontrer l'excellence des agriculteurs. Nous avons remporté la troisième position dans notre catégorie et avons aussi remporté la mention spéciale de l'agrotourisme. La Grande Ourse, c'est devenu plus grand que mon équipe et moi et ça me survivra.

D'ici à ce que cette relève se manifeste, nos opérations se déroulent comme à l'habitude. Nous venons tout juste de terminer la tournée des marchés de Noël de la région et nous préparons à prendre du bon temps en famille et entre amis en cette période festive. Pour le reste de l'hiver, il n'y aura plus d'heures officielles d'ouverture à la boutique. Nous sommes en équipe réduite en saison froide et ne sommes pas toujours présents sur place. L'horaire devient plus flexible et nous prenons plus de temps pour nous impliquer ailleurs, pour profiter du plein air hivernal, pour regarder brûler le bouleau dans le foyer en lisant un bon roman, etc. Vous pourrez donc venir faire vos achats à la boutique quand nous serons présents sur les lieux (panneau OUVERT allumé dans la fenêtre.) Vous pouvez aussi nous appeler pour prendre rendez-vous.

Au nom de toute l'équipe de la Miellerie de la Grande Ourse, je vous souhaite de passer de joyeuses fêtes en bonne compagnie. Au plaisir de vous côtoyer de nouveau en 2020, année qui, je l'espère, sera à la hauteur de vos attentes et de vos projets.



**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 élingage
- Dénègement de toitures, patios et trottoirs

SECTION DES NOUVELLES

L'HEURE DU CONTE DE NOËL SAINT-MARCOISE 2019

LA JOIE, LE PLAISIR ET LE PARTAGE ÉTAIENT DU RENDEZ-VOUS!



Il y avait de la gaieté et de la magie dans l'air!

L'Heure du conte spécial de Noël a été le rendez-vous de la complicité et de l'émotion pour les petits et les grands qui ont répondu à l'invitation. L'équipe d'animation a accueilli pas moins de 81 personnes. Dans l'attente du spectacle, nous avons agrémenté l'ambiance par la lecture des contes de Noël des participants du concours littéraire.

Les services de Charlie Cool alias Alain Doire avaient été retenus. Il a été accompagné de l'équipe locale d'animation composée de 13 personnes et de nos 2 personnages fétichisent Figueryn et Figueryne. Elle était composée de Juliette Plante, Laura St-Laurent, Émile Parent, Clara-Mia Champagne, Zacharie Bois, Élisabeth Breton, William Cloutier, Félix Breton, Jocelyn Bérubé, Diane Massicotte, Jocelyne Bilodeau et Sara-Maude Cloutier. Cette troupe joyeuse de Stagiaires du Père Noël a fait un travail de fée. Les valeurs humaines de la Fête de Noël ont été exprimées et animées par Charlie Cool (Alain Doire) par l'intermédiaire de chants et de la danse.



Site internet :

www.charliecool.ca

Page Facebook :

<https://www.facebook.com/spectacleenfantcharliecool/>

DE GROS MERCIS À TOUS!

L'Heure du conte ne pourrait exister sans la participation et la collaboration de nos jeunes. C'est avec beaucoup de joie et de bonheur que les membres de l'équipe d'animation de la bibliothèque ont accueilli les invités. Dans les semaines précédentes, ils ont travaillé très fort. Ils ont reçu les confirmations de présences, ils ont acheminé les demandes au Père Noël, ils ont préparé l'animation afin d'offrir aux enfants et aux parents un moment Magique où la Joie, le Bonheur et le Partage soient au rendez-vous!

*Les membres de notre équipe jeunesse ont su relever le défi avec succès.
Leur créativité et leur dynamisme sont très appréciés!!!*

Les enfants ont appelé la venue des Stagiaires du Père Noël en chantant avec Charlie Cool pour la livraison expresse des cadeaux. Ils ont su faire preuve d'une grande sagesse et de patience lors de la distribution, le temps que tous aient en main leur cadeau respectif et qu'ils puissent tous ouvrir les cadeaux au même moment. L'excitation était très perceptible.

Le Comité de la Bibliothèque Municipale a pu organiser cet événement grâce à l'aide financière du Fonds local d'initiatives collectives de la MRC Abitibi, le Dépanneur C.D. Boutin, le Marché d'Économie et de Liquidation d'Amos et des parents, l'ensemble de ces contributions ont permis d'offrir des cadeaux, une animation spéciale et la collation à tous les enfants. Merci à nos commanditaires et partenaires qui ont permis d'offrir un plein de gaieté dans le cœur de nos enfants!

Nos bénévoles

Une fois de plus la clé du succès d'un tel événement est l'implication citoyenne. Mille mercis à tous ceux et celles qui y ont contribué par la prise des photos, à l'accueil, à la décoration, au service de la collation et au rangement des locaux après l'activité. De plus, merci aux membres du Club de l'Âge d'Or qui nous permettent d'utiliser leur local pour le service de la collation. Des mercis spéciaux à Nicolas Plante et Johane Savard pour leur aide au service de la collation et au rangement.

VOICI QUELQUES PHOTOS SOUVENIRS DE LA SOIRÉE MAGIQUE DE L'HEURE DU CONTE DE NOËL SAINT-MARCOISE 2019

*L'heure du Conte, c'est l'occasion de s'amuser et d'échanger avec les amis.
L'enthousiasme était à son maximum au moment d'ouvrir les cadeaux !
L'expression des visages de ces enfants en dit long !*



SECTION DES NOUVELLES

ACCUEIL D'UNE PETITE SAINT-MARCOISE



Aujourd'hui, nous vous présentons un couple qui a accueilli un nouveau membre à leur famille.



Dominique Vachon et Sébastien Banville en compagnie d'Adèle née le 14 septembre 2019 et ses grands frères Florent et Caleb.

Voici notre nouvelle résidente Saint-Marcoise accueillie 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 enveloppement cadeau qui contenait un certificat cadeau d'une valeur de vingt dollars de 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 Johane 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.

PNEUS NORD-OUEST

246, Rte 111, St-Marc-de-Figuery (Québec) J0Y 1J0

DAVID SHEEHY

sheehy.david@hotmail.com

819 732-0701

PNEUS

ROUES

PIÈCES

MÉCANIQUE

Auto
V.T.T.
Remorque
Agricole
Spécialisé

MAG
Acier
Remorque

V.T.T.
Moto
Motoneige
Remorque

2 temps
4 temps
Auto
A\C

LA PATINOIRE EST PRÊTE! ELLE N'ATTEND QUE VOS COUPS DE PATINS!



Tout est en place pour une utilisation continue !

En cette période des fêtes, profitez des infrastructures publiques pour vous amuser en famille et entre amis !

Soyez de ceux qui redynamisent les infrastructures sportives et récréatives de notre communauté. Nous désirons que la population s'approprie l'espace en organisant des activités sportives spontanément. Nous sommes à l'aire de la communication en direct, face book, tweeter, etc. Lancez un appel à vos amis pour une partie de hockey amicale à la patinoire, une marche sur l'espace vert, de la glissade sur la bute de neige, etc.

Nous espérons que la température sera favorable au maintien d'une surface adéquate pour la glisse.

BON PLAISIR D'HIVER!

Soudure et Mécanique ind
PERRIER

Mario Perrier
Propriétaire

PERRIER

415 route 111
Saint-Marc-de-figuery, (Québec)
J0Y 1J0

Tel. 819.444.6812

Soudure mobile
Mécanique industrielle

Industriel - Minier - Commercial - Résidentiel
perrier.m@hotmail.com



DIADERME
LA SANTÉ DE VOTRE PEAU

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

BOUTIQUE EN LIGNE
DIADERME.CA



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

Nelly De Vuyst

SOINS DE LA PEAU



BioScience

Biologique de Luxe
45 ans de résultats garantis
pour tous les types de peaux

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



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

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



#lovenellydevuyst

ACHETEZ EN LIGNE



DIADERME.CA

819-727-1960

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



SECTION DES COMMUNIQUÉS C.D. Boutin



Heures d'ouvertures pour le temps des Fêtes

<i>Mardi le 24 décembre 2019 :</i>	<i>6 h 00 à 20 h 00</i>
<i>Mercredi le 25 décembre 2019 :</i>	<i>11 h 00 à 17 h 00</i>
<i>Jeudi le 26 décembre 2019 :</i>	<i>8 h 00 à 22 h 30</i>
<i>Vendredi le 27 décembre 2019 :</i>	<i>6 h 00 à 22 h 30</i>
<i>Samedi le 28 décembre 2019 :</i>	<i>7 h 30 à 22 h 30</i>
<i>Dimanche le 29 décembre 2019 :</i>	<i>9 h 00 à 20 h 00</i>
<i>Lundi 30 décembre 2019 :</i>	<i>7 h 00 à 22 h 30</i>
<i>Mardi 31 décembre 2019 :</i>	<i>6 h 00 à 20 h 00</i>
<i>Mercredi 1^{er} janvier 2019 :</i>	<i>11 h 00 à 17 h 00</i>
<i>Jeudi 2 janvier 2019 :</i>	<i>8 h 00 à 22 h 30</i>



*Joyeux Noël
Bonne et Heureuse Année*

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



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



SADC

Société
d'aide au développement
des collectivités

HARRICANA

▼ **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

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

SECTION DES COMMUNIQUÉS

**BONJOUR
À TOUS LES PETITS SAINT-MARCOIS,**

C'est Noël, nous voulons te souhaiter autant de joie qu'il y a de boules dans nos sapins, autant de tendresse qu'il y a de lutins avec le Père Noël, autant de câlins qu'il y a de cadeaux pour les enfants sages et surtout autant d'amour qu'il y a de flocons dans le paysage.

Passes de très bonnes fêtes de fin d'années, amuse-toi bien! On se revoit à la bibliothèque en 2020



Figuerny et Figuerny



GRATUIT



Prévenir le suicide chez les producteurs agricoles

- Reconnaître dans son milieu de vie les signes précurseurs des comportements suicidaires.
- Savoir diriger la personne vers les ressources d'aide appropriées.

«Agir en sentinelle»

Quand : 15 janvier 2020

Lieu : Salle Cora, CDC Amos

Heure : 8h30 à 16h30

Inscrivez-vous au

Tél : 819 732-5473

(possibilité de laisser un message sur la boîte vocale)

ou par courriel : cpsamos@cableamos.com

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

iA
Groupe financier



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 COMMUNIQUÉS

Alzheimer et stratégie d'intervention : la thérapie occupationnelle

« Le but est de favoriser le bien-être de la personne en l'amenant à s'investir dans une activité de réussite en choisissant des situations compatibles avec ses intérêts et sa personnalité »

Activités physiques : permettent de bouger et maintenir la santé

- Routine d'exercices simples, gymnastique douce, mini-golf, jardinage...

Activités intellectuelles : favorisent la stimulation et le maintien des capacités cognitives

- Jeu de mémoire, généalogie, jeu d'échelle géant, casse-tête...

Activités sociales : encouragent le développement de relations et l'interaction sociale

- Bingo, sorties, promenades, fêtes annuelles, échanges entre générations...

Activités de divertissement : répondent aux besoins de détente, d'évasion, de distraction

- Jeux de cartes ou de société, jeu de poches, spectacle de chansons, films...

Activités d'expression : donnent lieu à la création et à la fabrication d'objets

- Atelier de chant, chorale, peinture, bricolage, coloriage, décorations de fêtes...

Activités spirituelles : permettent de maintenir ses valeurs, se libérer l'esprit, se détendre

- Messe, groupe de prières, visionnement d'une vidéo religieuse...

Autres suggestions de la vie quotidienne : plier des vêtements, balayer, laver la vaisselle, ranger les accessoires, entretenir les plantes, raconter des histoires, regarder des albums photos et des revues illustrées...

« Plus les activités sont réalistes, simples, amusantes et familières, plus elles peuvent être satisfaisantes et positives. Ce n'est pas le jeu qui compte, mais l'émotion qu'il peut faire naître ».

Vous avez besoin d'aide? Informez-vous!

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



MEMBRE DE LA CORPORATION
des maîtres-électriciens du Québec

DL
Entrepreneur Électricien
& ASSOCIÉS
9141-1736 Québec inc.

Boucherie
Simon Cloutier

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

Sécurité dans la pratique de la motoneige et du véhicule tout-terrain

Pour rendre la pratique de la motoneige et du véhicule tout-terrain (VTT) sécuritaire, il est important de se rappeler :

- de porter un casque même hors d'un sentier. Le port du casque est obligatoire également pour les passagers. Pour un casque sans visière, le port de lunettes de sécurité est obligatoire (sauf pour le passager d'un traîneau ou d'une remorque à habitacle fermé);
- de maintenir allumés le ou les phares blancs du véhicule et le feu de position rouge à l'arrière;
- de respecter les limites de vitesse et de garder une distance sécuritaire entre votre véhicule et celui qui vous précède;
- qu'il est interdit de conduire avec les capacités affaiblies par l'alcool ou la drogue tout comme il est interdit de s'agripper à un VTT ou à une motoneige, de se tenir debout ou de prendre place sur un tel véhicule en mouvement;
- de s'informer, avant de partir en randonnée, des conditions de la glace des plans d'eau sur le trajet et d'éviter les plans d'eau non sécuritaires;
- de traverser les chemins publics aux endroits indiqués par une signalisation. Pour emprunter un chemin public, le conducteur doit être titulaire d'un permis de conduire valide;
- de respecter la signalisation. Et puisqu'avec le temps, il y a des signes qu'on ne voit plus, pourquoi ne pas consulter la signalisation pour les véhicules hors route?



Mesures de sécurité en milieu isolé

Les sentiers de motoneige et de VTT sillonnent le paysage québécois en périphérie des centres urbains, là où les réseaux cellulaires sont peu ou pas accessibles.

Certaines mesures élémentaires de précaution peuvent faire toute la différence pour la sécurité en milieu isolé, comme :

- avoir à sa disposition des équipements technologiques de repérage tels un système de localisation par satellite (GPS) ou des balises de détresse;
- aviser les responsables des territoires fréquentés ou un proche de l'endroit exact de sa destination et leur mentionner la date prévue de son retour avec l'instruction de communiquer avec les services d'urgence (911) dans l'éventualité de son absence;
- s'assurer de disposer de l'équipement nécessaire pour intervenir auprès d'une personne blessée (trousse de premiers soins) et d'un moyen pour communiquer avec les secours (émetteur-récepteur, téléphone satellite, etc.);
- se rappeler qu'en cas d'accident le critère de l'éloignement a une grande influence sur le délai de l'arrivée des secours, de l'évacuation des personnes ainsi que sur le délai pour se rendre dans un établissement hospitalier.

Le ministère de la Sécurité publique a lancé, en collaboration avec ses partenaires, une campagne de sensibilisation sur le thème « En nature, ma sécurité, c'est ma responsabilité ». Pour en savoir davantage sur cette campagne, consulter le site Web du ministère de la Sécurité publique à la page des services d'urgence en milieu isolé : <https://www.transports.gouv.qc.ca/fr/securite-signalisation/securite/securite-motoneige-vtt/Pages/securite-motoneige-vtt.aspx>



Apporter dans ses déplacements une trousse de survie de base, c'est être prévoyant. Celle-ci peut comprendre les articles suivants :

- un jeu d'outils de base et une clé supplémentaire;
- des bougies d'allumage, une courroie d'entraînement et de l'antigel;
- une trousse et un manuel de premiers soins;
- un canif bien affûté, une scie ou une hache;
- une corde de nylon pouvant servir au remorquage (environ 10 m);
- une carte géographique et un GPS;
- des allumettes à l'épreuve de l'eau, une lampe de poche et un sifflet;
- une couverture légère traitée à l'aluminium.



SECTION DES COMMUNIQUÉS

VAPO-T
RECRUTE
REJOINS
NOTRE ÉQUIPE
SALAIRE JUSQU'À 20\$ /H
SELON LE POSTE
vapo-t@outlook.com • 819 443-1635 (Marie-Lee)

819-732-8276 **Vap**  **-T** Amos Rouyn La Sarre
Tabagie électronique

ACHAT/REVENTE JEUX VIDÉOS
ARTICLES POUR VAPOTEURS
ARTICLES POUR FUMEURS
MINI CENTRE DE JARDINAGE
PARTOUT EN ABITIBI!!



SECTION DES COMMUNIQUÉS



HORAIRE – JANVIER 2020
LOCAL DE SANTÉ
SAINT-MARC-DE-FIGUERY



Infirmière : Guylaine Bisson

*Près de chez vous
Avec vous !*

- 🕒 **jeudi 9 janvier:**
 - Prise de sang (8 h 30 à 9 h 30)
 - Consultation au local de santé (9 h 30 à 11 h)

- 🕒 **jeudi 23 janvier:**
 - Consultation au local de santé après-midi

Intervenante sociale sur rendez-vous *

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

LOCAL DE SANTÉ DE SAINT-MARC-DE-FIGUERY

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

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

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

- 🕒 **lundi 6 janvier: Landrienne**
- 🕒 **mardi 28 janvier: La Corne**

ÉCONOMISEZ 50%
sur vos frais de déplacement*

*Une carte de membre sera nécessaire.
Faites immédiatement la demande de votre
carte d'adhésion au bureau municipal.*



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

**VOICI LES POINTS DE VENTE DES CARNETS
À SAINT-MARC-DE-FIGUERY :
DÉPANNEUR C.D. BOUTIN
819-732-4030
ET
À LA MAISON DU CITOYEN
819-732-8601**



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

**Grande SALLE /
cuisine /
DORTOIR
4 CHALETS**

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





PME INTER Notaires ABITIBI inc.

Notaires & conseillers juridiques

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



Services professionnels :

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

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

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

www.pmeinter.com pmeinter@notairesabitibi.com

Une étude de treize (13) notaires à votre service



FIDUCIE FAMILIALE

Saviez-vous que de transférer de l'argent dans une fiducie peut vous procurer de nombreux avantages? La fiducie familiale permet d'assurer la pérennité du capital amassé au fil des ans et s'avère un outil de choix pour transmettre de l'argent à des héritiers trop jeunes pour administrer leurs biens.

Pour connaître tous les nombreux avantages reliés à cette mesure fiscale, communiquez dès maintenant avec un expert chez PME INTER Notaires ABITIBI inc.



ÉQUIPEMENT AMOS LTD

SINCE 1961

Joyeux temps
des fêtes!



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 2019 - Janvier 2020

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
23 Bureau municipal fermé	24  Messe de Noël 22 h 30 Bureau municipal fermé	25  Joyeux Noël Bureau municipal fermé	26 Bureau municipal fermé	27 Bureau municipal fermé	28 Bureau municipal fermé	29  Messe 9 h 30
30 Bureau municipal fermé	31  Messe 17 h 30 Bureau municipal fermé	1  Bonne Année! Bureau municipal fermé	2 Bureau municipal fermé	3 Bureau municipal fermé	4 Bureau municipal fermé	5  Messe 9 h 30
6 Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	7  Dîner mensuel Club de l'Âge d'Or Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	8  Biblio, 18 h à 20 h Bureau municipal ouvert de 8 h à 20 h	9 Services du CLSC au 10, ave. Michaud: Prise de sang : 8 h 30 à 9 h 30 Consultation : 9 h 30 à 11 h Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	10 Bureau municipal fermé	11 Bureau municipal fermé	12  Messe 9 h 30
13 Réunion publique du Conseil municipal, 19 h 30 Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	14  Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	15  Biblio, 18 h à 20 h Ateliers de création Maison du citoyen 18 h 30 à 20 h 30 Bureau municipal ouvert de 8 h à 20 h	16 Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	17 Bureau municipal fermé	18 Bureau municipal fermé	19  Messe 9 h 30
20 Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	21  Tombée des textes journal Réunion du Conseil de Fabrique, 19h Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	22  Biblio, 18 h à 20 h Ateliers de création Maison du citoyen 18 h 30 à 20 h 30 Bureau municipal ouvert de 8 h à 20 h	23 Services du CLSC : Consultation : 13 h à 15 h Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	24 Bureau municipal fermé	25 Bureau municipal fermé	26  Messe 9 h 30
27 Sortie du journal Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	28  Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	29  Biblio, 18 h à 20 h Ateliers de création Maison du citoyen 18 h 30 à 20 h 30 Bureau municipal ouvert de 8 h à 20 h	30 Bureau municipal ouvert de 8 h à 16 h	31 Bureau municipal fermé	Dates à retenir : - Tournoi de pêche des Aigles : 22 février 2020 - Relâche scolaire : du 2 au 9 mars 2020 inclusivement - Raconte-Moi Mon Village : 27 avril 2020 - Bazar de la Fabrique : 4 et 5 mai 2020 - Journée environnement : 25 mai 2020	

ESTHÉTIQUE

NANCY HARVEY

MAÎTRE ESTHÉTICIENNE

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

☎ 819 727-1960

n.harvey@cableamos.com

📍 EsthetiqueNancyHarvey
diaderme.ca

BOUTIQUE EN LIGNE : www.diaderme.ca

SOINS HAUT DE GAMME POUR LA SANTÉ DE VOTRE PEAU.

- Facial personnalisé (acné, rosacée, hydratant, raffermissant)
- 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



beachcomber
HOT TUBS



Mario Boutin, Raynald Corriveau
propriétaires

VENTES

Équipements forestiers

Piscines et spas

Balançoires

Ensembles de patios

Propane et équipement au propane

Tracteurs et tondeuses

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



Cub Cadet.



Husqvarna



Jonsered



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

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

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



Vous voulez faire connaître vos services, voici la tarification :

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

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

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

Les personnes ressources sont :

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

Jocelyne Bilodeau, coordonnatrice
819-732-8601

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

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

Courriel: mun.stmarc@cablamos.com

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

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

Un milieu de vie ayant des services de proximité, des activités sociales, culturelles, communautaires et sportives.

Un milieu de vie aux paysages harmonisés entre son exploitation et sa villégiature.

Un milieu de vie agréable, accueillant et paisible.

Là où il fait bon y revenir pour y habiter ou s'amuser !

À St-Marc-de-Figuery, soyons fiers de vivre D'amour et d'eau pure!

Cette campagne est une initiative de la Table en promotion et sentiment d'appartenance de la MRC d'Abitibi et de ses porteurs:

CD, MRC d'Abitibi, zipignes, Pacte rural MRC d'Abitibi

LA NOUVELLE ÉQUIPE

THIBAUT AMOS



Thierry Lambert
Marc-André Boucher
Vincent Frigon



Venez rencontrer la nouvelle équipe de Thibault Chrysler Amos!

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

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



Joyeux Temps des Fêtes!

La Grande Ourse

Miellerie

BOUTIQUE À LA FERME

VISITES TOURISTIQUES

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

**OUVERT EN
HIVER**

Quand quelqu'un est
présent sur les lieux
ou sur prise de
rendez-vous.

De retour à temps plein
au printemps

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